

# PRZEPIS NA SOPOT

**Zielono mi... w Sopocie**  
 Jak prowadzić zieleni w mieście?

str. 3

## INFORMACJE /

### ZAPISZ DZIECKO DO SOPOCKIEJ PLACÓWKI

750 miejsc w sopockich przedszkolach i 250 dla pierwszoklasistów przygotowało Miasto Sopot na rok szkolny 2017/2018. Rekrutacja rusza 1 marca.

str. 3

## KULTURA /

### STANISŁAW TEISSEYRE (1905-1988) WYSTAWA W MUZEUM SOPOTU

Na ekspozycji, od 4 marca, prezentowana będzie bogata i różnorodna spuścizna Stanisława Teisseyra (akwarele, gwasze, rysunki, malarstwo olejne sztalugowe oraz malarstwo monumentalne) z niemal każdego okresu twórczości.

str. 5

## INFORMACJE /

### OBJAZDOWA ZBIÓRKA ODPADÓW NIEBEZPIECZNYCH

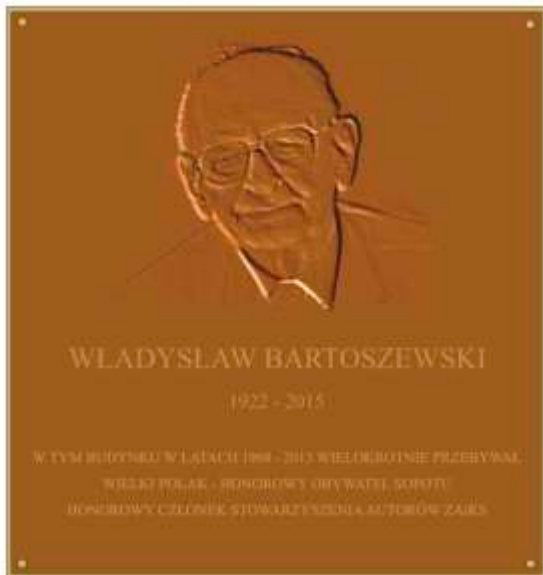
10, 11 i 18 marca br. będzie możliwość oddania odpadów niebezpiecznych z sopockich mieszkań. Zbiórce podlegają m. in. zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny, akumulatory a także farby, oleje i lakiery.

str. 4

## Tablica upamiętniająca prof. Władysława Bartoszewskiego

Profesor Bartoszewski, Honorowy Obywatel Sopotu jest jednym z ostatnich niekwestionowanych autorytetów w Polsce i zagranicą. Szczególny podziw i szacunek budzi jego bohaterska działalność w czasie wojny i zaraz po niej, co przybliżył pobyt w obozie w Oświęcimiu oraz komunistycznym więzieniu.

23 kwietnia br, dzień przed drugą rocznicą śmierci Władysława Bartoszewskiego, na budynku sopockiego ZAIKS-u, gdzie Profesor co roku spędzał wiosenne wakacje, odsłonięta zostanie poświęcona mu tablica.



– Już dzisiaj zapraszamy wszystkich mieszkańców do udziału w tej uroczystości – mówi prezydent Sopotu **Jacek Karnowski** – Wierzę, że tak jak godnie i w zgodzie uczciliśmy pamięć Ofiar katastrofy smoleńskiej: Prezydenta RP Lecha Kaczyńskiego i Marii Kaczyńskiej, Arama Rybickiego, Macieja Płażyńskiego i Leszka Solskiego, tak teraz uczymy pamięć Profesora Bartoszewskiego.

Projekt tablicy autorstwa rzeźbiarza **Adama Arabskiego** zleciło miasto.

Wykonanie tablicy będzie sfinansowane ze zbiórki publicznej. Wszystkich, którzy chcieliby wesprzeć ten projekt organizatorzy proszą o wpłaty na konto: Bank Millenium 80 1160 2202 0000 0003 2060 1921  
Komitet Budowy Pomnika Władysława Bartoszewskiego

## BEZPIECZNY SOPOT /

### Policja wnioskuje o wcześniejsze zamykanie lokali

Komendant Miejski Policji w Sopocie Piotr Bolin zwrócił się do Prezydenta Sopotu z wnioskiem o rozważenie możliwości skrócenia godzin działalności lokali rozrywkowych w Sopocie. Obecnie obowiązujące przepisy prawa lokalnego, nakazują zamknięcie lokali o godzinie 5.00 rano. Policja wnioskuje, by lokale były zamykane o godz. 3.00.

Jest to związane z wieloma sygnałami od mieszkańców – czytamy w piśmie od Komendanta Miejskiego. – Z analiz przestępstw oraz interwencji wynika, że eskalacja negatywnych zachowań następuje w późnych godzinach nocnych, tj. pomiędzy godziną 4.00-5.00. Wówczas osoby nietrzeźwe opuszczają lokale rozrywkowe idą w inne rejony miasta i tam swoim zachowaniem powodują zakłócenie spoczynku nocnego, dopuszczają się różnego rodzaju wykroczeń lub przestępstw.

„Statystyki zdarzeń w godzinach 4.00–5.00 rano są zatrważające – przyznaje prezydent Sopotu Jacek Karnowski – Przykład ostatniego spotkania z gastronomikami i firmami ochroniarskimi jednego z budynków, w którym mieści się kilka lokali tego typu, pokazuje, że brakuje woli współpracy celem poprawy bezpieczeństwa. Dotyczy to zarówno samych lokali, jak również terenu wokół nich. Wobec powyższego wniosek Policji kieruję do Rady Miasta, by został poddany szerokim konsultacjom.

Rada Miasta prowadzi konsekwentną politykę ograniczenia sprzedaży alkoholu w mieście. Sopocka Straż Miejska organizuje szkolenia dla gastronomików oraz sklepów mających w swym asortymencie alkohol, podczas których osoby sprzedające napoje wysokoprocentowe uczą się jak np. odmawiać sprzedaży osobom nietrzeźwym. Szkolenia te cieszą się bardzo małą popularnością wśród właścicieli. To również pokazuje stosunek niektórych z nich do problemu” – wyjaśnia **Jacek Karnowski**, prezydent Sopotu.

## ZDROWI I AKTYWNI /



### Ćwicz razem z nami

Zdrowi i Aktywni to miejski program realizowany od 2009 roku, propagujący zdrowy styl życia oraz aktywne spędzanie czasu wolnego, zdrowe odżywianie, a także umiejętności zabawy i relaksu na świeżym powietrzu dla całej rodziny. Do udziału zapraszamy wszystkich mieszkańców Sopotu, bez względu na wiek, formę, czy sylwetkę.

#### Program:

##### WTOREK Relaks z jogą 19.15 – 20.45 (3 LO ul. Kolberga 15)

Ćwiczenia relaksacyjno-rozciągające dla każdego, w każdym wieku, według indyjskiego jogina Swamiego Sivanandy:

- ćwiczenia wzmacniające mięśnie, więzadła i stawy
- ćwiczenia rozluźniające, szczególnie kręgosłup, stawy biodrowe, barki
- ćwiczenia jogi hormonalnej
- ćwiczenia jogi twarzy i oczu
- techniki relaksacyjne i redukujące napięcie

Prowadzi **Ewa Kaian Kochanowska**, doświadczona instruktorka jogi według szkoły Swamiego Sivanandy, certyfikowana nauczycielka Mindfulness – Uważności i Mindful Jogi. Twórczyni projektu i założycielka Kliniki Stresu – ośrodka edukacji prozdrowotnej i aktywnego uczenia się jak wykorzystywać własne zasoby do poprawy zdrowia i samopoczucia [www.klinikastresu.com.pl](http://www.klinikastresu.com.pl)

##### CZWARTEK Fitness na rozładowanie napięcia 17.30 – 19.00 (3 LO ul. Kolberga 15)

Zajęcia o zmiennej intensywności składają się z dwóch podstawowych form:

- kształtowanie oparte o Body Sculpt i trening interwałowy,
- elementy pilates i stretchingu połączone w spójną całość.

Poszczególne ćwiczenia w zależności od stopnia zaawansowania można wykonywać w wersji podstawowej, rekreacyjnej lub sportowej.

Prowadzi **Małgorzata Grzywacz**, trener-dietetyk, specjalista treningu odchudzającego kształtującego w oparciu o autorski program dietetyczny dla kobiet. Właścicielka klubu „Body In Motion”, współpracująca z Rehasport Clinic w Gdańsku, autorka programów zdrowotnych dla poszczególnych grup wiekowych.

##### SOBOTA Zumba, czyli pozyskanie nowej energii 10.00 – 11.00 (3 LO ul. Kolberga 15)

Zumba to innowacyjne połączenie tańca i fitnessu. Każde zajęcia to świetna zabawa i setki spalonych kalorii. Proste kroki może powtórzyć każdy, a zamiast oddawać się monotonnym ćwiczeniom, bawimy się przy energetycznej muzyce jak na imprezie.

Prowadzi **Anna Cegłowska**, tancerka, instruktorka Zumba Fitness, Zumba Sentao, Zumba Kids, Zumba Gold, Zumba Toning, Aqua Zumba, Strong by Zumba, Reggaeton, Latino. Jest jedną z pierwszych w Polsce i pierwszą na Pomorzu instruktorką Zumba Fitness i jej gorącą propagatorką. Prowadzi regularne zajęcia w Trójmieście oraz jest prezydentem na maratonach i imprezach w całej Polsce. Założycielka firmy Z-Dance, organizatorka największych imprez Zumba Fitness na Pomorzu, m.in.: Gdańskich Zumbathonów, Maratonów Zumba Fitness na Plaży. Od 2015 roku jako laureatka programu Lider Animator, wspólnie z Fundacją Sport Support organizuje gdańską edycję „Z Zumba Fitness po Zdrowie”.



#### BEZPŁATNY INFORMATOR MIASTA SOPOTU

##### Wydawca:

Urząd Miasta Sopotu, ul. Kościuszki 25/27  
81-704 Sopot, tel. (+48) 58 5213 625  
e-mail: [przepisnasopot@sopot.pl](mailto:przepisnasopot@sopot.pl)



Redakcja i skład: Biuro Promocji i Komunikacji Społecznej UMS

#### PRZEPIS NA SOPOT W MEDIACH

Czytaj w Gazecie Wyborczej Trójmiasto  
– raz na dwa tygodnie w czwartek



Czytaj w Dzienniku Bałtyckim  
– raz na miesiąc w piątek





## Zieleń w mieście

Sopot jest najbardziej zielonym miastem w Polsce. I nie tylko z racji sąsiedztwa lasów Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego. Zieleń jest w mieście wszechobecna. Jak o nią dbać, jak prowadzić drzewa przyuliczne, kiedy trzeba wyciąć, a kiedy można jeszcze ratować stare drzewo?

### Wycinka tylko za zgodą

Wielu mieszkańców zaniepokoiły zmiany w polskim prawie, ułatwiające wycinkę drzew na prywatnych posesjach. Na szczęście w Sopocie to prawo nie obowiązuje. Miasto Sopot jako układ urbanistyczno-krajobrazowy wpisane jest do rejestru zabytków województwa pomorskiego. Dlatego na usunięcie drzewa lub krzewu z terenu nieruchomości będącej w granicach tegoż wpisu obszarowego nadal wymagane jest uzyskanie pozwolenia miejskiego konserwatora zabytków.

### Przyuliczne szpalery – ankieta i spotkania

Zapraszamy Mieszkańców do dyskusji o odtworzeniu szpalerów przyulicznych w Sopocie. Jak wysokie mają być drzewa, jak formowane? Ankieta – pokazująca różne warianty szpalerów przy konkretnych sopockich ulicach, dostępna jest na stronie internetowej [www.sopot.pl/ankieta](http://www.sopot.pl/ankieta).

### Porozmawiajmy o budżecie miasta i o zieleni

Prezydent Miasta Sopotu Jacek Karnowski zaprasza mieszkańców na spotkania prezentujące założenia budżetu miasta Sopotu na rok 2017 oraz konsultacje w sprawie odtworzenia szpalerów w mieście.

- 3 marca, godz. 17.00, Informacja Turystyczna w Domu Zdrojowym
- 7 marca, godz. 17.00, Sopoteka

### Tomograf bada drzewa

Wiele drzew rosnących na terenie Sopotu to okazy 100 czy 200 letnie. Szczególnie dotyczy to takich miejsc jak: Wąwóz Elizy, skarpa sopocka, Sobieskiego, Wosia Budzysza, Park Północny i inne np.: Parkowa, Sępia oraz Malczewskiego, 3 Maja. Są to często bardzo cenne przyrodniczo buki zwyczajne i dęby szypułkowe. Niestety ich stan nie zawsze jest dobry, a część stanowi wręcz realne zagrożenie dla życia i zdrowia przechodniów. Dlatego miasto przeprowadziło – przy użyciu tomografu dźwiękowego – ekspertyzę drzew w wybranych rejonach. W oparciu o jej wyniki będą podejmowane decyzje o możliwym leczeniu, wzmocnieniu drzew lub niestety ich wycince.

Czy Sopot obroni się przed toporem „prawa Szyszki”? Jakie zmiany w drzewostanie planuje w najbliższym czasie miasto? A czego oczekują mieszkańcy?

**Zapraszamy na otwartą debatę z cyklu „Wyborcza na żywo” poświęconą zieleni miejskiej w Sopocie w czwartek, 2 marca o godzinie 17.30 w Sopoteczce przy ul. Kościuszki 14 (Sopot Centrum, II piętro).**

### Uczestnicy:

- Witold Paweł Burkiewicz, architekt krajobrazu
  - Hanna Dzikowska, ekspert od ochrony środowiska, b. dyrektor Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Gdańsku
  - Magda Grzebałkowska, reporterka, autorka książek, mieszkanka Sopotu
  - Jacek Karnowski, prezydent Sopotu
- Prowadzenie: Mikołaj Chrzan, redaktor naczelny „Gazety Wyborczej Trójmiasto”**



## Zapisz dziecko do sopockiej placówki

### Rekrutacja do przedszkoli i I klas szkół podstawowych

750 miejsc w sopockich przedszkolach i 250 dla pierwszoklasistów przygotowało Miasto Sopot na rok szkolny 2017/2018. Rekrutacja rusza 1 marca.

- Tak jak w poprzednich latach, w sopockich przedszkolach będzie miejsce dla wszystkich chętnych dzieci z Sopotu – zapewnia Piotr Płocki, Naczelnik Wydziału Oświaty UMS. – Miasto dopłaca do zajęć dodatkowych, dzięki czemu sopockie przedszkolaki mają więcej gimnastyki korekcyjnej, zajęć ogólnorozwojowych oraz lekcji języka angielskiego.

W czterech sopockich szkołach samorządowych natomiast miasto finansuje opiekę stomatologiczną, pielęgniarsko-lekarską oraz dodatkowe zajęcia sportowe, gimnastyki korekcyjnej oraz różnorodne koła zainteresowań. Najmłodszy uczniowie mogą także liczyć na opiekę i zajęcia w ramach świetlic, czynnych w zależności od potrzeb nawet do godz. 17.00.

Wniosek o **przyjęcie dziecka do klasy I** należy bezpośrednio składać w szkole podstawowej w terminie **od 1 marca do 28 kwietnia br.** Oficjalne ogłoszenie wyników rekrutacji nastąpi 23 maja 2017 r. o godz. 12.00.

Wniosek o **przyjęcie dziecka na wolne miejsca do wybranego przedszkola** należy składać w terminie **od 1 marca do 31 marca br.** (do godz. 15.00). Ogłoszenie wyników rekrutacji nastąpi **21 kwietnia br. o godz. 12.00.** Rodzice dzieci przyjętych do danego przedszkola w poprzednim roku szkolnym składają na kolejny rok **deklarację** o kontynuowaniu wychowania przedszkolnego w tym przedszkolu **w terminie 7 dni poprzedzających termin rozpoczęcia postępowania rekrutacyjnego.** Szczegółowe informacje na ten temat (w tym formularz zgłoszeniowy) można uzyskać ze stron internetowych poszczególnych przedszkoli.



fot. fotobank.PL / UMS

## Nowa sieć szkół w Sopocie, ZSH w nowym miejscu

**Sopoccy radni przyjęli uchwały w sprawie organizacji nowej sieci szkół w Sopocie, dostosowujące ją do zmian wynikających z wprowadzonej reformy oświatowej.**

- Zgodnie z założeniami reformy rządowej wygaszane zostają gimnazja. Pozostałe szkoły pozostają bez zmian, żadnej nie likwidujemy – mówi Piotr Płocki, Naczelnik Wydziału Oświaty UMS.

- Samorząd ponosi największe koszty wprowadzanych ogólnie zmian – uważa Jacek Karnowski, Prezydent Miasta Sopotu. – Robimy wszystko, aby zapewnić jak najlepsze warunki nauki dla uczniów oraz pracy dla nauczycieli, ale z naszych wyliczeń wynika, że liczba etatów w nowej sieci szkół będzie mniejsza. Wg nas reforma jest nieprzygotowana i wprowadzana naprędce.

W wyniku zmian rządowych pozostanie wolny gmach Gimnazjum nr 2 przy ul. Wejherowskiej 1. Budynek jest wyremontowany, ma nową salę gimnastyczną, dobrze zagospodarowane otoczenie. Stąd pomysł, aby przenieść tam docelowo Zespół Szkół Handlowych, który mieści się w starym budynku z małym zapleczem sportowym przy ul. Kościuszki.

- Zdajemy sobie sprawę, że każda zmiana rodzi opór – mówi Joanna Cichocka – Gula, wiceprezydent Sopotu. – Jesteśmy jednak przekonani, że będzie to zmiana na lepsze, gdyż młodzież otrzyma nowoczesny budynek z dużą, nową salą gimnastyczną i pełnowymiarowymi salami. Miasto pozyskało także znaczne środki unijne na wyposażenie specjalistycznych pracowni dla ZSH.

W ramach zatwierdzonego projektu unijnego i wstępnej zgody Urzędu Marszałkowskiego planowane jest stworzenie dla potrzeb szkoły 14 pracowni zawodowych wraz z odpowiednią infrastrukturą za kwotę ok. 2 mln. Tym samym Szkoła w roku 2017/18 uzyska zdecydowanie lepsze wyposażenie dydaktyczne. Ponadto nie będzie problemów z przeniesieniem dotychczasowego majątku trwałego szkoły i zainstalowanie go w nowym miejscu.

Obecnie ZSH dysponuje 23 pomieszczeniami do nauki, w tym trzynaście na ul. T. Kościuszki 18/20 i 10 pomieszczeń do nauki na al. Niepodległości 749. Nowa siedziba szkoły docelowo dysponować będzie liczbą klas łącznie do 30.

W sprawie proponowanej zmiany lokalizacji ZSH odbyło się 5 spotkań konsultacyjnych przedstawicieli Urzędu Miasta Sopotu z rodzicami, uczniami oraz nauczycielami tej szkoły. Obecnie do ZSH uczęszcza 500 uczniów. 90% pochodzi z rejonu Sopotu, Gdańska, Gdyni, Rumi, Redy i Wejherowa. Dlatego przy wyborze nowej siedziby brano także pod uwagę dobrą dostępność komunikacyjną (bliskość SKM oraz przystanków autobusowych i trolejbusowych).

## Objazdowa zbiórka odpadów niebezpiecznych

Komunalny Związek Gmin „Dolina Redy i Chylonki” zaprasza mieszkańców Sopotu do skorzystania z objazdowej zbiórki odpadów niebezpiecznych.

W dniach 10, 11 i 18 marca br. będzie możliwość oddania odpadów niebezpiecznych z Państwa mieszkań. Następujące sprzęty należy dostarczyć osobiście i przekazać naszym kierowcom:

- zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny,
- baterie i akumulatory,
- termometry rtęciowe, żarówki energooszczędne,
- środki ochrony roślin i owadobójcze,
- farby, oleje, lakiery i rozpuszczalniki (pustych opakowań nie przyjmujemy),
- przeterminowane lub tylko częściowo wykorzystane leki bez opakowań i ulotek.

### PIĄTEK, 10 marca

- 9:00 Gimnazjum nr 2, ul. Wejherowska 1  
9:40 Zespół Szkół nr 3, ul. Haffnera 55  
10:20 Centrum Kształcenia Ustawicznego, ul. Kościuszki 22/24 lub Zespół Szkół Handlowych, ul. Kościuszki 18/20  
11:00 Zespół Szkół Specjalnych, ul. Kazimierza Wielkiego 14  
11:40 Zespół Szkół nr 1, ul. Książąt Pomorskich 16/18  
12:20 Szkoła Podstawowa nr 8, ul. 3 Maja 41  
13:00 Szkoła Podstawowa nr 1, ul. Armii Krajowej 50/54  
13:40 LO nr 2, Al. Niepodległości 751 (wjazd od ul. Marynarzy).

### SOBOTA, 11 marca

- 9:00 ul. Malczewskiego/Księżycowa  
9:20 ul. 23 Marca 92 (na pętli autobusowej)  
9:40 ul. 23 Marca 57  
10:00 ul. Mickiewicza 56  
10:20 ul. Mickiewicza/Abrahama  
10:40 ul. Andersa/Armii Krajowej  
11:00 ul. Wybickiego/Armii Krajowej  
11:20 ul. Kochanowskiego/Kasprowicza  
11:40 Al. Niepodległości 694 (od strony Armii Krajowej)  
12:00 Al. Niepodległości 645  
12:20 Al. Niepodległości 855 (od ul. Pokorniewskiego)

### SOBOTA, 18 marca

- 9:00 ul. Mazowiecka 35  
9:20 ul. Mazowiecka (przy Spółdzielni Mieszkaniowej)  
9:40 ul. Kujawska 35  
10:00 ul. Małopolska/Junaków  
10:20 ul. Kolberga 14  
10:40 ul. Kolberga 31  
11:00 ul. Cieszyńskiego 14  
11:20 ul. Kraszewskiego 3  
11:40 ul. Kraszewskiego 30  
12:00 ul. Sobieskiego 1  
12:20 ul. 3 Maja 22-26  
12:40 ul. Polna/Architektów

Przypominamy też o możliwości oddania **zużytych sprzętów elektrycznych i elektronicznych** w Punkcie Zbiórki Odpadów Niebezpiecznych (PZON) w siedzibie Zakładu Oczyszczania Miasta, Al. Niepodległości 723a. Punkt jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 6:00-15:00, w soboty 8:00-11:00.

**Zużyte baterie** zbierane są w systemie pojemnikowym w placówkach oświatowych, sklepach oraz w Urzędzie Miasta Sopotu, natomiast przeterminowane leki w aptekach na terenie miasta.

Więcej informacji: Komunalny Związek Gmin „Dolina Redy i Chylonki” ul. Konwaliowa 1, 81-651 Gdynia, [www.kzg.pl](http://www.kzg.pl), [dgo@kzg.pl](mailto:dgo@kzg.pl), tel. 58 624 66 11

## POMOC /

### Sopot pomaga osobom niepełnosprawnym w likwidacji barier architektonicznych

Mieszkańcy Sopotu, którzy posiadają orzeczenie o niepełnosprawności i mają trudności w poruszaniu się mogą otrzymać dofinansowanie do likwidacji barier architektonicznych w miejscu zamieszkania. Wnioski można składać w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Sopocie.

– Każda osoba posiadająca orzeczenie o niepełnosprawności, mieszkająca w Sopocie, mająca trudności w poruszaniu się wynikające z rodzaju niepełnosprawności i napotykać w miejscu swojego zamieszkania realne bariery architektoniczne utrudniające samodzielne poruszanie się, może złożyć wniosek o dofinansowanie prac budowlanych związanych z likwidacją tych barier – mówi Joanna Barbucha z Zespołu ds. Rehabilitacji Społecznej sopockiego MOPS-u. W przypadku dzieci do 18-tego roku życia wniosek składa rodzic lub opiekun ustawowy. W Sopocie pomoc dzieciom niepełnosprawnym traktowana jest priorytetowo i każde dziecko może liczyć na dofinansowanie w ramach rehabilitacji społecznej. Wszystkie wnioski spełniające wymogi formalne rozpatrywane są pozytywnie – podkreśla Joanna Barbucha. Wysokość dofinansowania do likwidacji barier architektonicznych wynosi do 80% kosztów przedsięwzięcia, nie więcej niż do wysokości 15-krotnego przeciętnego wynagrodzenia.



fol. MOPS Sopot

Od 2002 roku Miasto Sopot, jako jeden z nielicznych samorządów, przeznacza własne środki finansowe na realizację zadań z zakresu rehabilitacji społecznej. Dzięki temu więcej osób niepełnosprawnych może otrzymać niezbędne wsparcie. W roku 2016 środki Miasta stanowiły ponad 30% środków przeznaczonych na rehabilitację społeczną, pozostałe pochodziły z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

**Wszelkie informacje dotyczące wsparcia osób niepełnosprawnych można uzyskać w Zespole ds. Rehabilitacji MOPS Sopot, przy ul. Kolejowej 14, pokój nr 5 (na parterze), tel. 58 555 15 76.**

Informacje oraz formularze wniosków znajdują się również na stronie internetowej [www.mopssopot.pl](http://www.mopssopot.pl)



### Dzień Otwarty Dziennego Domu Pobytu w Sopocie

Od ponad 30 lat w Sopocie funkcjonuje Dzienny Dom Pobytu dla osób w podeszłym wieku. Jest to przyjazne seniorom miejsce, gdzie mogą miło i efektywnie spędzić czas. Wśród szerokiej oferty zajęć każdy może znaleźć coś dla siebie.



fol. Marlena Gołębiwska

Ćwiczenia pamięci, śpiew, audycje muzyczne, warsztaty plastyczne i teatralne, spotkania integracyjne, gry i zabawy, wycieczki, relaksacja, codzienna gimnastyka, rehabilitacja, spotkania edukacyjne - to wszystko odbywa się pod okiem doświadczonego personelu. W placówce cały czas obecna jest pielęgniarka, która sprawuje nadzór nad stanem zdrowia uczestników oraz zajmuje się promocją zdrowia. Ponadto serwujemy pyszne obiady z możliwością wyboru diety zaleconej przez specjalistę.

Pracujemy od poniedziałku do piątku od godziny 8.00 do 16.00. Z oferty mogą skorzystać mieszkańcy Sopotu na podstawie decyzji administracyjnej wydanej przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie.

**Już dziś serdecznie zapraszamy na Dzień Otwarty Dziennego Domu Pobytu, który odbędzie się 16 marca 2017 roku (czwartek) w godzinach 10.00-12.00.**

Można przyjść, zobaczyć, wziąć udział w zajęciach, pobyć z nami, porozmawiać. Przy filiżance kawy i słodkim poczęstunku będzie można uzyskać informacje na temat możliwości przyjęcia. Dzienny Dom Pobytu mieści się przy **ul. Mickiewicza 49 w Sopocie**, w budynku Domu Pomocy Społecznej (dojazd autobusem 144). Zachęcamy do kontaktu telefonicznego pod numerem 58 551 23 18 lub odwiedzenia naszej strony internetowej [www.dpsopot.pl](http://www.dpsopot.pl), zakładka Dzienny Dom Pobytu.

## Komplet damskich przyrządów kosmetycznych

W zbiorach sopockiego muzeum znajduje się szereg dodatków do ubiorów, przede wszystkim damskich. Obok torebek, rękawiczek, bucików czy wachlarzy w muzealnym magazynie jest także komplet damskich przyrządów kosmetycznych, datowany na ok. 1880-1900.



Pojemnik na farbę lub pomadę do włosów

Komplet składa się z pięciu elementów: lokówki, haka do wiązania gorsetu, pojemnika na farbę lub pomadę do włosów, szczotki do ubrań z naturalnego włosia i szczotki do włosów.

Przyrządy wykonane są z posrebrzanego metalu i dekorowanego secesyjnym ornamentem w formie wici.

Komplet był prezentowany na wystawie „Modna pani u wód. Kąpieliska nad Bałtykiem 1880-1914” w 2010. Obecnie nie jest eksponowany.

### Muzeum Sopotu

ul. Księcia Józefa Poniatowskiego 8, 81-724 Sopot,  
tel. 58 551 22 66, 58 551 50 31, www.muzeumsopotu.pl

## WYSTAWA /



www.muzeumsopotu.pl

### STANISŁAW TEISSEYRE (1905-1988) TWÓRCY I ZAŁOŻYCIELE SZKOŁY SOPOCKIEJ Wystawa w Muzeum Sopotu

Monograficzną wystawą dzieł Stanisława Teisseyra (1905-1988) jednego z ważniejszych malarzy polskich drugiej połowy XX wieku Muzeum Sopotu kontynuuje cykl prezentacji twórczości artystów związanych ze środowiskiem sopockim.

Celem serii jest pokazanie historii powstania Państwowej Szkoły Sztuk Plastycznych w Gdańsku, której pierwsza siedziba mieściła się w Sopocie przy ulicy Obrońców Westerplatte 24, jej wybitnych nauczycieli - artystów w oparciu o materiały archiwalne oraz wybrane dzieła. Nie mniej ważne jest podkreślenie roli Sopotu i związanych z nim środowisk artystycznych w tworzeniu założeń życia artystycznego i kulturalnego w pierwszych powojennych latach w Polsce.

Stanisław Teisseyre związany był z Sopotem od 1950 r., wówczas rozpoczął zajęcia na tutejszej PWSSP. Posadę tę sprawował do 1962 r. Na uczelni pracowali także zasłużeni w środowisku artyści, tacy jak: Juliusz Studnicki, Krystyna Łada Studnicka, Jacek Żuławski, Hanna Żuławska, Józefa Wnukowa, których odmienność stylistyczna spowodowała, że grupę zaczęto nazywać „szkołą sopocką”.

Na ekspozycji prezentowana będzie bogata i różnorodna spuścizna Stanisława Teisseyra (akwarele, gwasze, rysunki, malarstwo olejne sztalugowe oraz malarstwo monumentalne) z niemal każdego okresu twórczości.

**Wystawa czynna 4 MARCA – 14 KWIETNIA 2017 ROKU**

**WERNISAŻ W PIĄTEK 3 MARCA O GODZ. 17.00**

KURATOR WYSTAWY ANDRZEJ ZAGROBELNY

ARANŻACJA WYSTAWY BARBARA I ALEKSANDER WIDYŃSCY

## TEATR /



www.teatrnaplazy.pl

### „Teatrzyk Zielone Oko” w Teatrze na Plaży

Teatr na Plaży zaprasza w dniach 11-12.03 na Festiwal Teatru Radiowego „Teatrzyk Zielone Oko”. Będzie to dwudniowy przegląd teatralny, poświęcony prezentacji kryminalnych spektakli teatru radiowego.

W granych na żywo spektaklach wezmą udział zaproszeni reżyserzy, scenarzyści i aktorzy filmowi oraz teatralni z całej Polski. Zadaniem festiwalu jest kultywowanie tradycji teatru radiowego a główną inspiracją jest niezapomniany cykl radiowych kryminałów „Teatrzyk Zielone Oko” emitowany na antenie Polskiego Radia od 1967 roku. Sopocki festiwal to jednak nie czytanie czy odtworzenie z taśmy radiowych kryminałów, ale autorskie i oryginalne wykonania słuchowisk „na żywo”, ze wszystkimi elementami, charakterystycznymi dla współczesnego teatru: muzyki, światła, multimedii, scenografii, strojów i przede wszystkim kreacji aktorskich.



fot. fotobank.PL / UMS



**Sopockie  
domy  
sąsiedzkie**

## Dom sąsiedzki Centrum z filią w Spółdzielni Socjalnej „Dwie Zmiany”

Sopot ul. Bohaterów Monte Cassino 31, tel. 58 380 21 27

**13 marca (poniedziałek), godz. 17.30-20.00 – Dyskusyjny Klub Filmowy** wokół tematu: „Jak zmieniają się nasze dzieci w dobie internetu i nowoczesnych technik? Jak przedłużyć dzieciństwo?” – w oparciu o film „Mały książę”. Spotkanie prowadzone przez psychoterapeutki: Dorotę Modrzyńską i Justynę Herman – Gregorek.

**27 marca (poniedziałek), godz. 17.30-20.00 – Spotkanie na temat „Jak zmieniają się nasze dzieci w dobie internetu i nowoczesnych technik? Jak przedłużyć dzieciństwo?”** (warsztat interaktywny). Spotkanie prowadzone przez psychoterapeutki: Dorotę Modrzyńską i Justynę Herman – Gregorek.

## Bezpłatne wykłady i zajęcia dla mieszkańców Sopotu Sprawdź, co dzieje się w TWOIM SĄSIĘDZTWIE w marcu!

### Filia 5 „Koc i Książka” Biblioteki Sopockiej

Sopot, ul. Kazimierza Wielkiego 14, tel. 58 551 51 12

**1, 8, 15, 22, 29 marca (środy), godz. 12.00 – Gimnastyka dla seniorów z elementami jogi.** Prowadzenie: Justyna Borkowska

**3, 10, 17 marca (piątki), godz. 12.00-14.00 – Treningi pamięci i koncentracji dla seniorów** - spotkania z psychologiem Agnieszką Małecką-Jagłą

**6, 13, 20, 27 marca (poniedziałki), godz. 17.00-18.45 – Zajęcia plastyczne dla dorosłych.** Prowadzenie: Maria Balcerska

### Dom sąsiedzki Centrum z filią w Dworcu Sierakowskich

Sopot, ul. Czyżewskiego 12, tel. 58 551 07 56

**1, 15, 29 marca (środy), godz. 15.00-17.00 – DZIEDZICZENIE W PRAKTYCE** - Prelekcje i dyskusje prowadzi notariusz, wieloletni wykładowca Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Tematyka spotkań: testamenty, wydziedziczenie, przyjęcie i odrzucenie spadku, odpowiedzialność za długi spadkowe, zachówek, podatek od spadki i darowizn i inne.

### Filia 7 „Broadway” Biblioteki Sopockiej

Sopot Brodwinno, ul. Kolberga 9 (wejście obok Nauczycielskiej Spółdzielni Mieszkaniowej Brodwinno), I piętro (windy), tel. 58 551 98 40

**2, 9, 16, 23, 30 marca (czwartki), godz. 13.00-14.00 – Zajęcia taneczne dla seniorów,** prowadzi Tomasz Bień (lady latino + country)

**3, 10, 17 marca (piątki), godz. 14.30-16.30 – Treningi pamięci i koncentracji dla seniorów** – spotkania z psychologiem Agnieszką Małecką-Jagłą

**6, 27 marca (poniedziałki), godz. 15.00-17.00 – „Radość tworzenia”** – warsztaty terapeutyczne dla seniorów, prowadzi Krystyna Skowron. Temat warsztatów: kartki okolicznościowe, pejzaż – quilling.

**7, 14, 21 i 28 marca (wtorki), godz. 16.30 – Akademia Małego Czytelnika** – zajęcia dla najmłodszych

**20 marca (poniedziałek), godz. 17.30 – Spotkanie z dietetykiem Aleksandrą Spychalską** – temat spotkania: „Strączki – O strączkowych prawie wszystko. Komu strączki nie służą a kto powinien po nie sięgać?”

**24 marca (piątek), w godz. 18.00 – „Krajobraz pełen miłości i nadziei”** – koncert Chóru Mundus Cantat



fot. Restauracja No88

# Przepis z Kartą Sopotką

## Stek z łososia z karmelizowanymi burakami w anyżu i kremowym szpinaku z szalotką i sosem vierge

Jacek Faltyń - szef kuchni w Restauracji No88, która mieści się w Hotelu Sopot - uważa, że najważniejszy w gotowaniu jest naturalny smak regionu. Dlatego stworzył autorską kartę, która oparta jest na świeżych rybach z Morza Bałtyckiego i produktach naszego regionu.

### Składniki:

- Filet z łososia bałtyckiego 180 g
- Burak 120 g
- Szpinak świeży baby
- Papryka czerwona 1 szt.
- Cebula szalotka 0,50 g
- Wino czerwone 50 ml
- Ocet balsamiczny 10 ml
- Cream balsamiczny 10 ml
- Anyż 1 szt. (jedna mała gwiazdka)
- Ocet winny biały 10 ml
- Wino białe 15 ml
- Bulion drobiowy lub rybny 50 ml
- Oliwa extra Vergi 30 ml
- Miód naturalny 20 ml
- Zioła świeże koperek, mięta, natka pietruszki, tymianek

### Przygotowanie:

Łososia oczyszczamy z ości i dokładnie zdejmujemy skórę. Wkładamy do solanki na pół godziny, następnie kładziemy na papier i osuszamy. Przyprawiamy solą i pieprzem. Obsmażamy z każdej strony, zdejmujemy z ognia, a następnie karmelizujemy w tymianku z dodatkiem masła. Wkładamy do pieca na około 6 min. w temperaturze 165°C.

Buraki pieczemy na soli przez 2-3 godz. w temperaturze 135°C w zależności od wielkości. Następnie obieramy ze skóry, kroimy w cząstki i karmelizujemy je w winie z anyżem, cremem balsamicznym i odrobiną octu balsamicznego. Na koniec dodajemy miód. Szpinak baby myjemy w wodzie z solą i odrobiną octu winnego, a następnie suszymy w suszarce do sałat. Po wysuszeniu szpinaku musimy go przebrać i oderwać ogonki.

Następnie na rozgrzaną patelnię dajemy oliwę z szalotką i szpinak, delikatnie smażymy. Tak przygotowany szpinak dodajemy do redukcji śmietanki z tymiankiem i czosnkiem.

Sos do ryby jest robiony z grillowanej papryki wcześniej opalonej. Do sosu dodajemy redukcję białego wina, octu winnego, szalotkę i wywar z drobiu lub ryby. Wywar studzimy i łączymy go z papryką, świeżymi ziołami, oliwą i miodem.

Całość doprawiamy do smaku. Tak przygotowane produkty łączymy w całość i układamy jak na zdjęciu.

*Restauracja No88 znajduje się Hotelu Sopot. W menu królują dania z ryb morskich. Karnawał smaków i zapachów Restauracji No88 nie pozwoli zapomnieć o sobie i nieustannie zachęca do powrotu, a wyjątkowe wnętrza sprzyja organizacji kulinarnych spotkań rodzinnych i biznesowych na najwyższym poziomie.*

**Restauracja No88** (ul. J.J. Haffnera 88, Sopot) jest partnerem Karty Sopotkiej i oferuje 10% zniżki na wszystkie dania z karty oraz 10% zniżki do hotelowego SPA.



Pełna lista obiektów oferujących zniżki w ramach Karty Sopotkiej jest dostępna na [www.miasto.sopot.pl](http://www.miasto.sopot.pl) w zakładce Karta Sopotka.

# SOPOCIANIE

## Mieszkańcy w sopockim albumie

### Mam hormon szczęścia

BARBARA KAMIŃSKA

„Sopot to moje ukochane miasto. Nigdy bym się stąd nie wyprowadziła!

Moją największą radością jest plaża. Nawet dzisiaj byłam sobie nogi moczyć. Wróciłam do domu z humorem. Gdy idę na działkę i się narobię, to i tak wracam z uśmiechem. Nie wiem? Może ja zjadłam takiego „bakcyła” radości albo urodziłam się z tym hormonem szczęścia? Myśl jak to ja mam dobrze bardzo często mi towarzyszy.

Urodziłam się w 1935. Gdy miałam cztery latka mama mnie wysłała po chleb. Kiedyś to tak się nie bano o dzieci, nie było takiego ruchu samochodów... I pamiętam jak pani w piekarni krzyczała, że jak to, wybuchła wojna, a ja tu sama? Nikt nie słyszał, że na Westerplatte strzelają? Tu było spokojnie do czasu, aż Rosjanie wkroczyli. Wtedy dostaliśmy fest. Miałam już 10 lat. Wszystko pamiętam. Nasza piątka z mamą została, ojca z piwnicy zabrali... Nie wiadomo, gdzie go chcieli wywieźć, ale po drodze im umarł. Nawet nie wiemy, gdzie jest grób... Nie mieliśmy co jeść. Zapasy się pokończyły, mało kto miał jeszcze jakieś kartofle. Była garkuchnia na Mickiewicza, chodziliśmy tam po zupę, ale potem na szczęście mama dostała pracę w pralni miejskiej, a że przychodzili tam doktorzy i adwokaci i nie chcieli by ich rzeczy były czyszczone razem z innymi, to później mama odłączyła się i w domu prywatnie prała. Wtedy to elita u nas bywała i mówiło się, że Grubbowa to ekstra krochmal. Pomagaliśmy mamie, ale kazała nam się nie odzywać, bo my przecież ani słowa wtedy po polsku.

Wielu Niemców zostało stąd wyrzuconych. Władze PRL mówiły, że nie było wygnanych... Mój dziadek płakał, błagał... Miał 70 lat i nie chciał jechać. Nie miał żadnych szans. Mama, że miała dzieci, to nic nam nie zrobili, ale żeby dać mieszkania Polakom ze Lwowa, to trzeba było je opróżnić. Niektórzy się bali i sami uciekali. Tak to było... Ale to już historia...”



Autorem zdjęcia i opisu jest **Anna Maria Biniecka**, sopocka artystka, specjalizująca się w portretach. Anna przygotowała serię zdjęć do sopockiego albumu fotograficznego, który wkrótce zostanie wydany przez miasto.

Zapraszamy obecnych i dawnych mieszkańców Sopotu do udziału w projekcie Sopocianie - **Opowiedz nam swoją historię.**

Muzeum Sopotu, ul. Księcia Józefa Poniatowskiego 8  
81-724 Sopot, tel. 58 551 22 66, 58 551 50 31  
[www.sopocianie.muzeumsopotu.pl](http://www.sopocianie.muzeumsopotu.pl)

## KOSZYKÓWKA /



### Koszykówka wraca do ERGO ARENY

W sobotę, 11 marca, o godz. 18.00 ERGO ARENA ugości po długiej przerwie koszykarzy Trefla Sopot! Żółto-czarni rozegrają mecz z lokalnym przeciwnikiem, Polpharmą Starogard Gdański!

Po sensacyjnym zwycięstwie na swoim terenie w spotkaniu z liderem tabeli Polskiej Ligi Koszykówki, Polskim Cukrem Toruń, zapowiada się niezwykle elektryzujące starcie! Żółto-czarnym potrzebne jest wsparcie trybun!

Zespół ze Starogardu Gdańskiego ma w tym sezonie zmiennie szczęście – zanotował 11 zwycięstw i 10 porażek. Aktualnie jest on bezpośrednim sąsiadem Trefla Sopot w tabeli Polskiej Ligi Koszykówki, a rywalizacja tych drużyn może okazać się kluczowa dla awansu do najlepszej ósemki sezonu.



Czy Anthony Ireland, Nikola Marković, Filip Dylewicz, Marcin Stefański i sopocka spółka poradzą sobie w starciu z Kocięskimi Diabłami? Na pewno można im w tym pomóc! By zagrzewać do walki żółto-czarnych wojowników, swoje miejsce w ERGO ARENIE można zarezerwować już od 10 zł w przypadku biletów ulgowych oraz 15 zł za wejściówki normalne. Zniżki czekają m.in. na posiadaczy Karty Sopockiej i Karty Dużej Rodziny. Wejściówki można nabywać na [www.trefl.ticketsoft.pl](http://www.trefl.ticketsoft.pl), a także w kasach hali.

**Kolejne spotkanie Trefl Sopot rozegra już w sobotę, 18 marca, o godz. 18.30 w sopockiej Hali 100-lecia. Tym razem rywalem żółto-czarnych będzie MKS Dąbrowa Górnicza. Ponieśmy koszykarzy dopingiem do wymarzonej fazy play-off!**

## LEKKOATLETYKA /



### Sukcesy sopockich lekkoatletów

Zawodnicy Sopockiego Klubu Lekkoatletycznego bardzo dobrze zaprezentowali się podczas sezonu halowego 2017. Podczas Halowych Mistrzostw Polski w Toruniu wywalczyli łącznie pięć medali:

Seniorzy:

1 miejsce: **Anna Kielbaśńska** 200 m - 23,13 s

2 miejsce: **Artur Noga** 60 mppł - 7,84 s

3 miejsce: **Anna Kielbaśńska** 60 m - 7,33 s

Juniorzy:

3 miejsce: **Karolina Urban** - pchnięcie kulą 14,38 m

3 miejsce: **Emilia Kusy** - skok o tyczce 3,70 m



Anna Kielbaśńska (z prawej) na podium z Agatą Forkasiewicz i Ewą Swobodą

#### Marzysz, aby trenować lekkoatletykę? Zgłoś się do SKLA!

Nabory do grup treningowych:

Poniedziałek, piątek - godz. 17.00 - hala AWFIS w Gdańsku

Wtorek, środa, czwartek - godz. 17.00 - Stadion Leśny w Sopocie

Sobota - godz. 11.00 - Stadion Leśny w Sopocie

Koordinator grup naborowych: Paweł Andrzejczak, tel. 724 166 013

## SIATKÓWKA /



### Atom Trefl Sopot powalczy o najlepszą frekwencję ORLEN Ligi

W poniedziałek, 13 marca, o godz. 18.00 siatkarki Atomu Trefla Sopot podejmą w ERGO ARENIE zespół Polskiego Cukru Muszynianki. Już teraz pewnym jest, że sopocianki w tym meczu mogą liczyć na wsparcie co najmniej czterech tysięcy dzieci z Kaszub. Szykuje się świetne widowisko!

13 marca w ERGO ARENIE już po raz drugi zostanie zrealizowana wspólna inicjatywa Atomu Trefla Sopot i Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego. W ramach projektu „Aktywne Kaszuby” do hali na granicy Sopotu i Gdańska zawita blisko cztery tysiące dzieci z kaszubskich szkół podstawowych. W ubiegłym sezonie uczniowie stawili się na meczu Atomówek z Chemikiem Police i tym samym... pobili rekord frekwencji w całej historii ORLEN Ligi! Wówczas Atomówki wspierało łącznie 8 558 osób.

Sopocki klub już teraz ma pewność, że 13 marca ponownie zgromadzi na trybunach tysiące fanów i tym samym powalczy o najlepszą frekwencję tego sezonu w lidze siatkówki kobiet. Dotychczasowy najlepszy rezultat to 4 750 podczas derbowego starcia dwóch łódzkich drużyn – ŁKS-u Commercecon z Grotem Budowlanymi. Wszystko wskazuje na to, że podczas meczu Atomu Trefla Sopot z Polskim Cukrem Muszynianką wynik ten zostanie pobity! Pewnym jest, że wszyscy będziemy świadkami ogromnego wydarzenia i siatkarskiego święta!

Zapraszamy do uczestniczenia w tym widowisku. Bilety są dostępne w cenie 10 zł w przypadku wejściówek ulgowych i 15 zł za bilety normalne. Zniżki czekają m.in. na posiadaczy Karty Sopockiej i Karty Dużej Rodziny. Wejściówki można nabywać na [trefl.ticketsoft.pl](http://trefl.ticketsoft.pl) oraz w kasach hali.





fot. fotobank.PL / UMS



Uroczystości pod pomnikiem Armii Krajowej i Inki  
7 lutego godnie uczczono 75 rocznicę przemianowania Związku Walki Zbrojnej na Armię Krajową.



fot. fotobank.PL / UMS

W Sopocie do końca lutego można oglądać wystawę prac malarskich „Kobiety Świata” powstałych pod kierunkiem Jagny Mackiewicz-Bikowskiej z Miejskiego Domu Kultury w Sopocie.



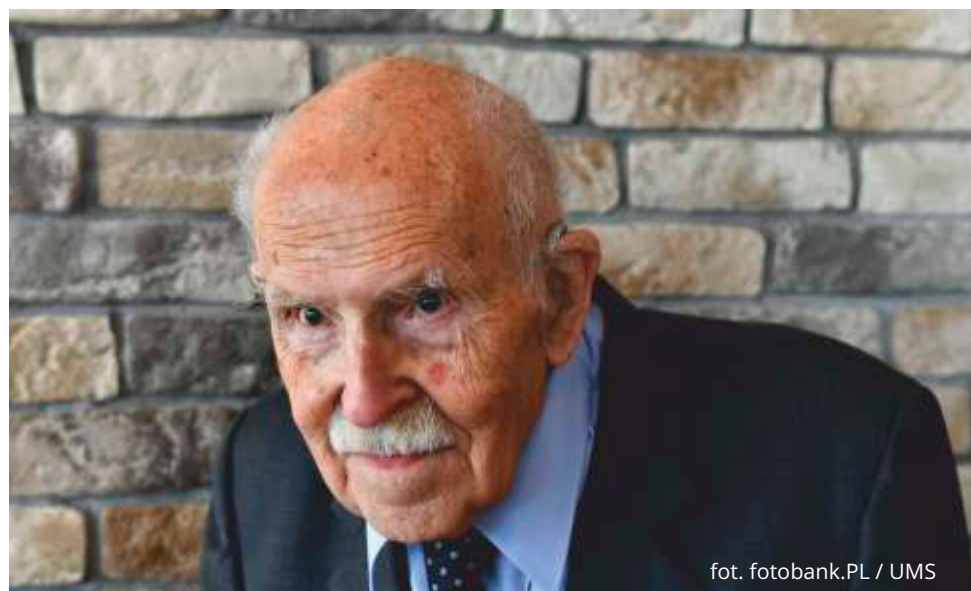
fot. fotobank.PL / UMS

W Teatrze na Plaży odbyła się premiera „Lśnienia” wg. Stephen Kinga - połączenie słuchowiska radiowego, inscenizowanego czytania i spektaklu teatralnego z muzyką na żywo.



fot. Jan Kardinál

„Polsko očima Ewy Farně” - tak po czesku brzmiał tytuł spotkania, które promowało Sopot i Pomorskie podczas targów turystycznych Holiday World 2017 w Pradze.



fot. fotobank.PL / UMS

97 urodziny obchodził w Sopocie prof. Wiesław Gruszkowski, architekt, urbanista, emerytowany profesor PG, członek Honorowej Rady Architektury.

Więcej relacji z sopockich wydarzeń do obejrzenia na stronie [www.sopot.fotobank.pl](http://www.sopot.fotobank.pl)