

**Spotkajmy się  
na wyborach  
w Sopocie**

**PRZEPIS  
NA  
SOPOT**



str. 3

## NASZ SAMORZĄD /

### SOPOT NR 1 W RANKINGU SAMORZĄDÓW

Sopot zwyciężył w kategorii miast na prawach powiatu. Kapituła bardzo dobrze oceniła „trwałość środowiskową”, rozwój harmonizujący z przyrodą. Kurort uzyskał tu najwięcej punktów ze wszystkich ocenianych miast. Wysokie oceny miasto otrzymało także za działania edukacyjne, kulturalne, opieki nad najmłodszymi oraz budowania społeczeństwa obywatelskiego.

str. 3

## SOPOT POMAGA /

### DLA DZIECI Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie oferuje dodatkowe wsparcie dla dzieci – rehabilitację fizyczną i usprawnienie zaburzonych funkcji organizmu. Z usług mogą skorzystać dzieci do 16. roku życia z orzeczeniem o niepełnosprawności. Dostosowywane są one do indywidualnych potrzeb dzieci, wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności.

str. 5

## KULTURALNY SOPOT /

### PAŹDZIERNIKOWY JAZZ W SOPOCIE

W październiku w Sopocie znów zabrzmie muzyka jazzowa. Na publiczność Sopot Jazz Festivalu czeka ambitny program i światowej klasy muzycy. Festiwal ma w tym roku nowego kuratora, nowością są też warsztaty dla dzieci i dorosłych. Sopot Jazz Festival, jeden z najstarszych festiwali jazzowych w Polsce, rozpocznie się 10 i potrwa do 13 października.

str. 6



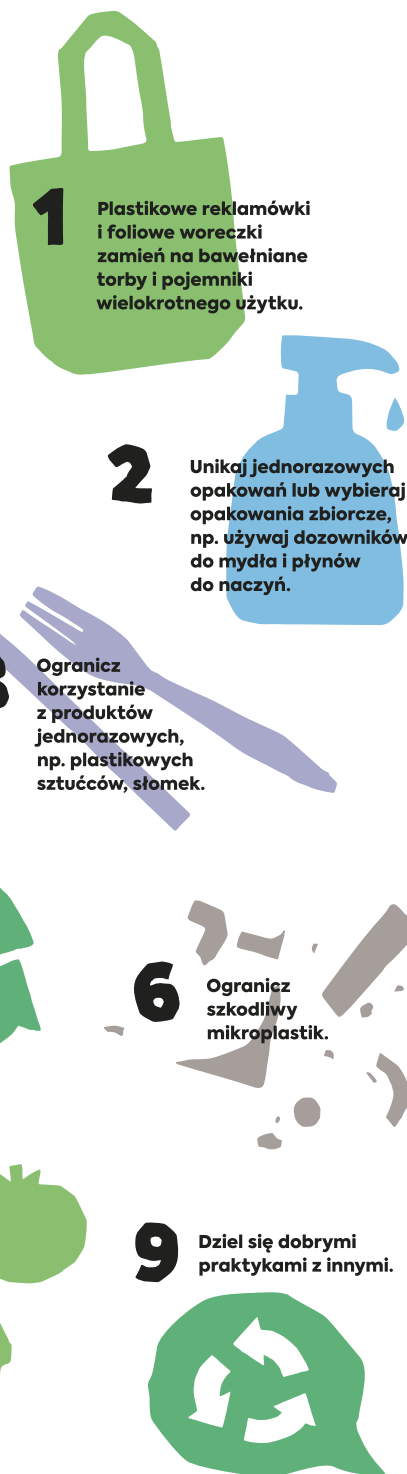
## Naturalnie dla mieszkańców

Wszyscy chcemy dbać o Sopot – naturalnie! Rozpoczęliśmy ekologiczną kampanię adresowaną do mieszkańców miasta, przedsiębiorców i branży turystycznej. Chodzi o zmianę codziennych nawyków, dotyczących np. produkcji odpadów, w szczególności plastikowych, lepszej segregacji śmieci, przekonanie do picia zdrowej sopockiej kranówki czy ograniczenia marnowania żywności. To małe i proste do wprowadzenia kroki, które mogą przynieść wielkie zmiany.

Podczas ekopikniku na Sopockim Rynku bardzo wielu mieszkańców otrzymało już w prezencie zestawy startowe kampanii Sopot naturalnie, a także podpisało deklaracje, że będą się starać jak najwięcej proekologicznych działań wprowadzać w swoim domu, pracy, szkole i w przestrzeni miejskiej. Wydaliśmy także poradnik, który pokazuje, jak w prostych krokach przyczynić się do dbania o środowisko naturalne (wersja elektroniczna do pobrania na [sopot.pl](http://sopot.pl) w zakładce Zielony Sopot).

A jeśli ktoś chce wiedzieć i robić więcej – a mamy nadzieję, że takich sopocian będzie dużo – to **zapraszamy do polubienia na Facebooku profilu Sopot naturalnie**. Tam regularnie pojawiają różne ciekawostki, ekoprzepisy i przydatne informacje, które pomogą stać się ekoodpowiedzialnym!

# SOPOT NATURALNIE DLA MIESZKAŃCÓW



**1** Plastikowe reklamówki i foliowe woreczki zamień na bawełniane torby i pojemniki wielokrotnego użytku.

**2** Unikaj jednorazowych opakowań lub wybieraj opakowania zbiorcze, np. używaj dozowników do mydła i płynów do naczyń.

**3** Ogranicz korzystanie z produktów jednorazowych, np. plastikowych sztućców, słomek.

**4** Pij wodę z kranu, w szklance lub bidonie, zamiast w plastikowej butelce, a poza domem noś swój termos, butelkę na wodę, kubek na kawę.

**5** Wykorzystuj już posiadane rzeczy.

**6** Ogranicz szkodliwy mikroplastik.

**7** Segreguj odpady i maksymalnie zmniejszaj ich objętość poprzez zgniatanie. Przemysł domowy system gromadzenia odpadów.

**8** Nie marnuj jedzenia.

**9** Dziel się dobrymi praktykami z innymi.

Więcej na stronie [sopot.pl](http://sopot.pl) w zakładce Zielony Sopot oraz na FB Sopot naturalnie.



## Grupa wsparcia dla kobiet doświadczających przemocy

Punkt Interwencji Kryzysowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej organizuje grupę psychoedukacyjną dla kobiet doświadczających przemocy w bliskich relacjach. Kobiety, które znalazły się w trudnej sytuacji związanej z przemocą, mogą zdobyć wiedzę, jak sobie radzić w takich sytuacjach, dostaną wsparcie i zrozumienie. **Udział w spotkaniach jest bezpłatny.**

Zajęcia z psychologiem będą obejmowały cykl 25 spotkań raz w tygodniu, w piątki w godz. 17.00-19.30. Pierwsze spotkanie odbędzie się 22 listopada, ale już teraz zachęcamy do kontaktu z psychologiem, by umówić się na konsultację wstępną. W listopadzie ruszą również warsztaty korekcyjno-edukacyjne dla osób stosujących przemoc.



Fot. Pixabay

Celem grupy psychoedukacyjnej jest udzielenie wsparcia psychologicznego i edukacja dotycząca przemocy. Uczestniczki zajęć będą miały szansę przezwyciężyć wstyd, jakiego doświadczają w roli ofiary, będą mogły wymieniać się swoimi doświadczeniami związanymi z radzeniem sobie w sytuacji przemocy oraz poprzez budowanie nowych relacji przerwać izolację towarzyszącą traumie, wynikającej z doznawania przemocy.

Osoby chętne do udziału prosimy do kontakt z psychologami PIK MOPS Sopot, tel. 58 550 14 14, w godz. 8.00-20.00.

## INFORMACJE MIEJSKIE /



### Remont wiaduktu przy ul. Jana z Kolna

Zarząd Dróg i Zieleni w Sopocie informuje, że 4 października zamknięty dla ruchu kołowego będzie wiadukt drogowy w ciągu ul. Jana z Kolna.

Planowany objazd:

- od al. Niepodległości – do terenów kolejowych
- od strony Dolnego Sopotu – do ul. Klenczona i posesji nr 24 i 25 przy ul. Jana z Kolna

### Dłuższy termin składania wniosków

Informujemy o przesunięciu terminu do składania wniosków do projektu planu zagospodarowania przestrzennego rejonu hali widowiskowo-sportowej przy Placu Dwóch Miast w mieście Sopocie (symbol planu R-4/01).

Zainteresowani mogą składać pisemne wnioski do projektu planu i prognozy oddziaływania na środowisko **do 10 października 2019 r.** Wniosek powinien zawierać imię i nazwisko (nazwę podmiotu) oraz adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy wniosek.

Wnioski należy składać do Prezydenta Miasta Sopotu na adres: Wydział Urbanistyki i Architektury, Urząd Miasta Sopotu, ul. Kościuszki 25/27, 81-704 Sopot lub w siedzibie Urzędu Miasta, w kancelarii ogólnej (pokój nr 16).

PRZEPIS  
NA  
SOPOT

### BEZPŁATNY INFORMATOR MIASTA SOPOTU

Wydawca:

Urząd Miasta Sopotu, ul. Kościuszki 25/27  
81-704 Sopot, tel. (+48) 58 5213 633  
e-mail: [przepisnasopot@sopot.pl](mailto:przepisnasopot@sopot.pl)



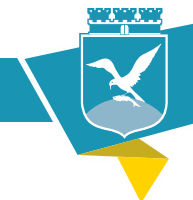
Przygotowanie materiałów, redakcja i skład: Biuro Promocji i Komunikacji Społecznej UMS: Magdalena Czarzyńska-Jachim, Anna Dyksińska, Anetta Konopacka, Marek Niziołek, Jolanta Kownacka

### PRZEPIS NA SOPOT W MEDIACH

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

Czytaj w Dzienniku Bałtyckim  
– raz na miesiąc w piątek





## Spotkajmy się na wyborach

Trwa samorządowa kampania „Spotkajmy się na wyborach”, zachęcająca do udziału w wyborach parlamentarnych 13 października.

Przedstawiciele polskich samorządów zachęcają mieszkańców do głosowania przypominając, że udział w wyborach to nie tylko obywatelski obowiązek, ale również świętowanie demokracji.

– Sopot ma jedną z najwyższych frekwencji wyborczych w Polsce, ale to i tak ciągle daleko do ideału. Szkoły, organizacje pozarządowe, my wszyscy, podejmujemy wyzwanie, aby przekonać szczególnie młodych ludzi, że wybory wpłyną na ich

kolejne lata życia. Tym samym niedługo zagłosujemy na swoje poczucie bezpieczeństwa, możliwość rozwoju czy też zarobki – mówi **Jacek Karnowski, prezydent Sopotu**.

W ramach kampanii „Spotkajmy się na wyborach” ze strony Związku Miast Polskich [www.miasta.pl](http://www.miasta.pl) można pobrać grafiki i dostosować je do potrzeb wszystkich gmin i miast w Polsce.

Wybory do Sejmu i Senatu Rzeczypospolitej Polskiej odbędą się w niedzielę 13 października 2019 r. Głosować będzie można od godz. 7.00 do 21.00.

### Urząd Miasta w Sopocie otwarty w sobotę

Jeszcze do 8 października osoby mieszkające w Sopocie i chcące głosować poza miejscem zamieszkania, a także osoby, które chcą się dopisać do spisu wyborców i głosować w Sopocie, mogą w Urzędzie Miasta pobrać stosowne zaświadczenia. By ułatwić załatwienie formalności, sopocki magistrat będzie również otwarty w sobotę, 5 października, w godz. 9.00-13.00. Mogą zgłaszać się mieszkańcy, którzy chcą głosować poza Sopotem, a także osoby, które w Sopocie mieszkają (np. studenci), a nie są wpisane do rejestru wyborców w Sopocie i chcą się dopisać do spisu wyborców na najbliższe wybory. Stosowane zaświadczenia będą wydawane w pokoju 11 D na parterze.

### Dowóz do lokali wyborczych

Urząd Miasta Sopotu przy wyborach do Sejmu i Senatu RP 13 października organizuje dowóz osób starszych i niepełnosprawnych do właściwej Obwodowej Komisji Wyborczej na terenie miasta, w godzinach 10.00-15.00.

Zgłoszenia przyjmowane są pod numerami telefonów:

- do 11 października w godz. 8-15 – tel. 58 52 13 651; 58 52 13 652
- 13 października w godz. 9-14 – tel. 58 52 13 672; 58 52 13 673



## Sopot pierwszy w Rankingu Samorządów Rzeczypospolitej

Sopot zwyciężył w Rankingu Samorządów Rzeczypospolitej w kategorii miast na prawach powiatu.

Kapituła pod przewodnictwem prof. Jerzego Buzka, byłego premiera RP, **bardzo dobrze oceniła Sopot za „trwałość środowiskową” – w tej kategorii oceniany był rozwój harmonizujący z przyrodą**. Kurort uzyskał tu najwięcej punktów ze wszystkich ocenianych miast.

Wysokie oceny miasto otrzymało także we wskaźnikach dotyczących „trwałości społecznej”. **Doceniono efektywne działania samorządu na polu edukacji, kultury, opieki nad najmłodszymi oraz budowania społeczeństwa obywatelskiego**.

– Ten wynik osiągnęliśmy dzięki aktywności i zaangażowaniu mieszkańców i to im należą się podziękowania – mówi Jacek Karnowski, prezydent Sopotu. – Sopocianie doceniają samorząd i wiedzą, że bez silnego samorządu nie ma silnej, demokratycznej Polski.

Ranking Samorządów Rzeczypospolitej ocenia politykę rozwoju prowadzoną przez władze miast i gmin. Przy tworzeniu zestawienia brane są pod uwagę twarde dane finansowe, a także inne, ogólnodostępne informacje oraz wyniki internetowych ankiet, na które odpowiadają samorządy.

Ranking premiuje samorządy realizujące przemyślaną strategię zrównoważonego rozwoju, takie które najsprawniej realizują najważniejsze potrzeby mieszkańców, biorąc jednocześnie pod uwagę dobro przyszłych pokoleń. Rozpatrywane obszary to m.in. bezpieczeństwo społeczne, edukacja, kultura czy dostęp do infrastruktury publicznej.

Więcej na stronie: [www.regiony.rp.pl](http://www.regiony.rp.pl)

## Mieszkańcy wybrali! Wyniki głosowania w Budżecie Obywatelskim

Zakończyło się głosowanie 9. edycji sopockiego Budżetu Obywatelskiego. Frekwencja w tegorocznej edycji osiągnęła 16,5 proc.

Mieszkańcy Sopotu oddali 4844 głosy, z czego 2051 przez internet. W tym roku działało 47 mobilnych punktów do głosowania oraz punkt w urzędzie, w którym można było oddać wypełnione karty do głosowania. Urny do głosowania znajdowały się również w trzech spółdzielniach mieszkaniowych. W sumie w 51 miejscach sopocianie mogli przez dwa tygodnie oddać swój głos, na przyszłoroczne projekty społeczne i inwestycyjne.

Mobilne punkty do głosowania pracowały przez 113 godzin czyli 4,7 doby.

### Wybrane projekty ogólnomiejskie

1. 24-godzinne ambulatorium chirurgiczne – 1 mln zł
2. Butelkomaty do skupu butelek w SP nr 8, SP nr 9 i III LO – 150 tys. zł
3. Defibrylator (AED) na quadzie na wyposażeniu WOPR do pomocny przy zawałach serca – 200 tys. zł
4. Miejskie Obserwatorium Astronomiczne – 700 tys. zł
5. Badania profilaktyczne dla dzieci i młodzieży z zakresu profilaktyki wad postawy – 30 tys. zł (wg nowych zasad jeden projekt nieinwestycyjny zostaje przeznaczony do realizacji)

### Wybrane projekty lokalne

#### Sopot Dolny

1. Remont chodników i uliczki w ciągu posesji ul. Książąt Pomorskich 13 do 23 – 300 tys. zł
2. Zajęcia z gimnastyki i rehabilitacji kręgosłupa dla mieszkańców Sopotu – 20 tys. zł
3. Postawienie dwóch zadaszonych altanek z ławkami i stolikiem w formie grzybka w Parku Północnym – 150 tys. zł

#### Sopot Wyścigi

1. Kontynuacja modernizacji skarpy i błoni, dokończenie ścieżki rowerowo-spacerowej górą nad polaną rekreacyjną (od ul. Polnej do ERGO ARENY) – 100 tys. zł
2. Rewitalizacja ścieżki wokół Stadionu Leśnego – 25 tys. zł
3. Łąka kwietna wokół ERGO ARENY – założenie ok. 5 tys. m kw. – 154 tys. zł
4. Bezpieczna ul. 3 Maja – montaż licznika prędkości – 30 tys. zł
5. Ustawienie 10 ławek i pojemników na śmieci w Górnym Sopocie – 40 tys. zł

#### Sopot Górny

1. Ogródek jordanowski przy ul. Armii Krajowej 68, część II – 200 tys. zł
2. „Dawna Cegielnia” – uporządkowanie, utwardzenie, oświetlenia leśnej drogi od ul. Piaskowej do ul. Moniuszki oraz ustawienia tablic edukacyjnych – 320 tys. zł

#### Sopot Kamienny Potok i Brodwinno

1. Nowe miejsca do wypoczynku, nowa aranżacja terenów zielonych, na terenie całego osiedla Brodwinno – 350 tys. zł
2. Wymiana ławek na terenie dzielnicy Kamienny Potok – 50 tys. zł

W okręgach, gdzie nie wykorzystano puli środków, wynoszących w tym roku 500 tys. zł, komisja ds. budżetu obywatelskiego zdecyduje o sposobie wykorzystania pozostałej kwoty.



Fot. Fotobank.PL / UMS

– Mieszkańcy Sopotu już 9. raz decydowali, jakie zadania i inwestycje będziemy wspólnie realizować w przyszłym roku. Bardzo dziękuję za każdy oddany głos – mówi Jacek Karnowski, prezydent Sopotu. – Co ciekawe, w tym roku w zadaniach ogólnomiejskich zwyciężyły dwa projekty dotyczące opieki medycznej. To daje obraz niedostatecznego finansowania tej sfery przez państwo. W ramach możliwości budżetowych i obowiązującego prawa będziemy wspierać tę sferę, bardzo bliską każdemu z nas.

## Sopot uhonorowany Lodołamaczami 2019

Opera Leśna z Lodołamaczem za przyjazną przestrzeń oraz Krystyna Kalańska ze Środowiskowego Domu Samopomocy z wyróżnieniem w kategorii Lodołamacz Specjalny – oto sopocki laureaci XIV edycji Kampanii Społecznej Lodołamacze. Regionalna Gala konkursu Lodołamacze 2019 odbyła w Galerii Miejskiej BWA w Bydgoszczy.

Lodołamacze to wyróżnienie od 14 lat przyznawane jest firmom, instytucjom oraz osobom, dla których priorytetem jest wrażliwość, eliminowanie barier i podziałów społecznych względem osób z niepełnosprawnościami. Podczas uroczystości uhonorowani zostali laureaci w 8 kategoriach: zatrudnienie chronione, otwarty rynek pracy, instytucja, dziennikarz bez barier, przyjazna przestrzeń, zdrowa firma, super Lodołamacz oraz Lodołamacz Specjalny.

W dwóch z nich nagrody miały sopocki charakter. **Opera Leśna otrzymała nagrodę w kategorii przyjazna przestrzeń.** Obiekt po 100 latach użytkowania przeszedł gruntowną renowację. Trybuny są w stanie pomieścić ponad 5 tys. widzów, w tym do 100 osób poruszających się na wózkach. Opera ma podjazd na widownię oraz windę. Widownię zaprojektowano w sposób, który umożliwi utworzenie specjalnego rzędu dla osób na wózkach.



Fot. materiały Polskiej Organizacji Pracodawców Osób Niepełnosprawnych Bydgoszcz

**Wyróżnieniem w kategorii Lodołamacz Specjalny dla osoby o wybitnych dokonaniach na rzecz osób z niepełnosprawnościami uhonorowana została Krystyna Kalańska,** kierownik Środowiskowego Domu Samopomocy – Ośrodka Adaptacyjnego MOPS w Sopocie.

Krystyna Kalańska dba o pełną obecność osób z niepełnosprawnością intelektualną w przestrzeni miasta. Uczestnicy kierowanego przez nią Ośrodka chodzą na koncerty, wystawy,

biorą udział w konkursach, spotkaniach w bibliotekach, spotkaniach organizowanych w ramach współpracy z seniorami. Można ich spotkać w Muzeum Sopotu, a także w schronisku dla zwierząt Sopotkowo.

## Nie widzą przeszkód, by zmieniać świat na lepszy

Pozostają w cieniu, choć codziennie ciężko pracują na rzecz innych, niosąc pomoc bez względu na koszty. To laureaci I edycji ogólnopolskiej nagrody „Okulary ks. Kaczkowskiego. Nie widzę przeszkód”.

Decyzją kapituły pod przewodnictwem profesora Jerzego Stuhra, w I edycji nagrodzeni zostali: Paweł Grabowski, Jolanta Bobińska i Paweł Bilski.

**Paweł Bilski,** 26-latek, który od blisko 10 lat włącza się w działania charytatywne, aktywizujące społeczność osób z niepełnosprawnością w Częstochowie. Paweł jest założycielem i prezesem Fundacji Oczami Brata, która od ponad 5 lat pomaga osiągać samodzielność osobom z niepełnosprawnością intelektualną i zaburzeniami psychicznymi.



Fot. Maciej Moskwa

Dругa z nagród trafiła do rąk **Jolanty Bobińskiej,** prezes fundacji „Dom w Łodzi”, założycielki pierwszego w Polsce domu dziecka dla chorych i niepełnosprawnych dzieci. Poza miłością i poczuciem bezpieczeństwa, dzieci otrzymują również niezbędną opiekę medyczną, specjalistyczny sprzęt, leki i rehabilitację.

Nagrodę główną otrzymał dr **Paweł Grabowski,** który tuż przy granicy Białorusią stworzył hospicjum domowe im. Proroka Eliasza. Rozpoczął także budowę placówki stacjonarnej. Hospicjum ma spełniać najwyższe, europejskie kryteria opieki nad osobami terminalnie chorymi. Pawła Grabowskiego wyróżnia wyjątkowa relacja, którą tworzy z pacjentami i ich bliskimi.

## Pomoc migrantom na poziomie samorządowym – międzynarodowy projekt w Sopocie

Sopot we wrześniu 2019 r. zorganizował kolejne spotkanie partnerów międzynarodowego projektu „Wymiana doświadczeń i budowanie zdolności w zakresie zarządzania migracją w samorządach lokalnych”.

Głównym celem projektu, którego liderem jest miasto Gaziantep w Turcji, jest polepszenie potencjału administracyjnego i wdrożeniowego Gaziantep w zakresie polityki migracyjnej UE na poziomie lokalnym, podczas procesu przystąpienia do UE.

Rolą Sopotu jest pokazywanie dobrych praktyk i doświadczeń, wypracowanych w trakcie członkostwa w Unii Europejskiej.

Podczas sopockiego spotkania omawiane były zagadnienia związane z systemem edukacji dzieci migrantów oraz relacji ludności napływowej ze społecznościami lokalnymi. Omawiano także zagadnienia związane z legalnym oraz nielegalnym przekraczaniem granicy przez obcokrajowców, również w kontekście pracy przymusowej.

W listopadzie planowana jest konferencja kończąca projekt i przedstawiająca jego efekty. Odbędzie się ona w Gaziantep w Turcji.



## NAJMŁODSI SOPOCIANIE /



## Zapraszamy do Sopockiego Klubu Malucha

Zajęcia sensoryczne, warsztaty czytania i opowiadania bajek, rozmowy o motywacji i budowaniu pewności siebie – to wszystko czeka na rodziców i dzieci w jesiennej edycji Sopockiego Klubu Malucha.

Na pierwsze spotkanie zapraszamy już 7 października. Klub będzie działał do połowy grudnia w każdy poniedziałek i czwartek (za wyjątkiem dni świątecznych) w godz. 11.00-14.00.

Sopocki Klub Maluch znajduje się na terenie Opery Leśnej (sala konferencyjna w budynku garderób). Więcej informacji na temat klubu oraz harmonogram zajęć znaleźć można na stronie [www.sopot.pl](http://www.sopot.pl) i [www.facebook.com/sopockiklubmalucha](https://www.facebook.com/sopockiklubmalucha)



Fot. Fotobank.PL / UMS



## Lepsza rehabilitacja dla uczniów ZSS nr 5

W jubileuszowym roku XX-lecia istnienia Rotary klub Sopot zrealizował Global Grant, dotyczący integracji sensorycznej w ZSS nr 5. Dzięki tej współpracy do użytku uczniów zostanie oddana nowa, kompleksowo wyposażona sala doświadczania świata.

Pomieszczenia szkoły wyposażone zostaną w specjalistyczne urządzenia i akcesoria, służące do wspierania postępów w rehabilitacji uczniów szkoły. Ze środków pozyskanych w projekcie na nowo zaprojektowano salę doświadczania świata – miejsce, w którym uczniowie szkoły stymulują rozwój zmysłów.

W ramach projektu doposażono także szkolne obiekty sportowe, takie jak siłownia i sala gimnastyczna, aby wszechstronnie i w różnym otoczeniu wpływać na rozwój integracji. Szkoła została także wyposażona w nowoczesny sprzęt do diagnozy i analizy chodu, który będzie dostarczał informacji o postępach w rehabilitacji ruchowej uczniów szkoły.



Fot. materiały promocyjne

Sprzęt do terapii integracji sensorycznej wraz z systemem długofalowego monitorowania postępów w rehabilitacji został kupiony ze środków Klubów Rotary z Niemiec i Trójmiasta w ramach Global Grantu Rotary. Wartość Global Grantu wynosi 140 tys. zł.

## Dzienna opieka wytchnieniowa

Członkowie rodzin lub opiekunowie sprawujący opiekę nad osobami dorosłymi ze znacznym stopniem niepełnosprawności mogą skorzystać w Sopocie z **dziennej opieki wytchnieniowej**.

Opieka świadczona jest bezpłatnie w Środowiskowym Domu Samopomocy – Ośrodku Adaptacyjnym MOPS Sopot, od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-16.00. Osoba, która na co dzień opiekuje się swoim niesamodzielnym krewnym, może znaleźć dla siebie chwilę wytchnienia lub załatwić swoje sprawy. W tym czasie podopiecznym zajmuje się wykwalifikowany opiekun, który zapewni podstawową pielęgnację.

Ośrodek oferuje również wyżywienie oraz terapię zajęciową dostosowaną do możliwości osoby, która objęta jest wsparciem. Może to np. osoba z demencją czy poruszająca się na wózku.

Aby skorzystać z dziennej opieki wytchnieniowej, należy złożyć w MOPS wniosek, Kartę oceny stanu pacjenta wg zmodyfikowanej skali Barthel popisaną przez lekarza oraz przedstawić orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności (druki dostępne na stronie [www.mopssopot.pl](http://www.mopssopot.pl)).

Szczegółowe informacje można uzyskać w Sekcji ds. Usług Opiekuńczych MOPS Sopot, ul. Kolejowa 14, tel. 58 551 17 10 wew. 232.

## Wsparcie dla dzieci z niepełnosprawnościami

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie oferuje dodatkowe wsparcie dla dzieci z niepełnosprawnościami – specjalistyczne usługi opiekuńcze w zakresie rehabilitacji fizycznej i usprawnienia zaburzonych funkcji organizmu. Będą realizowane do końca 2019 r.

Z usług rehabilitacyjnych mogą skorzystać dzieci do 16. roku życia z orzeczeniem o niepełnosprawności, łącznie ze wskazaniami: konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz koniecznością stałego współdziałania na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia, rehabilitacji i edukacji.

Zakres usług ustalany jest zgodnie z zaleceniami lekarskimi lub specjalisty w zakresie rehabilitacji ruchowej lub fizjoterapii. Usługi rehabilitacyjne dostosowywane są do indywidualnych potrzeb dzieci, wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności. Może to być np. terapia logopedyczna, ćwiczenia, pionizacja, nauka chodu czy masaż. Wykonywane są przez wykwalifikowanych rehabilitantów i fizjoterapeutów w miejscu zamieszkania dziecka.



Fot. Pixabay

Usługi rehabilitacyjne świadczone są bezpłatnie jeśli dochód na osobę w rodzinie nie przekracza 350 proc. kryterium dochodowego obowiązującego w pomocy społecznej, tj. 1848 zł. Można z nich korzystać 7 dni w tygodniu, po wcześniejszym ustaleniu harmonogramu.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Dziale Pomocy Seniorom i Osobom Niepełnosprawnym MOPS Sopot, ul. Kolejowa 14, tel. 58 551 17 10 wew. 232.

## Wolontariat sąsiedzki – przyjdź na spotkanie

Jeśli chcesz coś zrobić dla lokalnej społeczności, ale nie wiesz jak – przyjdź na spotkanie informacyjne. Dowiesz się na nim na przykład jak w Sopocie działa sąsiedzki wolontariat. Najbliższe już 11 października.

Sąsiedzki wolontariat jest nie tylko formą samopomocy sąsiedzkiej, to także dobry sposób na zacieśniania więzi między seniorami a młodszym pokoleniem. Jego głównym założeniem jest łączenie seniorów potrzebujących wsparcia z wolontariuszem – sąsiadem, by mogli wspólne spędzać czas. Wystarczy tak naprawdę niewiele: rozmowa, spacer, aby senior poczuł się ważny i potrzebny. Czasem z takich zwykłych spotkań rodzą się prawdziwe przyjaźnie, a wolontariusze zapominają, że są wolontariuszami i są traktowani jak bliscy przyjaciele albo nawet członkowie rodzin.

### Spotkania informacyjne:

- **11 października, godz. 18.30** – Dom Sąsiedzki Centrum, Filia Dworek Sierakowskich, ul. Czyżewskiego 12
- **14 października, godz. 17.00** – Dom Sąsiedzki Koc i Książka, ul. Kazimierza Wielkiego 14
- **17 października, godz. 17.00** – Dom Sąsiedzki Centrum, Filia Dwie Zmiany, ul. Bohaterów Monte Cassino 31
- **22 października, godz. 17.00** – Dom Sąsiedzki Alternatywy 5, ul. Mazowiecka 26
- **29 października, godz. 17.00** – Dom Sąsiedzki Miejsce, ul. Bohaterów Monte Casio 11
- **8 listopada, godz. 17.00** – Dom Sąsiedzki Broadway, Filia nr 7 Biblioteki Sopotkiej, ul. Kolberga 9



Fot. materiały prasowe



## Październikowy jazz w Sopocie

W październiku w Sopocie znów zabrzmie muzyka jazzowa. Na publiczność Sopot Jazz Festivalu czeka ambitny program i światowej klasy muzycy. Festiwal ma w tym roku nowego kuratora, nowością są też warsztaty dla dzieci i dorosłych.

Sopot Jazz Festival, jeden z najstarszych festiwali jazzowych w Polsce, rozpocznie się 10 i potrwa do 13 października. Tegoroczną edycję otworzy koncert jednej z najwybitniejszych i najbardziej unikatowych formacji jazzowych – **Marcin Wasilewski Trio feat. Adam Pierończyk**. Tego samego dnia sopockiej publiczności zaprezentuje się **Mołr Drammaz**, zespół stworzony przez **Wojtkę Kucharczyka i Asię Bronisławską**. W kolejnych dniach festiwalu zobaczymy i posłuchamy **Bibi Tang i Professeur Inlassable** z zespołem **The Selenites**, formację **NES**, **trio Angeliki Niescier**. W ostatnim dniu festiwalu, 13 października, na scenie w Grand Hotelu zagrają legendy jazzu: **Archie Shepp i Joachim Kühn**.



Archie Shepp. Fot. Peter Necessary

Sopot Jazz Festival ma w tym roku nowego kuratora. Za program artystyczny odpowiada Rainer Kern, niezależny menadżer kultury, kurator i producent z Niemiec.

W tym roku po raz pierwszy pojawiły się **warsztaty**. Zajęcia rozpoczęły się pod koniec września, potrwać do 13 października. 5 października o godz. 12.00 organizatorzy zapraszają dzieci i rodziców do Opery Leśnej na spotkanie pt. „Z okładki”, które poprowadzi Natalia Fiedorczyk-Cieślak. 12 października (Opera Lesnia, godz. 12.00) Mołr Drammaz, Wojciech Kucharczyk i Joanna Bronisławska pokażą, jak tworzyć wizualizacje do muzyki. 13 października Joanna Bronisławska zaprosi do programu „Żywe książki/Grające książki”. Spotkanie w Teatrze na Plaży o 16.00.

Podczas całego festiwalu można również odwiedzić prowadzony przez Joannę Bronisławską warsztat pt. „Dostępność, kobiety, ekologia”. Wstęp na warsztaty jest bezpłatny, obowiązuje rejestracja na stronie [www.sopotjazz.pl](http://www.sopotjazz.pl) lub pod tel. 58 555 84 40. Liczba miejsc ograniczona.



## O nowej generacji i teoriach spiskowych w Sopocie

Festiwal Książki Psychologicznej to dwa dni wykładów, dyskusji oraz spotkań z autorami najlepszych i najnowszych publikacji psychologicznych oraz popularnonaukowych. Festiwal odbędzie się 25 i 26 października. Organizatorem jest wydawnictwo Smak Słowa.

Ideą Festiwalu Książki Psychologicznej jest popularyzacja osiągnięć tej dziedziny, promowanie najlepszych książek psychologicznych oraz popularnonaukowych, które ukazują się na polskim i światowym rynku.

Tematy, jakie pojawią się na festiwalowym forum, to m.in. pokolenie iGen i nowe media, budowanie autorytetu w Internecie. Eksperti omówią także aktualne zjawiska społeczne



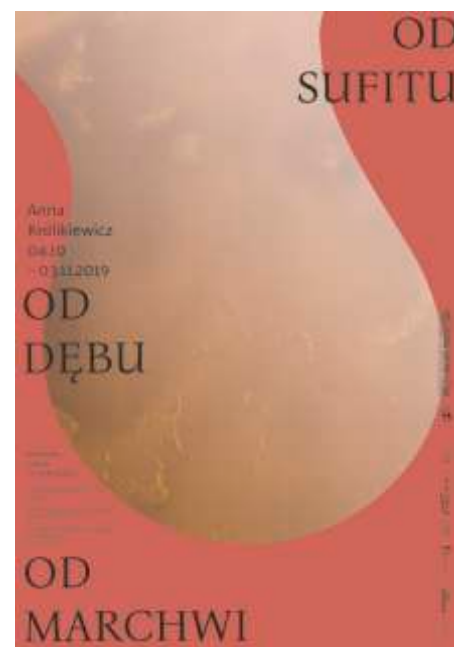
## Wielość porządków. Od Cybisa do Strzemińskiego

Przed rokiem sopocka PGS zaprezentowała pierwszą część wybitnej kolekcji Grażyny i Jacka Łozowskich, która przedstawiała dzieła okresu Młodej Polski i dwudziestolecia międzywojennego. Tym razem przyszedł czas na prace powojenne i najnowsze.

Obecnie zbiór Łozowskich liczy około 300 pozycji, prac blisko 100 artystów z ostatnich ponad 70 lat. Dobrze reprezentowane jest malarstwo kolorystów, od prac których kolekcja się rozpoczęła, z dziełami Jana Cybisa, Hanny Rudzkiej-Cybisowej, Piotra Potworowskiego, Artura Nachta-Samborskiego, Juliusza Studnickiego czy Jerzego Wolffa. Zobaczymy także prace Tadeusza Kantora, Marii Jaremy, Tadeusza Brzozowskiego, Jerzego Nowosielskiego, Adama Marczyńskiego, Jonasza Sterna. Są oczywiście obecni również klasycy polskiej nowoczesności różnych pokoleń: Władysław Strzemiński, Henryk Stażewski, Waław Szpakowski, Mieczysław Janikowski, Wojciech Fangor, Aleksander Kobzdej, Andrzej Gieraga, Koji Kamoji. Wystawa będzie czynna od 10 października do 26 stycznia 2020 r. w Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie.



## Od sufitu, od dębu, od marchwi



Prace Anny Królikiewicz były już obecne w Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie w roku 2000. Niemal 20 lat później Królikiewicz wraca do Sopotu z wystawą retrospektywną, ale wzbogaconą o nowe obiekty.

W jej twórczości zaszło w tym czasie wiele zmian. Artystka od dekady nie używa pędzli i farb, które zamieniła na materię pokarmu, by w ten sposób łatwiej nawiązać relacje z odbiorcą. Operując szerokim wachlarzem form artystycznych, artystka rozwija subtelną dramaturgię, która pozwala oglądającym wejść we wciągające przestrzenie przyporządkowane poszczególnym zmysłom: węchu, słuchu, wzroku, smaku i dotyku, który według artystki umożliwia „autentyczne zanurzenie w przeżywaniu i materii”. Wystawę można oglądać do 3 listopada, od wtorku do niedzieli w godzinach 11.00-19.00.



## Ruszaj się jesienią – bezpłatne zajęcia z MOSiR

MOSiR zaprasza mieszkańców Sopotu na bezpłatne zajęcia nordic walking, tenisa stołowego i jogging.

Zajęcia z tenisa stołowego odbywają się w Szkole Podstawowej nr 8 w poniedziałki, w godz. 19.00-20.30.

Dla chętnych na **bieganie po lesie z instruktorem**. Treningi biegowe odbywają się w środy od 18.00 do 19.30. Zbiórka przy wejściu głównym na molo.

Miłośnicy **nordic walkingu** spotykają się na Przylesiu, przy ul. 23 marca, przy pawilonach SM Przylesie, w soboty o godz. 8.45. Wymarsz o 9.00. Zajęcia odbywają się na terenie Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego.

Do dyspozycji chętnych jest również **kryta pływalnia przy ul. Haffnera 57**. Basen pływacki ma 6 torów i wymiary 25 metrów na 12,5 metrów, głębokość od 60 cm do 160 cm. Pływalnia jest świeżo wyremontowana, a także przystosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Zainstalowano m.in. podnośnik w hali basenowej. Umożliwia on opuszczenie do basenu osoby niepełnosprawnej, która może następnie samodzielnie pływać lub przebywać w wodzie pod nadzorem opiekuna. Więcej informacji, telefony kontaktowe i adresy e-mail do instruktorów poszczególnych dyscyplin, a także godziny otwarcia i ceny biletów na basen znaleźć można na stronie [www.mosir.sopot.pl](http://www.mosir.sopot.pl).

## Sąsiedzkie grillowanie na stadionie

Sopocki Klub Lekkoatletyczny zaprasza na Stadion Leśny przy ul. Wybickiego na tradycyjny piknik rodzinny Wielkie sąsiedzkie grillowanie. Ostatni tegoroczny festyn odbędzie się w niedzielę, 6 października. Początek o godz. 11.00.



Fot. Materiały promocyjne SKLA

Wśród atrakcji sportowych i rekreacyjnych, które czekać będą na odwiedzających stadion, są m.in. wielka trampolina, tor przeszkód, dmuchane zjeżdżalnie, strzelnica, boiska do siatkówki, koszykówki i badmintonu, miasteczko lekkoatletyczne. Chętni będą mogli spróbować skoku o tyczce, odbędą się też pokazy samoobrony i judo. Dostępna będzie strefa gastronomiczna z foodtruckami, grillem i ogniskiem. Na scenie wystąpią dzieci z Młodzieżowego Domu Kultury, będą także pokazy karate i zumbi

Wielkie sąsiedzkie grillowanie organizowane jest na Stadionie Leśnym od 2015 r., tradycyjnie w maju i czerwcu oraz we wrześniu i październiku.



## Na początek zwycięstwo. Czas na derby

W inauguracyjnym meczu sezonu 2019/2020 Energa Basket Ligi Trefl Sopot w świetnym stylu pokonał Kinga Szczecin 90:77. Przed żółto-czarnymi kolejne mecze, w tym derby w Gdyni.

Pierwsze oczka w nowym sezonie dla Trefla zdobył Nana Foulland. Początek spotkania był bardzo wyrównany. Dopiero w drugiej kwarcie koszykarze Trefla zbudowali punktową przewagę, której nie oddali już do końca meczu. Najskuteczniejszymi zawodnikami sopockiej drużyny byli Cameron Ayers oraz Carlos Medlock, którzy zdobyli po 16 punktów.



Fot. Materiały Trefl Sopot

W drugiej kolejce czekają nas Derby Trójmiasta. W piątek, 4 października o godz. 17.30 w hali Gdynia Arena rozpocznie się mecz z Asseco Arką Gdynia. Kolejnym spotkaniem żółto-czarnych w Energa Basket Lidze będzie domowy mecz z Polpharmą Starogard Gdański, który zostanie rozegrany 12 października o godz. 17.00 w ERGO ARENIE.

Bilety są dostępne na [www.sercesopotu.pl](http://www.sercesopotu.pl). Grupy szkolne powyżej 14 osób za wejście na mecz zapłacą tylko 2 zł od osoby. Opiekun może wejść na mecz za darmo.



## Sopocianka na mistrzostwach świata Doha 2019

W Doha w Katarze trwają lekkoatletyczne mistrzostwa świata. Reprezentacja Polski liczy 44. zawodników. Jest wśród nich jedyna reprezentantka Pomorza, biegaczka Anna Kielbasińska z SKLA.

Zawodniczka Sopockiego Klubu Lekkoatletycznego ma za sobą udany start premierowy. Kielbasińska pobiegła w drugiej zmianie sztafety mieszanej (dwie panie i dwóch panów) 4x400 metrów, która wygrała swój półfinał w czasie 3:15.47. Dało to Polakom awans do finału, zapewniając przy okazji kwalifikację olimpijską do startu w przyszłorocznych igrzyskach w Tokio. Ostatecznie polska sztafeta mieszana zajęła 5. miejsce. Niestety, w biegu indywidualnym na 400 m Anna Kielbasińska nie weszła do finału. Przed sopocką lekkoatletką jeszcze bieg w sztafecie 4x400 m kobiet. Trzymamy kciuki!

Lekkoatletyczne mistrzostwa świata w Katarze potrwają do niedzieli, 6 października.



Fot. Materiały promocyjne SKLA



### Ekopiknik Sopot naturalnie

Wielki ekopiknik na Sopotkim Rynku był początkiem kampanii Sopot naturalnie. Chodzi o zmianę nawyków, dotyczących np. segregacji śmieci czy zachęcenie do picia zdrowej sopockiej kranówki.

Fot. Rafał Kucharek



Fot. Fotobank.PL / UMS

Inauguracja sezonu koszykarskiego w ERGO ARENIE okazała się pomyślna dla koszykarzy Trefla Sopot. Żółto-czarni pokonali King Szczecin 90:77.



Fot. Fotobank.PL / UMS

Podczas Zatok Dialogu EFNI 2019 Małgorzata Kidawa-Błońska, Katarzyna Lubnauer i Barbara Nowacka rozmawiały o polityce. Spotkanie prowadziła Dorota Warakomska.



Fot. Fotobank.PL / UMS

Mamy drugi fotopomnik w Sopocie! Chris Niedenthal odsłonił zdjęcia Parasolnika, które zawisło na ścianie klubu SPATIF. Wydarzenie było częścią festiwalu fotografii W Ramach Sopotu.



Fot. Fotobank.PL / UMS

Trójmiejskie obchody Dni Solidarności z Osobami Chorującymi Psychiczenie zainaugurowało przejście przez symboliczne Drzwi do Tolerancji, które stanęły na sopockim moście.

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