

STUDENTERNAS
GUIDE
för alla

till GDANSK, SOPOT och GDYNIA

*Ha det så bra
i Trestaden!*

INNEHÅLL

VÄLKOMMEN TILL TRESTADEN!.....	3	KULTUR OCH NÖJESLIV.....	17
TRESTADEN = GDYNIA, SOPOT och		Museer och andra sevärdheter i Gdansk .17	
GDANSK.....	4	Museer och andra sevärdheter i Gdynia..25	
Gdynia.....	5	Museer och andra sevärdheter i Sopot...25	
Sopot.....	5	Piren i Sopot (Molo)25	
Gdansk.....	5	Konstgallerier i Trestaden.....27	
PRAKTISKA TIPS.....	6	SPORTA OCH TA HAND OM DIN KROPP	
SÄG DET PÅ POLSKA!.....	7	I TRESTADEN.....	28
HJÄLP! NA POMOC!.....	8	Ergo Arena.....	28
Sjukvård.....	8	Gdynia Arena.....	28
Tandvård.....	8	PGE Arena.....	28
RES TILL OCH INOM TRESTADEN.....	9	ÄT OCH DRICK I TRESTADEN.....	29
Flyg.....	9	Drycker.....	29
Båt.....	9	Mat att handla och ta med sig hem.....29	
Från flygplatsen.....	9	Restauranger.....	30
Biljetter.....	9	SHOPPA LOSS I TRESTADEN.....	33
Tillgänglighet.....	10	TRESTADEN FÖR BARN.....	34
Taxi.....	10	GDANSK.....	34
Cykel.....	10	GDYNIA.....	35
BO I TRESTADEN.....	11	SOPOT.....	36
Hotell i Trestaden.....	12	KASJUBIEN.....	37
Lägenhet i Trestaden.....	12	GDYNIA!.....	38
Vandrarhem i Trestaden.....	12	Promenera i Gdynia.....	38
Campingplatser i Trestaden.....	13	BÅTTURER TILL HEL.....	40
VÄLKOMMEN TILL TRESTADEN ÅRET		STUDERA I TRESTADEN.....	41
RUNT!.....	14	REDAKTION OCH SKRIBENTER.....	42
NATUR I 3STADEN.....	15		
Fågelreservatet Ptasi Raj på ön			
Sobieszewo.....	15		
Park imienia Ronalda Reagana.....	16		
Trójmiejski park Krajobrazowy.....	16		

VÄLKOMMEN TILL TRESTADEN!

Det här är studenternas guide för **alla** som vill resa till Trestaden = **Gdynia, Sopot** och **Gdańsk**.

Vad menar vi med **alla**? Jo, vi tänker till exempel på dig som

- är mellan 5 och 105
- är nyfiken
- är intresserad av Polens historia
- vill hänga med
- vill vara på rätt plats
- inte vill gå vilse
- vill gå omkring och mysa i en badrock hela dagen
- älskar katter, fåglar, hundar och ekorrar
- se det som är intressant
- visa Trestaden för andra
- är naturälskare, idrottsfantast eller asfaltblomma
- gillar berättelser
- tycker om polsk film och ostkaka
- vill njuta av vackra städer
- tycker om vatten
- vill hitta sina egna smultronställen
- inte vill slösa bort en massa pengar
- vill promenera på stämningsfulla gator
- tycker om att kyssas under mistlar

Har vi glömt bort någon? Känn dig välkommen du också, i så fall! Vi som har gjort den här boken studerar svenska på universitetet i Gdańsk 2015.

Här får du framförallt inspireras av det som vi personligen gillar.

Zapraszamy!



TRESTADEN = GDYNIA, SOPOT och GDANSK

Hälsa på våra unika stadstrillingar som aldrig har tråkigt! Gdynia, Sopot och Gdansk får dig att vilja stanna: vad du än vill göra och vad du än är intresserad av, har Trestaden ett bra förslag. På polska heter Trestaden Trójmiasto.

Därför ska du åka hit:

Varje årstid är fin i Trestaden. Se vårt kalenderium, så förstår du att du borde åka hit året runt.

Trestaden brukar kallas för Polens kulturcentrum.

Ett vimmel av människor promenerar, cyklar eller joggar i parkerna varje eftermiddag.

Efter skymningen börjar nattliv på krogar och klubbar. Sopot är rätt plats för den som vill festa, eftersom där finns fler klubbar på varje gata än man kan ana.

Gamla tider lever fortfarande i gränder och präng. Titta in på Długagatan (Långa gatan), Artushovet eller Mariakyrkan i Gamla stan i Gdansk och känn doften av det förflutna.

Besök Skeppsvarvet med Solidaritets europeiska centrum och förstå hur sovjetkommunismen kollapsade i Europa.

Se hamnen i Gdynia, där stora fartyg från hela världen lägger till.



Gdynia

har cirka 250 000 invånare. Staden har en stor hamn och modernistisk arkitektur.

Foto: Maria Terlikowska



Sopot

har närmare 40 000 invånare. Staden är mest känd för sitt badortsliv.

Foto: Justyna Kasprzak



Gdansk

har snart en halv miljon invånare. Gdansk var med i Hansan. Spår av denna östersjöhandel syns framförallt på de smala färggranna husfasaderna i Gamla stan.

Foto: Izabela Zam



Nära till havet är det överallt i Trestaden. Foto: Zuzanna Koziel



Svartvita bilder. Efterkrigsbilder inne i Gyllene Porten vittnar om hur gatorna i Gamla stan i Gdansk utradades under andra världskriget.

PRAKTISKA TIPS

– Det är viktigt att ha **kontanter** med sig, särskilt i små butiker. Detsamma gäller på bussarna där det endast går att betala kontant. Den polska valutan heter **złoty** (PLN) och motsvarar drygt två svenska kronor (ibland mer än 2:35 SEK). Svenska kronor tas emot på de flesta växlingskontoren (kantory) i Polen och där man brukar ha en bättre kurs än på färjor och hotell. Ta med dig passet när du ska växla. Det är dyrt att ta ut polsk valuta från en bankomat.

- Det är bra att ha med sig **1 eller 2 zloty till toa och/eller kundvagnar**.
- Man brukar betala runt **10 % i dricks**.

– Gå över gatan bara vid **grön gubbe**. Det kanske låter som en självklarhet, men det är värt att påpeka. Räkna med höga böter om du går mot **röd gubbe!** Tyvärr är polisen inte särskilt överseende med sådant.

– Det är absolut **förbjudet att cykla och köra bil alkoholpåverkad**. Glöm inte att promillegränsen i Polen är 0,2. I detta avseende är den polska lagen mycket sträng, och det är bäst att inte ta några risker. Kraftiga böter, kanske till och med fängelsestraff, kan förekomma.

– Polen har ingen motsvarighet till den svenska **allemansrätten**. Men om man vill tälta i skogen eller på en äng, brukar det inte vara några problem. Det behöver man inte anmäla någonstans om det är uppenbart att marken inte har någon ägare. Dessutom finns det en mängd olika campingplatser, varav flera ligger nära havet.

– Om du beställer **alkohol på restaurang**, ska du först ta reda på vad det faktiskt kostar. Ibland är det medvetet så att priset inte anges, eftersom restaurangen/baren vill minska vaksamheten hos utländska gäster. När det sedan är dags att betala, kan man råka ut för en obehaglig överraskning.

– Det kan vara en bra idé att skaffa sig ett **turistkort** som ger besökaren fritt inträde till över 20 museer. Man får även fri entré till djurparken i Oliwa. Dessutom erhåller man rabatter på olika restauranger och butiker.

- Var alltid **försiktig med kranvatten**. Köp helst mineralvatten eller koka vattnet innan du dricker det.
- **Vykort** kan man hitta lite överallt. Men **frimärken** köper du säkrast på ett postkontor. Sverige skrivs SZWECJA.



Posten på Długaatan är värt ett besök, inte bara för att köpa frimärken. Titta i taket!

Foto:
Magdalena
Czekanowska

SÄG DET PÅ POLSKA!

Polska är ett sydslaviskt språk som skrivs med latinska bokstäver. Det har ch-ljud, sj-ljud, zj-ljud och till och med stj-ljud. Några bokstäver finns inte i svenskan, till exempel ę (uttalas som ett nasalt e, nästan em) ł (låter som w eller o), ó (runt o som i sol) och ń (uttalas nj). Polskan har halvlånga vokaler, och betoningen brukar ligga på näst sista stavelsen. Gdańsk uttalas Gdanjsk, och Wałęsa uttalas ungefär Vaoemsa.

Läs mer på sv.wikipedia.org/wiki/Polska

Hälsningsord

Hej!.....	Cześć!
God dag!.....	Dobry wieczór!
Godnatt!.....	Dobranoc!
Tack!.....	Dziękuję!
Varsågod!.....	Proszę!
Ja.....	Tak
Nej.....	Nie

På väg från flygplatsen

Var kan jag hyra en bil?.....	Gdzie mogę wynająć samochód?
Hur kommer jag till stan?.....	Jak dojadę do miasta?
Vilken buss går till centrum?.....	Który autobus jedzie do centrum?
Hur mycket kostar en biljett?.....	Ile kosztuje jeden bilet?
En biljett, tack.....	Poproszę jeden bilet.
Tar ni kort?.....	Przyjmujecie Pan/Pani kartę?

På stationen

Vilken tid avgår tåget till...?.....	O której odjeżdża pociąg do...?
Tur och retur till..., tack.....	Poproszę bilet do... i z powrotem.
Vilket spår avgår tåget till... från?.....	Z którego peronu odjeżdża pociąg do...?

På restaurangen

Kan jag få se menyn?.....	Poproszę menu.
Jag skulle vilja ha.....	Chciałbym/Chciałabym zamówić...
Till huvudrätt önskar jag.....	Na główne danie poproszę...
Till efterrätt önskar jag.....	Na deser poproszę...

På flygplatsen

Vilken gate ska jag gå till?.....	Do której bramki mam podejść?
När går flygplanet till...?.....	O której odlatuje samolot do...?

I butiken

Jag skulle vilja ha det här.....	Poproszę to.
Hur mycket kostar det?.....	Ile to kosztuje?
Kan jag betala med kort?.....	Mogę zapłacić kartą?
Var finns närmaste bankomat?.....	Gdzie jest najbliższy bankomat?
Jag pratar inte polska.....	Nie mówię po polsku.

På stan

Ursäkta, hur kommer jag till...?.....	Przepraszam, jak dojdę do...?
Posten.....	Poczta
Centralstation.....	Dworzec centralny
Busshållplats.....	Przystanek autobusowy
Livsmedelsbutik.....	Sklep spożywczy
Köpcentrum.....	Centrum handlowe
Toalett.....	Toaleta
Bankomat.....	Bankomat

HJÄLP! NA POMOC!

Har det hänt något? Om du behöver akut hjälp av polis, brandkår eller sjukvård, ring **112** och berätta vad som hänt och var du är. Na pomoc uttalas Na POMots, med betoning på po.

Sjukvård

Om du har ett europeiskt sjukförsäkringskort, kan du gå gratis till läkare som har avtal med NFZ och som har NFZ:s logga på sina kliniker. Tack vare detta kort har du rätt till samma vård som polska medborgare, det vill säga vård vid akuta fall, vid kroniska sjukdomar eller under graviditet och förlossning.

Tandvård

Tandläkare är mycket duktiga i Polen, och ett tandläkarbesök är ofta mycket billigare i Polen än i Sverige. Håll utkik efter skylten Dentysta eller Stomatolog, eller googla på "tandläkare Polen" eller "dentists Poland".



Sveriges konsulat i Gdansk

Sveriges konsulat ligger på Chmielnagatan 101/102 (en tvärgata till Długa när man gått över bron från Gamla stan). Se aktuella besökstider på <http://www.sveriges-konsulat.com/se/11385/Sverige-i-Gdansk>

Du kan också ringa +48 58 300 20 00 eller skicka mejl till konsulat-se@ima.pl

RES TILL OCH INOM TRESTADEN

Hur kommer du till Trestaden? Enklare kan det inte vara. Vi har något både för dig som tycker om fågelperspektiv och för dig som tycker om att "få vind i seglen".

Flyg

Flera flygbolag har Gdansk som destination. Från Sverige kan du flyga dit direkt från Stockholm (Skavsta), Malmö (Sturup) och Göteborg (Landvetter) med Wizzair. LOT, SAS och Norwegian tar dig också från Sverige till Gdansk, men då måste du byta på vägen. SAS börjar flyga direkt till Gdansk i maj 2016.

Båt

Du som tycker om att åka båt, kan välja mellan Stena Line och Polferries. Stena Lines färjor går från Karlskrona till hamnen i Gdynia. Polferries båtar går från Nynäshamn till Gdansk. Färjehamnen ligger vid det historiska Westerplatte, där andra världskriget startade den 1 september 1939.

Från flygplatsen

Redan på flygplatsen i Gdansk och undrar vart du ska ta vägen? För tillfället har du flera alternativ. Du kan åka buss 110 eller 122 till stadsdelen Wrzeszcz eller till centrum med buss 210. Ett annat sätt är att ta expresståget PKM till Wrzeszcz.

Buss 122 går också vidare till Sopot, och du kan också åka pendeltåg från Gdansk till Sopot.

Det enklaste och snabbaste sättet att åka till Gdynia från Gdansk är att ta pendeltåget. Om du är på flygplatsen måste du åka buss till Wrzeszcz och där byta till pendeltåget som för du det mesta känner igen på dess gul-blåa vagnar. Ibland är det bara vanliga tågagnar med "SKM"-logga.

Biljetter

Biljetter till kollektivtrafiken kan du köpa i kiosker i närheten av hållplatserna. På en del buss- eller spårvagnshållplatser i Gdansk kan du köpa biljetter i en automat. Du kan också köpa biljett av föraren om du inte har för stora sedlar.

Biljetter till pendeltåget kan du köpa i vissa kiosker eller i automater vid en del av stationerna. Du kan alltid köpa biljett hos konduktören, och då behöver den inte stämplas. OBS! Om du har köpt biljett till pendeltåget i en automat behöver den inte stämplas, men då gäller den bara för det första pendeltåg som åker efter att du har köpt din biljett. Om du köpt biljetten i en kiosk, behöver den stämplas i en speciell automat på stationen.



Stämpla biljetten i en orange automat, så fort du har kommit in i bussen eller spårvagnen.



Tillgänglighet

Inte alla spårvagnar är tillgängliga för personer med funktionsnedsättningar, men det finns vissa spårvagnar som är anpassade. Pendeltåget har ett problem — avståndet mellan tåg och plattform är stort, vilket kan göra det ganska svårt att stiga på och av tåget.

Spårvagnar bildar ett omfattande nät i Gdansk. De moderna spårvagnarna är tillgängliga för alla. Foto: Gunnel Bergström

Taxi

Det finns flera taxibolag. Det är bättre och billigare att ringa och beställa taxi än att ta en bil direkt på gatan. Inte alla taxifirmor tar kreditkort — fråga först! På kvällen och natten stiger taxan.

Cykel

Cyklar kan du hyra på flera platser. Trevligast är att cykla på cykelbanor, som i Sopot, där det står en hel rad med cyklar att hyra nära piren.



Bilburen? Självklart kan du också åka bil i Trestaden, särskilt om du har tagit färja till Gdynia eller Gdansk. Foto: Gunnel Bergström

BO I TRESTADEN

I Trestaden kan man bo och övernatta på flera olika platser, beroende på budget och andra omständigheter.

Det är bekvämast på ett av de många **hotell** som finns i Gdansk, Sopot eller Gdynia eller i en **lägenhet** som man hyr av en privatperson eller genom speciella företag. Dessa är också de dyraste sätten att övernatta i Trestaden.

Det blir lite billigare att bo på **vandrarhem** eller **studenthem**, men här får man förstås inte samma standard som på ett hotell.

Det kan vara roligt att tälta på en av **campingplatserna** i området. På nästa sida får du veta mer om vilka platser som är mest intressanta. Du kan också försöka att finna vänner här i Polen som gärna vill bjuda in dig att bo hos dem på ett par dagars **couchsurfing**. Logga in dig på www.couchsurfing.org och prata med intressanta människor från Trestaden tills du finner någon trivsamt och bekväm soffa. Lycka till!



Sov gott! På hotell, vandrarhem, studenthem, en soffa eller campingplats hittar du säkert en skön kudde. Priserna varierar beroende på säsong, antal personer, rum och standard. Titta på nätet och/eller kontakta respektive kundtjänst. Hunden **Reksio** är känd från polska tecknade filmer. Foto: Gunnel Bergström

Hotell i Trestaden

I tabellen finns de hotell som har fått *flest stjärnor och bäst betyg* av gästerna. Observera att betygen kan ändras. Kika själv på hotellens hemsidor.

Namn:	Antal stjärnor:	Ort:	Webbadress:	Betyg från booking.com:
Raddisson Blu Hotel Gdańsk	☺☺☺☺☺	Gdańsk	www.radissonblu.com/hotel-gdansk	9,2
Hotel Podewils	☺☺☺☺☺	Gdańsk	www.podewils.pl	9,2
Sofitel Grand Sopot	☺☺☺☺☺	Sopot	www.sofitel.com	9,0
Hilton Gdańsk	☺☺☺☺☺	Gdańsk	www.hiltongdansk.pl/se (på svenska)	8,9
Sheraton Sopot Hotel	☺☺☺☺☺	Sopot	www.sheraton.pl/sopot/se (på svenska)	8,9
Dwór Oliwski City Hotel & SPA	☺☺☺☺☺	Gdańsk	www.dworoliwski.pl/en	8,7
Hotel Rezydent	☺☺☺☺☺	Sopot	www.hotelrezydent.pl/hr/en	8,2
Longstay	☺☺☺☺☺	Gdynia	www.longstay.pl/home.html	9,4
Hotel Nadmorski	☺☺☺☺☺	Gdynia	www.nadmorski.pl/nadmorski-se (på svenska)	8,5
Scandic Gdansk	☺☺☺☺☺	Gdańsk	www.scandichotels.se/Hotels/Polen/Gdansk/Scandic-Gdansk (på svenska)	8,5

Lägenhet i Trestaden

Om du reser i en större grupp eller om du ska stanna längre än några dagar, kan det vara bekvämt att hyra en lägenhet i Trestaden. Här kan man finna en lägenhet åt sig själv och sin familj eller åt sina vänner:

www.apartamentytrojmiasto.com/en — hela Trestaden

www.cityspot.pl/en — Gdańsk

www.topapartamenty.com.pl/en — Sopot

www.apartamenty.sopot.pl/english — Sopot

www.noclegi.trojmiasto.pl/apartamenty — här kan du hitta många lägenheter, både genom olika företag och privatpersoner, men webbsidan och annonserna är i de flesta fall skrivna på polska.

Vandrarhem i Trestaden

Om du tycker att hotell eller lägenhet är för dyrt för dig, kan du bo på vandrarhem eller studenthem. Det kan bli superbilligt, men det kan också kosta nästan lika mycket som rum på hotell. Jämför och välj det som är bäst för dig.

Du kan välja mellan flerbäddsrum eller vanligt rum som ibland kan vara lika lyxigt som på hotell.

Obs! Ibland krävs det att man ska vara studerande eller ha internationell vandrarhemslegitimation. Ibland betalar du mindre om du visar din legitimation på ett vandrarhem. Vänligen ta reda på villkoren för varje vandrarhem innan du bokar rum.

Här finns *de billigaste* vandrarhemmen i Trestaden:

Namn:	Ort:	Webbadress:	Betyg från booking.com:
Lunatic Hostel	Sopot	www.hostel-w-sopocie.pl/	9,5
Bedeker Hostel	Sopot	www.bedekerhostel.pl/	8,6
Old Town Hostel	Gdańsk	www.hostel.gda.pl/en/	8,5
Pepperland Hostel	Gdynia	www.pepperlandhostel.com	8,2
Pokoje Gościnne Czech	Gdynia	www.pokojegoscinnieczech.pl/	8,1
Hostel4u	Gdańsk	www.eng.hostel4u.eu/	7,9
Justhostel	Gdańsk	www.justhostel.com/index.php?lang=en	6,8
Studenthus	Gdańsk och Sopot	www.akademikigdansk.pl/en/home	?

Campingplatser i Trestaden

I Trestaden kan man också hitta campingplatser där man kan tälta eller sätta upp en husvagn. Man kan också hyra stugor där. De flesta campingplatserna ligger ganska långt från centrum, men i gengäld har de nära till naturen.

Titta på de här platserna:

Przystań u Kostka - <http://przystanukostka.pl/english/> - stugor på Sobieszewa, en halvö cirka 20 km från Gdańsk

Camping "Stogi" nr 218 - <http://www.camping-gdansk.pl/en> - stugor, campingplats för tält och husvagn i Gdańsk

Camping Nr 67 "Przy Plaży" - <http://www.camping67.sopot.pl/> - campingplats mellan Sopot och Gdańsk

Det finns många campingplatser, men bara några av dem har egna webbsidor och ännu färre har webbsidor på engelska. Men det är ändå ganska lätt att hitta någon kul plats där man kan sätta upp sitt tält i Trestaden.

Mer information

Alla dessa platser är bara exempel på var du kan bo i Trestaden. Det är bäst att själv jämföra olika erbjudanden, men här har du fått information om de lyxigaste respektive billigaste ställena att bo på i Trestaden.

Om du vill söka något mer eller jämföra priser, kolla här:

<http://www.booking.com/>

<http://noclegi.trojmiasto.pl/>

<http://meteor-turystyka.pl/en/>

VÄLKOMMEN TILL TRESTADEN ÅRET RUNT!

Varje årstid har sin tjusning i Trestaden. Vårt klimat liknar det som ni har i södra Sverige, men vi har det kanske lite varmare på sommaren. Välkommen att fira något med oss varje månad!

Röda dagar är markerade med rött

Januari

1 – Nyårsdagen

6 – Trettondagen, Tre kungars dag (procession i flera städer)

Andra söndagen efter nyår — WOSP Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy (Stora orkestern för helghjälpen). Då samlar man in pengar till olika välgörande ändamål.

21 – Farmors och Mormors dag

22 – Farfars och Morfars dag

Februari

10 – Gdynias födelsedag

14 – Alla hjärtans dag

Munkarnas dag firas sista torsdagen före påskfastan (donuts med rom, konjak eller möjligen vodka), se recept på www.nyfikengra.se/?p=2947

Fettisdagen varierar år för år. Den här dagen träffas man för att äta jättegott före askonsdagen, som är en stor fastedag.

Mars

8 – Internationella kvinnodagen

April

1 – Första april/ Aprilskämt

Påsk (olika datum varje år, precis som i Sverige)

OBS att nästan alla affärer är stängda på påskdagen och annandag påsk

Maj

1 – Första Maj

2 – Polska flaggans dag

3 – Polska konstitutionens dag

26 – Mors dag

Corpus Christi (Kristi lekamen) firas 60 dagar efter påsken — ibland i maj, ibland i juni.

Juni

1 – Barnens dag

23 – Fars dag

Juli

Första söndagen i juli firas Jordgubbens dag i Kasjubien (Gdynia m.fl. orter)

25 – Sankt Dominicus marknad (Dominikanermarknaden) pågår till den 16 augusti

Augusti

15 – Polska arméns dag

September

30 – Pojkvännens/killarnas dag

Oktober

31 – Halloween

November

1 – Alla helgons dag

11 – Polens nationaldag

30 – Sankt Andreas dag

December

6 – Sankt Nikolaus dag

24 – Julafton

25 – Juldagen

26 – Annandag jul

31 – Nyårsafton

NATUR I 3STADEN

Trestaden har gott om grönska. Det finns många härliga områden att ströva, jogga eller soffa i, som till exempel Trestadens landskapspark, naturreservatet Ptasi Raj i Sobieszewo, parken i Oliwa inklusive botaniska trädgården samt Oliwas skogar.

I **Gdansk** finns också Park Haffnera (Brzeźno), Park Jelitkowski (Jelitkowo), Park Oruński och Park imienia Ronalda Reagana (Przymorze/ Brzeźno).

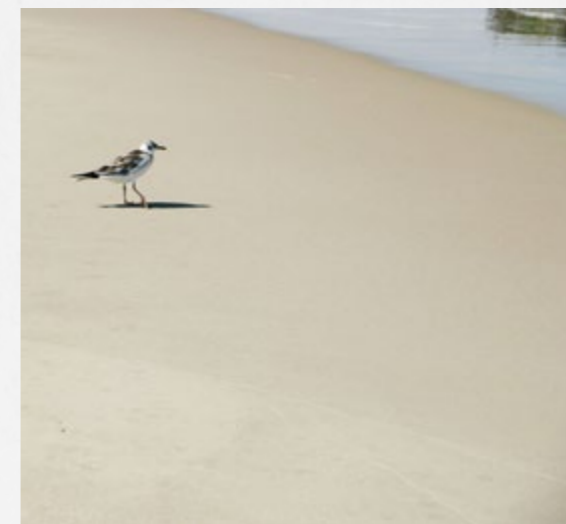
I **Sopot** finns den 20 hektar stora Park Północny samt Park Południowy.

I **Gdynia** ligger Park Kamienna Góra och Park Kiloński.

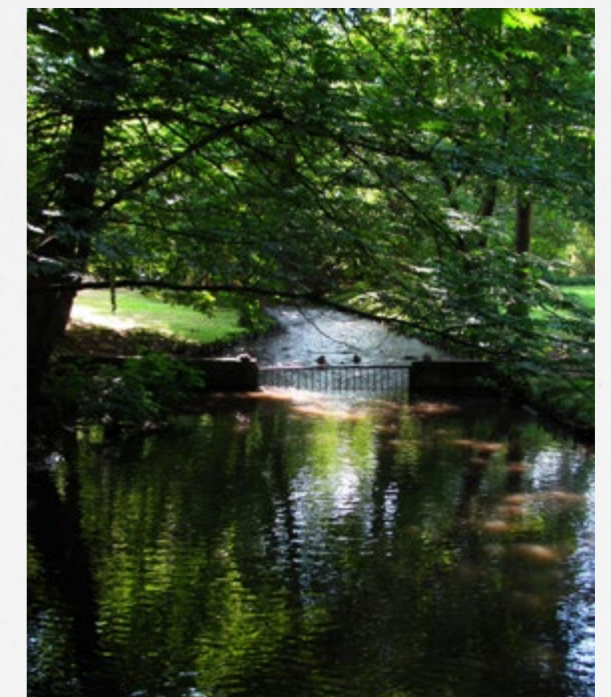
Fågelreservatet Ptasi Raj på ön Sobieszewo

Wyspa Sobieszewska är en ö som ligger mellan Gdanskbukten och Vistuladeltat. Där stannar mer än 300 fågelarter till varje år under sina migrationer. Några ruvar där, andra övervintrar eller besöker ön under höstflytten. Därför har det på den östra sidan av ön uppstått ett fågelreservat som kallas Ptasi Raj, fåglarnas paradys. Reservatet grundades 1959 och omfattar 198 hektar. Från 1973 är ön en del av Gdansk.

Huvudsyftet med Ptasi Raj är att bevara två kustsjöar samt våtmarker och sanddyner som rastplats för flyttfåglar. De mest intressanta fågelarterna som ruvar på ön är småtärna, större strandpipare, rördrom, småfläckig sumphöna, foder, krage och blåhake. När det inte är häckningssäsong och de flesta fåglar är ute i vattnet, kan man se flockar av ankor, svanar, gäss, sothöns och måsar. Ibland finns det även i reservatet.



Fåglarnas paradys. Till Ptasi Raj tar man buss 186 till hållplatsen Gorki Wschodnie. 400 m från stationen hittar man ingången till reservatet, och där börjar en stig (ścieżka przyrodniczo-dydaktyczna) som leder genom området. Stigen är ungefär 6 kilometer lång, och det kan ta mellan tre och fem timmar att gå den. Längs stigen finns det informationstavlor på polska. Foto: Agnieszka Miler



Oliwa park i den norra delen av Gdansk är en underbar oas. Här finns också katedralen och nationalmuseet. Foto: Agnieszka Miler

Park imienia Ronalda Reagana

Ronald Reagans park ligger i närheten av bostadsområdet Przymorze Wielkie i Gdansk. Parken anlades mellan 2003 och 2006 och täcker en yta på 40 hektar. Den har fått namn efter Ronald Reagan, USA:s president, som anses ha bidragit till kommunismens fall i Polen. En cykelbana och ett bälte av sanddynor skiljer parken från stranden. Här finns bland annat barr- och lövskogar, ängar, vassruggar, promenadvägar och en skatepark.

Trójmiejski park Krajobrazowy

Trestadens landskapspark är ett naturskyddsområde på ungefär 20 000 hektar. Den sträcker sig genom Gdansk, Gdynia och Sopot samt andra städer och byar i området. Terrängen formades av inlandsisen för cirka 15 000 år sedan. De vanligaste träden i parken är tall, och dessutom finns där bland annat bok, asp och ek. Bland däggdjur i parken kan nämnas hjortar, fladdermöss, ekorrar, rådjur och grävlingar. Fåglarna representeras av bland annat hökar, vråkar, ugglor och hackspettar. Man kan plocka bär i parken, och där finns det till och med hjortron, men det är ett fridlyst bär i Polen.

I landskapsparken finns 10 naturreservat och 144 naturminnesmärken. Dessutom går sju markerade vandringsleder och åtta cykelbanor genom parken. Den längsta cykelbanan är 43 kilometer och leder från Wejherowo till Gdynia.



Vinterpark. Trestaden är fin året runt. Till exempel kan man ta en snöig promenad i parken i Oliwa.
Foto: Kaska Wojewoda

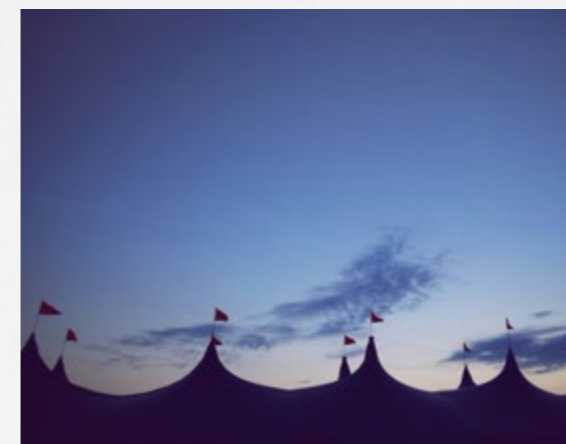


Kamienna grobla i Ptasi Raj är en stenvall som byggdes under 1800-talet. Vallen har skapat en gräns mellan floden Vistula och en liten kustsjö.
Foto: Anne Thorsell

KULTUR OCH NÖJESLIV

Man får inte glömma, att **Trestaden är Polens viktiga kulturcentrum**. De flesta av våra sevärdheter har inte bara att göra med Trestadens och landets historia utan också med Östersjöns rika marina kultur, som de tre städerna inryms i. Här finns många fantastiska museer som samlar och vårdar minnen från gamla tider. Historieentusiaster trivs här. Det gör också konstentusiaster, som är varmt välkomna till Trestaden, eftersom den förfogar över några riktigt fina konstgallerier.

I denna del av vår guidebok hittar du en lista över Trestadens mest kända museer och konstgallerier, som står öppna för alla besökare oavsett hur gamla de är. Det är också i Trestaden, som Europas museinatt arrangeras (på polska: Europejska Noc Muzeów) varje år i maj. Idén går ut på att man under en natt kan besöka alla museer gratis eller bara betala 1 zloty. Festen är mycket populär både bland Trestadens invånare och dess gäster, vilket de långa köerna är ett tecken på. Det finns alltid en dag i veckan, när museerna kan besökas utan att man betalar för det. Oftast är det måndagar eller tisdagar — på polska **dzień wolnego wstępu/ dzień darmowego wstępu**. Välkommen!



Open'er i Gdynia. Varje sommar hålls en stor musikfestival som kallas Open'er.
Foto: Magdalena Czekanowska.

Museer och andra sevärdheter i Gdansk

Man känner sig fri och utan några gränser
I staden med byggnader
i olika mönster
Här finns pubar,
Och massor med nattklubbar
Livet går snabbt,
Och du märker det knappt,
Om du har makt,
Så har du vodka i ditt fack
Kvällen börjar i en stad
Om du drack på ett kyrkans tak.
En magisk natt
I min älskade stad
Med gator och vägar kopplade ihop
Som blodomlopp i människans kropp
I världens finaste stad.

Karolina Pokrasen



Hamnkranen är en typisk profil för Gdansk. En legend är knuten till Kranen. En gång levde en bówka — en traditionell figur i Gdansk som var en smärre hamnst-råtrövare, buse, tjuv, latmask. Han hette Muchel. I stället för att arbeta, satt han gärna och drack på krogen tills han träffade djävulen vid Kranen. Djävulen ville straffa Muchel för hans lättja. Muchel lyckades upplysa sin hustru om sitt trassel. Hon kom och tackade djävulen för att han ville befria henne från mannen och bjöd honom på munkar. Tyvärr måste han spotta ut munken som inte var fylld med sylt, utan med peppar, soda, snus och spikar. Djävulen blev då förskräckt och försvann. Men Muchel kom tillbaka hem och blev en bättre människa. Foto: Adam Chojnowski

Det nationella **Marinmuseet** och dess avdelning **Hamnkranen**, som också kallas **Żuraw** (uttalas Zjurav) efter den gyllene tranan på taket. Adressen är Szeroka 67/68 i Gdansk. Den medeltida byggnaden hör till det som är mest karakteristiskt för hela Trestaden.

Kranen byggdes redan under medeltiden, närmare bestämt år 1367. Den var då den största hamnkranen i Europa. Sedan dess har den byggts om flera gånger, eftersom den mest bestod av trä och har brunnit flera gånger. Den nuvarande formen är en rekonstruktion från cirka 1444, och den sista rekonstruktionen börjades efter andra världskriget. Kranen är 30 meter hög och fungerade både som port till staden och som hamnkran. Fyra personer som trampade i kranen kunde hissa upp 2 ton varor från skepp. Senare kunde den ta emot och hissa upp så mycket som 4 ton varor upp till 11 meters nivå. Varor som den lyfte var främst fat med öl eller vin samt kvarnstenar. Hamnkranen har också använts för att resa master på skepp. På den södra sidan av kranen finns det ett solur och på taket finns det en liten trana som visar åt vilket håll vinden blåser. Nuvarande ägare till hamnkranen är Centrala marinmuseet i Gdansk (*Centralne Muzeum Morskie*). Inuti själva byggnaden kan man se utställningar som visar stadens förbindelser med havet, inte minst hur fiskare, sjömän och andra människor försörjde sig genom arbete på havet.

Żuraw ligger i ett av de viktigaste turistområdena och är samtidigt en av de finaste platserna i Gdansk. Det här är också ett av de finaste stråken för kvällspromenader i Trestaden. Här kan man se också många gamla, praktfulla byggnader eller vackra, ålderdomliga skepp (man kan även äta på en av restaurangerna på ett skepp eller köpa biljett och segla på något av dem). Man kan också köpa bärnsten här, bland

annat i form av smycken. Och många andra souvenirer från Trestaden.

Framför tranan står en bronsmodell av *Żuraw*. Den är främst avsedd för synskadade, som kan känna på olika delar av hamnkranen och föreställa sig hur den ser ut. Modellen är i skala 1:100, väger cirka 80 kilo och har finansierats av Rotary.

Hamnkranen hittar du i Gamla stan, bland flotta restauranger och caféer längs floden Motława. Kranen vittnar om hansastadens medeltida historia och är ett måste för den som kommer till Gdansk. Du kan knappast missa den! Intill kranen står en modell av hela sevärdenheten i brons med information i punktskrift.

www.en.cmm.pl/zuraw

Spannmålsmagasinens ö. Ön Wyspa Spichrzów ligger i floden Motława. Det första spannmålsmagasinet byggdes där så tidigt som på 1300-talet, och på 1500-talet fanns det omkring 340 magasin på ön. Men Wyspa Spichrzów var inte en ö från början. Gdanskborna bestämde sig 1567 för att gräva en kanal i syfte att försvara dyrbara varor från talrika stölder. Det byggdes också vindbroar som vinschades upp på natten. Att vara på ön på natten var förbjudet, hundarna vaktade magasinerna och stöld var belagt med dödsstraff. Spannmålsmagasinerna var stora, rymliga och byggda av trä, sten, tegel och lera. Intressant nog hade de inga nummer, utan namn — ibland ganska roliga, till exempel: Grå gåsen, Björndans, Kamel, Tre citroner, Blå lammet eller Nattens drottning. De hade också vapen som föreställde deras namn. I magasinerna förvarades lyxprodukter, kryddor, kläde, humle, spannmål och trä. Därifrån skickades produkter till Västeuropa vilket bidrog till att Gdansk blev en viktig och rik hamn och kallades för Europas spannmålsmagasin.



Att det var förenat med dödsstraff att befinna sig på ön nattetid inspirerade till en lokal legend om en ung spelman på taket. Han hette Skwierk och hann en gång inte lämna ön innan vindbroarna drogs upp. Då klättrade han upp på ett magasin och spelade fiol för hundarna hela natten för att lugna dem och undvika att bli upptäckt. Ön förekommer också i böcker av författare från Gdansk som Stefan Chwin och Pawel Huelle. Foto: Marta Bochenek

Den fria stadens Gdansks historiska område, Długi Targ 25/27.

Detta museum drivs av några historiefans, som älskar Gdansk. De har lyckats samla vardagsföremål 1920- och 30-talen. På plats berättar de för besökarna om hur det gick till när Gdansk blev en autonom stad. www.strefahistorycznawmg.pl

Museifartyget "Pommerns gåva", Jana Pawła II-allén

Sedan 1982 är fartyget en avdelning av Det nationella marinmuseet i Gdansk och är ett populärt turistmål. Som skolfartyg besökte hon även Sverige när Polen dragits in i andra världskriget.

www.cmm.pl/dar-pomorza

Hewelianumcentret, Gradowa 6

Detta museum liknar inte de andra museerna på vår lista. Hewelianumcentret är faktiskt en otroligt modern plats, där nöje förenas med lärande, och det rekommenderas för både barn och deras föräldrar. Tänk på det i förväg och sätt av tid för detta centrum. Runt museet finns det gott om

små stigar som uppmuntrar till en romantisk promenad med en fantastisk utsikt över skeppsvarvet och Gamla stan.

www.hewelianum.pl

Stocznia Gdanska (Skeppsvarvet i Gdansk)

Gdanskvarvet var förut ett av de största polska skeppsvarven. Det grundades 1947 på områden som tidigare tillhört de tyska varven Schichau Werft och Danziger Werft. Här byggdes Soldek, Polens första fartyg efter kriget, som nu ligger förtöjt vid Motławafloden vid Gamla stan. Från och med 1967, i dåvarande Folkrepubliken Polen, kallades varvet för Leninvarvet och var en av Polens största arbetsplatser.

I augusti 1980 bröt det ut en strejk på varvet. Strejkledaren hette Lech Walesa. Som följd grundades fackföreningen Solidaritet, som bidrog till förändringar i Polen 1989. År 1983 mottog Lech Walesa Nobels fredspris för sin insats. Idag renoveras fortfarande en del båtar på en del av det gamla varvsområdet. På den andra delen av det gamla varvet byggs ett nytt bostadsområde, som kallas Młode Miasto, den unga staden.

År 2005 höll Jean Michel Jarre sin konsert "Space of freedom" på varvsområdet för att fira Solidaritets 25-årsdag. Senare har det ordnats en hel serie konserter där, och bland många fina musiker som har uppträtt, finns David Gilmour och Scorpions.

År 2012 startade projekt Metropolitanka, vilket syftar till att visa upp kvinnor som arbetade i varvet och deltog i strejken samt kvinnor som från 2002 har sina konstateljéer på det gamla varvsområdet. På sommaren kan man besöka varvet och gå i dessa kvinnors fotspår med guider på polska och engelska, <http://metropolitanka.ikm.gda.pl/dzialania/zwiedzanie/zwiedzanie-stoczni/gdansk-shipyard-from-womens-perspective/>



Skeppsvarvet i Gdansk ligger nära centrala Gdansk. Gå dit! Se Andrzej Wajdas filmer också. För att få veta mer om vad som hände på varvet under strejkerna. Foto: Monika Dunajska

Solidaritets europeiska centrum öppnades 2014 och är byggt i form av ett jättestort fartyg i rostig plåt. Ett besök på fackföreningen Solidaritets flotta centrum blir en både lärorik och stark upplevelse för den som vill veta mer om Lech Walesa och den rörelse som fick så många efterföljare och så stora efterskalv i flera länder, att den till slut fick sovjetkommunismen på fall i Europa. Själva byggnaden och dess läge påminner om de dramatiska händelser som förändrade historiens lopp.

Ett besök på ESC kräver gott om tid för att smälta all information om fackföreningen Solidaritets historia. Och du kommer säkert tillbaka igen.

<http://www.ecs.gda.pl/>



Solidaritets Europeiska centrum på skeppsvarvsområdet Gdansk MÅSTE ingå i turistplanerna för den som besöker Gdansk. Centret rymmer framförallt en omsorgsfullt designad och pedagogisk utställning som berättar Solidaritets historia genom föremål som stämpelkort, milismännens sköldar, arbetarnas hjälmar samt texter, filmer och vittnesmål. Foto: Magdalena Czekanowska

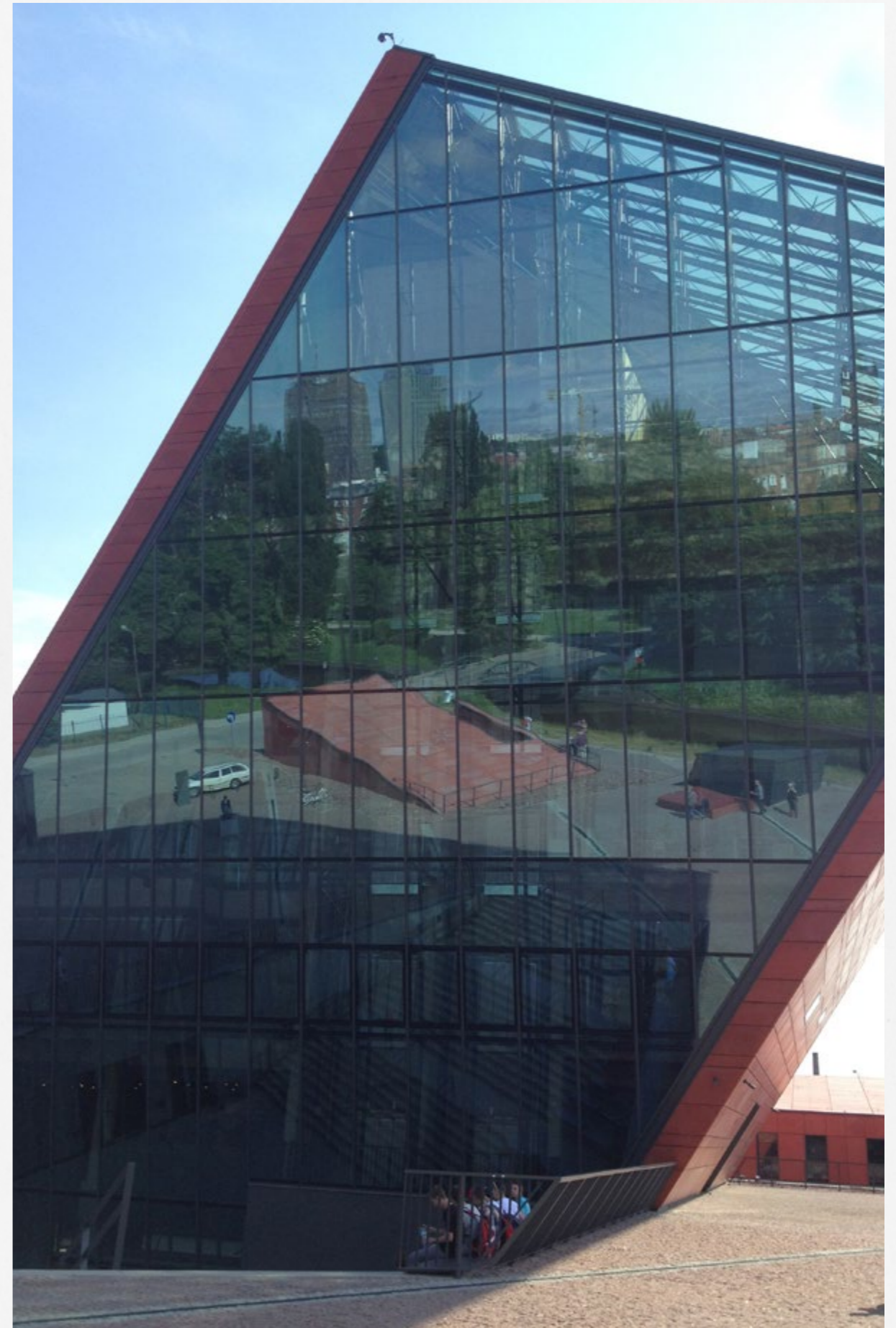
Andra världskrigets museum ligger i Gdansk, nära skeppsvarvet och Solidaritets europeiska center. Historia om människor som deltog i och drabbades av kriget framställs mycket levande genom bland annat filmer, propagandaaffischer, vapen och militärfordon, vardagsliv och föremål.

<http://muzeum1939.pl/en>



Mariagatan, Mariacka (uttalas Mariatska) är som en separat, mycket unik värld. Det är den enda gatan i Gamla stan i Gdansk som behållit alla sina verandor, vilka i stort sett var de enda resterna som fanns kvar efter att husen hade lagts i ruiner under andra världskriget. Den smala Mariagatan går som en ravin mellan verandor och mestadels fyråvåningshus, från den gotiska portalen vid kajen till Mariakyrkans port. På verandor, i källare och på husens bottenvåningar finns det serveringar samt fina affärer som säljer polskt konsthantverk i form av prydnader och smycken av bärsten, glas och keramik.

På sommaren, särskilt under Dominikanermarknaden, är det mycket liv och gatulärm



på Mariacka. Tusentals turister passerar här. Man kan också lyssna till gatumusikanter som spelar musik av gamla mästare.



Mariackagatan i Gdansk är en favorit, särskilt på sommaren. Under andra årstider kan man också träffa på några fotgängare, men inte så många. Då bryts tystnaden bara om kyrkans klockor slår, eller om det på andra sidan av porten passerar en båt med en högljudd motor. För många är denna gata väldigt mystisk och fylld av hemligheter. Många gillar att komma hit, speciellt på kvällarna och lyssna på "stadens röst". Foto: Marta Bochenek

Arkeologiska museet, Mariacka 25/26, ligger ett stenkast från Hamnkranen, på den lilla färgglada Mariackagatan. På museet får man veta mer om regionen Pommerns historia, hur en gård växte till den medeltida hamnstaden Gdansk och hur staden brändes ned under kriget. Dessutom finns där flera föremål från afrikanska kulturer. En mycket fin utsikt över floden Motława får man genom fönstren, och den utsikt över hamnen och Gamla stan som man får när man klättrar upp i tornet är helt otrolig. www.archeologia.pl

Artushovet, Długa Targ 43/44

Denna unika byggnad uppfördes under 1600-talet och var då en mötesplats för rika patricier och hantverkare. Namnet kommer från den engelske legendariske kungen Arthur, som var en symbol för

mod, ridderlighet och heder. Detta namn hade även andra liknande byggnader i hela Europa. Artushovet i Gdansk var i början en mötesplats för adeln och hela överklassen, och hantverkare och handlare fick inte gå in. Några gånger om året arrangerade man där allt större och större fester, men till vardags var det något som vi idag kallar för en exklusiv klubb. På 1700-talet blev det börs- och idag hör Artushovet till stadens historiska museum.

Artushovet har en ofantligt rik inredning med enastående, 10 meter hög kakelugn samt vackra målningar och modeller av skepp. Det här är en plats där man kan möta författare och konstnärer, lyssna på föreläsningar eller till och med titta på en fäktningstävling.

Framför Artushovet står den mycket kända och ofta fotograferade

Neptunfontänen är en populär samlingsplats inte bara för våra turister och det är den mest igenkända symbolen för Gdansk.

Stadens historiska museum och dess avdelningar i Gdansk har en egen hemsida: www.mhmg.pl

Uphagenhuset, Długa 1. Det är absolut värt att titta in i Uphagens hus med dess rika inredning för att snabbt gå tillbaka i tiden och känna sig som en gdanskbo på 1800-talet. Hyreshuset byggdes mellan 1770-80 åt rådgivaren Jan Uphagen. I sitt testamente förbjöd han förändringar i byggnadens interiör och struktur. Huset tillhörde Uphagenfamiljen under hela 1800-talet, och museet öppnades 1911. En större del av inredningen och möblerna demonterades och evakuerades 1944, och idag är en del av originalen tillbaka. Själva huset förstördes i mars 1945 och återuppbyggdes senare.

HÅLL UTKIK EFTER spårvagn nummer 6. Den kanske heter just Jan Uphagen.

Bärnstensmuseet, Targ Weglowy 26. Innan man förser sig med konstverk av bärnsten, som brukar vara den mest populära sommarsouveniren från Gdansk bland våra gäster från Skandinavien, är det klokt att gå in på Bärnstensmuseet. Där kan man beundra flera fantastiska bärnstenföremål och få veta lite mer om stenens historia i just Gdansk, som är ett viktigt bärnstenscenter.

Det gamla fängelsetornet är 40 meter högt. Det byggdes 1379 – 1382 och är sedan 2006 bärnstensmuseum. Som fängelse finns byggnaden med i Günter Grass roman Blecktrumman samt i filmen med samma namn. Det var här som hjälten Oscar Matzerath stod och skrek för att förstöra teaterns alla fönsterrutor.

*Gdansk är en mycket vacker stad
Du blir svartsjuk, USA.*

*Framförallt är det historien
Som de andra drömmer om.*

*Oscar spelar på sin trumma
Musik — som spårvagnar går
Bombad är den Gamla Staden
Och världens mildaste vår*

Hania Skrzypiec

Brama Wyżynna — Höga Porten är en stadsport i renässansstil som tillhörde befästningarna från 1600-talet till och med 1895. Det var den viktigaste porten i hela Gdansk vid Kungaledens början. Vid porten måste man **betala tullavgift** för att få komma in i staden. Till exempel lär en av de konstigaste avgifterna ha berott på hur långa fötter man hade. Porten byggdes av Willem van den Blocke 1588 och påminner om byggnader från Antwerpen. Tortyrkammaren (Katownia) är från andra hälften av 1300-talet och bildade tillsammans med fängelsetornet ett slags rondell eller befästningstorn.

Gyllene Porten byggdes under åren 1612 – 1614 på samma plats som en gotisk port från 1300-talet. Projektets upphovsman var arkitekten Abraham van den Blocke som också projekterade bland annat Neptunfontänen, Stora arsenalens dekorationer och Artushovets fasad. Gyllene portens byggnadsstil kallas nederländsk manierism. Högst upp på porten sitter **åtta skulpturer** — fyra på varje sida. Skulpturerna på den västra sidan symboliserar borgarnas mål: Pax ("Fred"), Libertas ("Frihet"), Fortuna ("Lycka") och Fama ("Berömmelse"). På den östra sidan finns skulpturer som symboliserar medborgarnas dygder: Concordia ("Överenskommelse"), Iustitia ("Rättvisa"), Pietas ("Fromhet") och Prudentia ("Förstånd").

Under andra världskriget förstördes porten och återuppbyggdes 1957, med pengar från...

Tornurmuseet i Sankta Katarina kyrka, Wielkie Młyny 10

Fröken i fönstret

Fröken — eller flickan — i fönstret är en skulptur av Ewa Topolan. Den har att göra med Hedwiga som beskrivs i boken *Deotyma* av Jadwiga Łuszczewska. Deotyma var 24 år när hon kom till Gdansk med sina föräldrar 1858. Hon blev mycket förtjust i staden, dess byggnader och invånare. I boken minns Deotyma huvudsakligen en ung kvinna som hette Hedwiga och som bodde i Bärnstenshuset, och som varje dag tittade ut genom fönstret efter sin efterlängtrade matros och undrade om han skulle komma tillbaka. Efter att boken publicerats, kom många turister kom till Gdansk och undrade var detta hus låg, och nu antyder den här skulpturen var huset kunde ha legat. Man kan se Fröken i fönstret varje dag klockan 13 från den 1 maj till den 30 september.

Falowiec, långa vågformiga bostadshus i Gdansk kallas för de fulaste socialistiska byggnaderna i Gdansk, vilka idag blivit kulturföremål. Den längsta Falowiec i stadsdelen Przymorze är också den näst längsta bostadsbyggnaden i Europa (den längsta ligger i Österrike). Dess namn härstammar från ordet fala (en våg) eftersom byggnadens originella form liknar just en våg.

Det finns 16 uppgångar i Falowiec, med 10 våningar i varje uppgång, och där bor omkring 6 000 människor. Byggnaden är 860 m lång, 13 m bred och 32 m hög. Längs denna Falowiec finns tre busshållplatser. 4 brevbärare jobbar enbart i Falowiec för att få kunna hinna dela ut alla brev i tid. Huset byggdes 1970-1973 av arkitekter som hade inspirerats av Le Corbusier och hans modernism.

Stefan Chwin är en känd polsk författare som ofta förlägger handlingen i sina romaner till Gdansk. I boken Panna Ferbelin beskriver han hur Falowiec, när det kom, förstörde stadens vackra utseende. Förr i tiden fanns det inga dörrar mellan uppgångarna, och dåtidens barn kunde leka kurragömma längs hela byggnaden. Falowiec har också sin mörka sida — särskilt under 70-talet var det ganska vanligt att hoppa från Falowiec och begå självmord.

Rådhuset, Długa 46/47. Den här gotiska byggnaden med en häftig historia bakom sig utgör inte bara ett minne från gamla tider. Rådhuset är dessutom en av de mest omtyckta utsiktspunkterna i hela staden. Att klättra upp tornet i sällskap av sin mobil och en selfiepinne och se ut över Gdansk rekommenderas hjärtligt till alla.

Det gamla Rådhuset och Östersjöns kulturcentrum, Korzenna 33/35,

Det här är en av de mest karakteristiska byggnaderna i Gamla stans arkitektur. Förr i tiden var den centrum för det politiska livet

i Gdansk, och även forskaren Jan Heweliusz var knuten till den här byggnaden när den var rådhus. Nu rymmer huset Östersjöns kulturcentrum, som arrangerar olika kulturevenemang i form av konserter och utställningar. På bottenvåningen finns även den trivsamma PWN-bokhandeln. <http://www.nck.org.pl/pl/ratusz-staromiejski>



http://www.stare-zabawki.pl/strony.php?s=o_galerii

Leksaksmuseet, Piwna 19/21. Det här lilla museet är för dig, som vill gå tillbaka till barndomens tid. Här hittar du gamla leksaker från 1920 till 1989, föremål som vittnar om att barn hade rätt att vara barn även under en sådan svår tid som kommunismen. <http://www.stare-zabawki.pl/>

Det gamla posthuset, Obronców Poczty Polskiej 1/2

Det polska postverket grundades i den fria staden Danzig 1920. Det är en av de viktigaste byggnaderna i Gdansk som påminner om Polens dramatiska historia. Dess första kontor i Gdansk blev centralt postkontor i Gdansk efter 1930 och hade en telefonväxel med direktkoppling till hela Polen. Försvaret av posthuset hör till andra världskrigets första händelser.

Attacken inleddes klockan 04:45 den 1 september 1939, samtidigt som det tyska fartyget slagskeppet Schleswig-Holstein

började beskjuta Westerplatte. Tidigare, cirka klockan 4:00 hade el- och telefonanslutning postens byggnad klippts av.

I byggnaden fanns 43 personer, bland annat vaktmästaren med sin fru och dotter. Personalen bar vapen. De hade bland annat tre k-pistar och några handgranater. Enligt generalstabens riktlinjer, var brevbärarna tvungna att hålla ut i ungefär sex timmar, fram till dess att försvarsstyrkan i Västra armén skulle komma. De hade dock inte fått information om att man hade återkallat Pommerns interventionskår och att man skulle avbryta försvaret. Fram till klockan 15.00 lyckades posttjänstemännen hålla nazisterna stängna. De också fick ett ultimatum om att ge upp.

Brandbilar pumpade in bensin till källaren genom, klockan 18.00 stacks postkontoret i brand, och fem personer brändes inne. Klockan 19.00 beslöt sig posttjänstemännen för att kapitulera. Postens direktör Jan Michon kom ut först. Trots att han bar vit flagg, blev han skjuten av de nazistiska angräparna. Bara sex personer lyckades fly från byggnaden. De övriga anställda dömdes till döden. Efter kriget fick det gamla torget namnet "**Postens försvarares torg**", och idag berättar ett museum inne i byggnaden om den tragiska händelsen. Framför posten står ett monument till minne av de posttjänstemän som mördades av nazisterna.

På halvön **Westerplatte** finns **Wartownia nr 1, Monumentet över Westerplattes försvarare och Andra världskrigets museum**, www.muzeum1939.pl

Museer och andra sevärdheter i Gdynia

Emigrationsmuseet, Polska 1. Polen är i motsats till de skandinaviska länderna mycket homogent när det gäller kultur. Men å andra sidan bor 20 miljoner människor med polsk bakgrund på många helt olika ställen runtom i världen. På det här unika museet får du veta mycket mer

om den företeelsen, som Polen så sakta börjar sammankopplas med, samt om polackernas motiv att resa utomlands under olika perioder. Här väntar en fantastisk upplevelse, där kultur, samhälle och polackernas säregna nationalkaraktär samspelar. www.muzeumemigracji.pl

Gdynias stadsmuseum, Gdynia, Zawiszy Czarnego 1 www.muzeumgdynia.pl

Museer och andra sevärdheter i Sopot

Friluftsmuseet Grodzisko, Haffnera 63, tillhör Arkeologiska museet i Gdansk. Det är i själva verket en gård som berättar om hur livet runt Sopot såg ut under medeltiden. www.grodziskosopot.pl

Sopots stadsmuseum, Poniatowskiego 8 www.muzeumsopotu.pl

Piren i Sopot (Molo)

Piren i Sopot är uppkallad efter Johannes Paulus II. Den går ut en bra bit i Östersjön, ja den är faktiskt ungefär en halv kilometer lång. Det är den längsta träkonstruktionen i Europa — 511,5 m lång och med en bredd på 10 meter. År 1827 konstruerade Dr George Haffner den första piren som då bara var 31,5 meter lång. Piren förlängdes två gånger, den första gången vid slutet av 1800-talet till 150 meter och den andra gången 1910 till 315 meter. Piren har sett ut som den gör idag sedan 1928. Då byggdes torget framför piren och själva piren om, och det var den största ombyggnaden i pirens historia. Ursprungligen fungerade denna plats som lokal hamn, och med tiden blev det en plats för rekreation. År 2011 blev småbåtshamnen klar och kan rymma över 100 båtar.

År 1888 öppnades den första reguljära färjelinjen mellan Sopot och Gdansk. Och Towarzystwo Żegluga Morskiej Gryf

(Havsöreningen) öppnade förbindelsen Gdansk - Sopot - Gdynia - Puck - Hel år 1922.

Det är intressant att piren har utnyttjats som hamn för stora passagerarfartyg, särskilt under mellankrigstiden.

På nätet finns möjligheten att titta på vad som pågår just nu vid piren. Om du vill spionera lite, kan du klicka på den här länken <http://www.trojmiasto.pl/kamery/>.



Den anrika piren i Sopot. Om du bara har några dagar i Trestaden, bör du absolut hinna ta dig till Sopot. Du kan åka dit med tåg eller buss eller taxi. Helst ska du gå ut på den stora piren, där badgäster flanerade även för snart 100 år sedan. Från april till september kostar det pengar att gå ut på piren.
Foto: Monika Dunajska

Konstgallerier i Trestaden

På konstgallerierna i Trestaden byts utställningarna ganska dynamiskt. Gå in på nätet eller fråga på respektive galleri vad som är aktuellt. Kom ihåg att ta reda på om det organiseras några kulturevenemang (vilket ofta är fallet).

KONST I GDANSK

Galeria BLIK, Korzenna 1D

I det gamla rådhuset ligger ett galleri med starkt fokus på modern konst. www.galeriablok.pl

Galeria PIONOVA, Olejarna 2

Detta galleri ligger i närheten av klubben Bunkier och har ett eget café, Arthouse. Utställningarna baseras på samarbete med kända konstnärer från hela landet och med viktiga kulturcentrum i Trestaden. www.pionova.net

Konstinstitutet WYSPA, Doki 1/145 B, Jana z Kolna

Ett institut, där företeelser inom modern konst diskuteras och som drivs i icke kommersiellt syfte. Det ligger i närheten av skeppsvarvet. www.wyspa.art.pl

Centret för modern konst, Łażnia, Jaskółca 1, www.laznia.pl

Gdansk stadsgalleri, Piwna 27/29, Powroźnicza 13/15, www.ggm.gda.pl

Günter Grass galleri i hörnet av Szeroka och Grobla I, www.ggm.gda.pl

Nationalmuseet i Gdansk,

www.mng.gda.pl

Etnografiska avdelningen — Spichlerz Opacki, Cystersów 19

Gdańska Galeria Fotografii, Grobla 8/11

Gröna Porten (Brama Zielona) Długi Targ 24

Avdelningen för äldre konst, Toruńska 1

Opatowpalatset, avdelningen för modern konst, Cystersów 19

KONST I GDYNIA

Sällskapet Traffic Design, i hörnet av Żeromskiego och Derdowskiego

Spår av föreningens verksamhet syns ute i staden. Detta sällskap ansvarar nämligen för nya väggmålningar som börjat synas i Gdynia under den senaste tiden och som därmed ger staden ett nytt utseende. www.trafficdesign.pl



Konstnärer och arkitekter bör åka till Gdynia och se på graffiti och intressanta hus och båtar.

Foto: Izabela Zam

KONST I SOPOT

Statens konstgalleri, Plac Zdrojowy 2

Varje år kan 25 utställningar beundras här. I fokus för verksamheten står både traditionell och modern konst, men här presenteras också konstnärer från Trestaden. www.pgs.pl

Mer om kultur och nöjen

Trestaden är också rikt på andra nöjen i form av jazzklubbar, teater (även på stranden) filmfestivaler i Gdynia och Sopot, musikfestivaler, opera (även i skogen) och konserter. Läs mer på <http://guide.trojmiasto.pl/> och titta även på

- alternativbio i Gdańsk + Gdańsk Doc-Film Festival, <http://Gdańskdocfilm.pl/>
- BAKALIE design- och modemässa i Gdańsk, <http://Gdańskiebakalie.wordpress.com/>

SPORTA OCH TA HAND OM DIN KROPP I TRESTADEN

Trestaden är ett aktivt område, och det är många här som är bra på volleyboll. Det finns också de som bara gillar att jogga och/eller att simma (i Sopot finns klubb för vinterbadare). I det här avsnittet berättar vi om flera stora arenor som används till mer än bara sport och idrott.



Mors = valross och vinterbadare. Den 11 november 2015, Polens nationaldag, kom flera vinterbadare till Trestaden. Här syns gäster från Leba, som ligger cirka 13 mil från Gdansk och är känt för sina enorma sanddyner. Foto: Gunnel Bergström

Ergo Arena

Ergo Arena är en sporthall med en infrastruktur för ett brett utbud av idrottsevenemang, bland annat europeiska och världsmästerskap i nästan alla inomhussporter. Arenan är också öppen för olika slags kultur- och nöjesevenemang som konserter, teaterföreställningar, filmvisningar, uppträdanden, opera och galor. Hallen kan ta emot 15 000 personer. Här har vi sett och hört sådana artister som Lady Gaga, Michael Buble, Rammstein, Sting och Roxette. OBS! Hallen är ett fenomen för Europa, eftersom den tillhör både Sopot och Gdansk. Man flyttade gränsen mellan dessa två städer, så att Ergo Arena skulle ligga i mitten. Den har finansierats lika av Sopot och Gdansk. ergoarena.pl
SKM (tåg): Gdansk Zabianka — AWFIS (10 – 12 minuter till fots)

Gdynia Arena

Gdynia Arena öppnades 2008 i utkanten av Gdynia. Hallen kan användas för nästan alla typer av idrott och konstnärliga evenemang. Hallens ljudanläggning har hög kvalitet och unika akustiska egenskaper i jämförelse med andra objekt av den här typen. Arenan rymmer en publik på cirka 4 800 personer. I vardagligt tal kallas hallen för "Irokez" (tuppkammen) på grund av sitt utseende.
SKM (tåg): Gdynia Wzgorze Sw. Maksymiliana (8 – 10 minuter till fots)

PGE Arena

PGE Arena Gdansk är en multifunktionell, modern idrottsanläggning, som även fungerar som centrum för affärer, nöje och fritid. Den är designad för att kunna anordna stora evenemang med upp till 45 000 åskådare på fotbollsmatcher, konserter, sport- och andra kulturevenemang. PGE Arena byggdes för Euro 2012 som ägde rum i Polen och Ukraina. På stadion spelar Lechia Gdansk sina matcher, vilket är vår anrika fotbollsklubb. Arenans färg påminner om bärnsten. Och Lechia har grönvita färger. www.pgearena.gdansk.pl
Spårvagn: 1, 7, 10

Ta hand om din kropp

I Trestaden finns all möjlig skönhetsvård och en massa sätt att koppla av. Vi har många skönhetskliniker och spaanläggningar, också vid havet. Gå till frissan, njut en bärnstensbehandling, lämna över dina händer och fötter till manikyristen och pedikyristen. Låt din kropp knådas av mycket duktiga massörer, spänn av med vattenjympa eller ansiktsbehandling.

ÄT OCH DRICK I TRESTADEN

I Trestaden kan du smaka så mycket mer än bara öl, korv och ostkaka. I det här kapitlet rekommenderas flera saker som du bör smaka när du är i Trójmiasto.

Drycker

Goldwasser — vodka/brännvin från Gdansk som är en ganska stark (minst 38%), växtbaserad och kryddig och dryck. Den smakar nästan som punsch, och små guldflagor flyter i flaskan. Receptet kommer från en holländsk invandrare på 1500-talet. Du kan köpa flaskan i mataffärer och spritbutiker på stan. 0,5 liter kostar ungefär 80 PLN.

Żóbrówka — en typisk polsk vodka med ett vällyktande grässtrå (bisongräs) i flaskan. (0,5 l — cirka 25 PLN)

Soplica pigwowa (eller orzech laskowy, malinowa, śliwkowa, wiśniowa, czarna porzeczka) — en polsk likör som smakar kvitten (andra varianter: hasselnöt, hallon, plommon, körsbär, svarta vinbär). Alla sorter är ganska söta och kan tas som drinkar eller snapsar. (0,5 l — cirka 30 PLN)

ÖL — det finns lokalt öl, även mikrobryggerier.

Mat att handla och ta med sig hem

kabanosy — smal rökt korv, till frukost eller kvällsmål

ogórki kiszzone — surgurkor

smalec — ister som man brer på brödet

kielbasa — smaka gärna olika slags korv, särskild från matvaruaffärerna Gzella och Nowak

ptasie mleczko — typiska polska praliner, fyllda med fluffig kräm och täckta av tunn choklad

Alla sötsaker från Wedel. E.Wedel-fabriken är ett gammalt polskt konfektyrföretag.

Det grundades 1851 som är Polens första chokladtillverkare. Du kan köpa Wedels produkter i nästan alla mataffärer. Wedel har också kaféer där man kan dricka varm choklad och köpa originalprodukter. Pijalnia Czekolady Wedel har öppet till sent varje dag och finns i Gdańsk, på Aleja Grunwaldzka 141 och i Sopot, på Ul. Bohaterow Monte Cassino 36

Sernik (ostkaka), **makowiec** (vallmofröbullar), **paczki** (munkar) och andra bakverk smakar fint på Gdansks största konditorier Pellowski och Szydłowski.

Några av Pellowskis konditorier har öppet varje dag till cirka 18 eller 19:



I Gdansk, på Podwale Staromiejskie 82, Długa 40/42 och Rajska 5

Andrzej Szydłowski (AS) har öppet varje dag, några så sent som till kl 20.



Besök kondiset på Boh. Monte Cassino 50/50A i Sopot, Świętojańska 76 i Gdynia (OBS stängt på söndagar) eller i Galeria Bałtycka på Grunwaldzka 141 i Gdańsk

Testa även

Cupcake Bar Fajne Baby i närheten av Gamla stan i Gdańsk, <http://fajnebaby.pl> och Caffè Aniol i Gdynia, Kilińskiego 6, Gdynia, www.caffeaniol.pl

Restauranger

När du går på restaurang . . .

. . . besök en **mjolkbar!** Bar Mleczny är en billig restaurang där du kan äta traditionell polsk mat, som hos mamma. Grundläggande rätter är *kotlet schabowy* — fläskkotlett, *bigos* — surkål kokt med kött, *pierogi* — ett slags ravioli med vit ost, kött eller kål, *krokiety* — krocketter, *placek po cygańsku* — zigenarkaka, *zupa ogórkowa* — gurksoppa, *żurek* — en soppa på surdeg med korv, som kan serveras i ett halvt bröd, *barszcz* — rödbets-soppa. Till alla rätter kan du dricka *kompot* — kompott.

I Stare Miasto, Gamla stan, kan du gå till

Bar Dominikański, Plac Dominikański 1-Hala Targowa (saluhallen) Punkt nummer 104, 1:a våningen,

Bar Mleczny Neptun, ul. Długa 33/34

Bar Mleczny Turystyczny, ul. Szeroka 8/10

I Gdańsk-Wrzeszcz hittar du

Bar Akademicki — en restaurang för studenter men inte bara för dem! Mycket billiga och traditionella rätter. Restaurangen är över 50 år gammal. Aleja Grunwaldzka 35. 10% avdrag på alla priser efter kl.17

Bar Mleczny Syrena — Al. Grunwaldzka 71. 50% avdrag på alla priser efter kl.17.

Du kan också äta bra och billigt på **Pyra Bar** där alla rätter byggs på pyra, **potatis**. Ul. Garbary 6/7, öppet varje dag.

Ät i Gdynia

På Gdynias huvudgator och vid stranden ligger många bra restauranger. Varje turist kan hitta välsmakande mat av god kvalitet till rimliga priser. Gdynia är rikt på olika typer av restauranger: polska, asiatiska, italienska, grekiska och internationella. Varje år dyker det upp nya intressanta lokaler här.

Många platser är markerade med dekalen "SZLAK KULINARNY CENTRUM GDYNI" — den kulinariska leden i centrala Gdynia. Det betyder att man kan se på stan och njuta av god mat. Du kan se vilka restauranger som rekommenderas: <http://www.kulinarnagdynia.pl> (på polska och engelska).

Här presenteras bara 14 utvalda restauranger. Naturligtvis finns här flera ställen med god mat, så var och en kan hitta sin perfekta maträtt.

POLSK MAT

W ogrodach

ul. Władysława IV 49a

<http://www.wogrodach.pl>

Restaurangen serverar polsk mat lagad av färsk, lokala ingredienser, mat som är noggrant tillagad, som i ett polskt hem. Här kan du prova de traditionella polska smakerna i pierogi, żurek, gås, viltkött och fisk. Det är möjligt att beställa glutenfria maträtter. Interiören är ljus och romantisk. Det finns många blommor här, liksom i trädgården och lusthuset.

Huvudrätt: 60 PLN

F. Minga

Bulwar Nadmorski

<https://www.facebook.com/F.Minga>

Det här är ett mysigt ställe med utsikt över stranden och havet. Du kan gå dit efter promenaden och dricka kaffe. På menyn finns också frukosträtter, fiskrätter och välsmakande desserter. Restaurangen gör reklam för sig själv om att där finns "förmodligen" den bästa äppelkakan i staden.

Tłusta Kaczka

ul. Spółdzielcza 2 (Gdynia Orłowo, bakom köpcentret Klif)

<http://www.tlustakaczka.pl>

Förbered dig på en fantastisk smakupplevelse. Hos Tłusta Kaczka kombineras det traditionella med det nya vilket skapar originella smaker. Tonvikten ligger på polska

rätter, men kocken tillagar dem på sitt eget kreativa sätt. Den viktigaste råvaran som används i köket är anka (namnet av restaurangen betyder den feta ankan). I mitten av matsalen står ett bord med traditionella polska delikatesser. Smaka på färskbakat fullkornsbröd, paté, ister, inlagd gurka och inlagda grönsaker. Priserna är höga men det här stället är absolut värt ett besök. Huvudrätter: 24-80 PLN, anka för två personer: 98 PLN

Mulk. Om ni är sugna på att äta traditionella polska maträtter, besök restaurangen Mulk som ligger en bit från Gdansk, vid huvudvägen från Kasjuben till Gdynia. Personalen pratar några främmande språk. Glöm inte att boka bord i förväg, särskilt under sommaren. www.mulk.pl. Meny på engelska och tyska: <http://mulk.pl/wp-content/uploads/2017/12/menu-mulk-ang-deutsch-zima-2017-web-listopad.pdf>

Det är också värt att besöka den lilla affär som ligger i samma byggnad. Där kan ni köpa ost och kött framställda enligt traditionella recept.

MEDELHAVSMAT

Czerwony Piec

ul. Starowiejska 40c

<http://www.czerwonypiec.pl>

En liten billig pizzeria nära centralstationen erbjuder samma goda pizzor bakade i en traditionell ugn. Den kan jämföras med pizza från Neapel. I menyn finns omkring tio typer av pizza, lätta förrätter, panini, sallader och hemlagade desserter. Drick gott vin eller italienskt kaffe. Atmosfären är avslappnad.

Förrätter, sallader: 8-13, pizza: 10-19 PLN

Lawenda Cafe & Galeria

ul. Starowiejska 11

http://lavendacafe.pl/lavenda_www/Home/1/pages.html

En restaurang för Provence- och lavendelälskare med lavendelfärgade väggar och vita möbler. Detta är också ett konstgalleri. Ät lunch där — smörgåsar, sallader eller pasta är lätta, fräscha rätter.

Sallader: 28-38 PLN, pasta: 27-38 PLN

Mąka i Kawa

ul. Świętojańska 65

<https://www.facebook.com/makaikawa>

Här kan du få en mycket god pizza med bra deg och fyllning till ett bra pris. Där finns bara en storlek på pizza, och en person äter sig mätt på den. Servicen är mycket vänlig och personalen försöker uppfylla varje önskan. Nackdelen är att lokalen är pytteliten, men du kan ta med dig en pizza och äta den i parken på Kamienna Góra.

Pizza: 9-15 PLN, kaffe: 3-5 PLN

Malika

ul. Świętojańska 69b

<http://www.restauracjamalika.pl>

Restaurangen serverar maträtter från Marocko, Algeriet och Tunisien. Menyn lägger tonvikt på kött (men inte fläsk, förstås), och du kan välja mellan tagine eller grillat kött. Det finns också flera saker att välja på för vegetarianer, bl.a. hummus, falafel och couscous. Portionerna är lite för små och priser för höga. I denna lokal med marockansk inspirerad inredning finns också ett hörn med arabiska matvaror att köpa
Förrätter: 12-44 PLN, tagine: 27-59 PLN

ASIATISK MAT

Good Morning Vietnam

ul. Świętojańska 83a

<http://www.goodmorningvietnam.pl/index.php>

Här kan man äta rätter på högre nivå än vietnamesisk snabbmat. Ett besök på denna restaurang är en kulinarisk resa genom Vietnam. Alla rätter tillagas färskt enligt originalrecepten på de populäraste vietnamesiska rätterna. Alla smakar jättegott!

Pho soppa: liten 10, stor 27 PLN, huvudrätter: 25-35 PLN

Taj Mahal

vid ul. Władysława IV

Det här är första indiska restaurangen i Trestaden. Ägaren kommer från Delhi. Här kan du pröva traditionella indiska maträtter som roghan josh — delikat fårkött eller kyckling tikka masala, palak paneer och mango lassi. Några tycker att maten är lika god som i Indien.

På väggarna visas målningar, eftersom lokalen även fungerar som galleriet.

Huvudrätt: 20-80 PLN

Tokyo Sushi

ul. Mściwoja 9

<http://www.tokyosushibar.pl>

Tokyo Sushi fått pris som bästa japanska restaurang i Polen. På den moderna restaurangen med dess mycket lysande interiörer kan man äta den bästa sushin i Gdynia. Priserna är ganska höga, men det är också kvaliteten. På menyn finns även koreanska och thailändska maträtter. Det är ett perfekt ställe för middag med ens partner.

Futomaki (6 bitar): 16-24 PLN, huvudrätt: 26-49 PLN

INTERNATIONELL MAT

Trafik

ul. Skwer Kościuszki 10

<http://www.trafikgdynia.pl>

Det här är en underbar lokal i industrialistisk stil med tegelväggar. Här kan man äta frukost, lunch och middag. Man kan välja något lätt, t.ex. en av de intressant komponerade salladerna eller kött, fisk och pizza. Maträtterna kommer från olika kök — det polska, det franska, det amerikanska och det asiatiska. Där finns också en tavla som visar veckans specialitet, oftast fisk, skaldjur och pasta. Lämna plats för deras goda desserter!

Pizza 15-32 PLN, huvudrätt 20-65 PLN

Chwila Moment

ul. Świętojańska 30

<http://www.chwilamoment.com.pl>

Restaurangen finns i Infobox i korsningen av gatorna 10-lutego och Świętojańska. På bottenvåningen finns bageri och café där man kan äta frukost och kakor, och ovanför finns restaurangen det grill, där franska och vegetariska rätter serveras. Man kan komponera sin egen middag. Menyerna ändras ofta, så man kan pröva arabisk och polsk mat eller medelhavsmat. Det är värt att pröva en av deras läckra drinkar. På kvällarna fungerar lokalen som nattklubb. Utomhuskonserter äger rum under våren och sommaren.

Huvudrätt 22-55 PLN, lunch 19 PLN

Śródmieście

ul. Mściwoja 9/1

<https://www.facebook.com/srodmiescie.gdynia>

Śródmieście är ett hipsterställe, favorit bland de unga medborgarna. Här råder en trevlig och avslappnad atmosfär, och bra musik spelas. Ofta är det fullsatt på kvällarna, eftersom matsalen är ganska liten. Menyerna fokuseras främst på olika slags hamburgare som alltid serveras med sallad eller pommes frites. Andra rätter är soppor, smörgåsar och hummus. Ibland serveras tillfälliga maträtter, så fråga gärna servitörerna. Och pröva deras hemlagade likörer! Hamburgare 21-26 PLN, sandwich: 13-16 PLN

Mandu är en liten restaurang i stadsdelen Oliwa i Gdansk (ul. Kaprów 19D) i närheten av Oliwa parken. De har ytterligare en restaurang i närheten av järnvägsstationen (ul. Elżbietańska 4/8). På Mandu kan man äta pierogi, både i traditionella och lite mer moderna former, samt pierogiliknande maträtter från olika regioner i världen. Obs! Var beredda på att det kan bli svårt att välja vad som ska beställas.

SHOPPA LOSS I TRESTADEN

Det är roligt att shoppa i Trestaden. Till exempel kan du hitta vackra souvenirer i bärnsten, keramik och glas, särskilt på Mariackagatan. Du kan också prova och köpa handgjorda eleganta och unika hattar.



Åretruntöppet. Mariackas små butiker och stånd är öppna för turister alla möjliga tider på året. Foto: Vidar Kolloen

Här hittar du länkar till många stora och välsorterade gallerior med polska och internationella (även svenska) butiker. Gallerierna har öppet varje dag (utom vissa stora helgdagar), ofta till 20 eller 21. Klicka på länken för att få information om de olika gallerierna. //GALLERIOR

P.S. Om hemlängtan blir för stor, kan du åka till IKEA inte så långt från flygplatsen i Gdansk, www.ikea.com/pl/pl/store/gdansk

Vi bjuder alla turister till Trójmiasto! Kom hit för att se tre vackra städer med alla sevärdheter: Gamla Stan i Gdańsk, piren i Sopot, Gdynias höga klippor. Det finns mycket mer. Kom hit och se det, köp souvenirer och ta till Skandinavien!

Jakub Szwarc

TRESTADEN FÖR BARN

Vad är det roligaste för barn? Att leka! Trestaden ger många möjligheter att umgås med familjen, med kompisar eller bara med sig själv på ett intressant och kreativt sätt.



Experiment. Barn i alla åldrar gillar att testa olika saker. Experiment i Gdynia och Centrum Hewelianum i Gdansk rymmer vetenskapliga äventyr.

GDANSK

Centrum Hewelianum

På Centrum Hewelianum kan man gå tillbaka i tiden och få veta mer om historiska hemligheter. Centrum Hewelianum ligger vid den gamla kasernen. Det är en särskild och viktig historisk plats i Gdansk med en obeskrivligt hemlighetsfull stämning. På Centrum Hewelianum finns olika utställningar där man kan lära sig mer om fysik, astronomi, historia, biologi, matematik och kemi. Barn kan utföra olika vetenskapliga experiment, lösa matematiska uppgifter och se med sina egna ögon hur

olika komplicerade maskiner fungerar. Den som tycker om att resa hittar säkert något som passar. Små och vuxna resenärer kan se en mycket intressant utställning betitlad "Dookoła świata" (Jorden runt) och besöka sju kontinenter! Det är ett bra förslag för alla som är nyfikna på världen.

ul. Gradowa 6, Gdansk

Tel +48 58 300-08-42

www.hewelianum.pl

FUN Arena

FUN ARENA är en del av PGE Arena, det vill säga Trestadens största stadion. Men på Fun Arena kan familjer pröva på flera olika aktiviteter. Man kan till exempel välja elektriska gokarts och tävla med varandra på en gokartbana. Äldre barn kan prova Esca-

pe rooms där de måste lösa olika uppgifter för att kunna ta sig ut ur rummen. Små barn kan till exempel leka i ett bollhav.

Pokoleń Lechii Gdańsk 1

+48 58 76 88 422

www.funarena.pl/en/

GDYNIA

Experyment

Det är fascinerande med forskning! På "Experyment" får barn veta mer om olika vetenskapliga fenomen i världen, genom att till exempel operera en mannekäng eller känna hur det är att vara fladdermus. Genom leken kan barnet förstå och fatta omvärlden bättre, och därför är Experyment ett bra alternativ för alla som vill umgås med familj och ha det kul! Året runt finns där interaktiva utställningar som handlar om biologiska, fysiska eller kemiska företeelser. Det finns olika biljetter för barn, vuxna och för familjer. Man kan köpa dem på plats eller ringa +48 58 698 21 37 och beställa.

Al. Zwycięstwa 96/98, Gdynia

Tel +48 58 698 21 37

<http://www.experyment.gdynia.pl>

Jump City

Tycker dina barn om att motionera och vara aktiva? Då är Jump City ett bra förslag! Här kan man testa olika slags trampoliner. Det är även möjligt att försöka spela basketboll samtidigt som man hoppar. Instruktörer svarar på olika frågor angående hoppträning och ger tips om hur man kan hoppa ännu högre och bättre. ☺

På Jump City kan barnen utveckla sin motorik och framför allt ha roligt med andra barn och sina föräldrar! För att köpa biljetter är det bäst att ringa först. Det finns både individuella biljetter och familjerabatt.

Jump City har öppet hela veckan från klockan 10:00 till 20:00.

ul. Tadeusza Wendy 7/9, Gdynia

Tel +48 58 380 07 70

<http://jumpcity.pl>



Upp och hoppa! Barn och vuxna kan bli spänstiga och glad på Jump City i Gdynia.

SOPOT

Aquapark

Det här är ett bra alternativ för barn som tycker om att vara aktiva! I Sopots Aquapark får de simma, leka eller rutscha i olika vattenrutschbanor. De som tycker att det är kul med bowling, kan göra det på andra våningen. Föräldrar kan också koppla av i bastun. Aquapark håller öppet hela veckan från tidig morgon till sen kväll.

Zamkowa Góra 3-5

+48 58 555 85 23

www.aquaparksopot.pl



Sopot gillar jag mest
När jag vill gå på någon fest

Gdynia gillar jag mindre
För den gör min plånbok till hinder

Av dessa tre älskar jag dock Gdansk mest
För det är min stad och det kommer den alltid att förbli

Ania Budniak

Rysk roulette

Där de spelade och festade
I det stora hotellet
Innan kriget kom och tog denna tid från dem
Där alla stjärnor inte fanns på himlen
Utan på stranden
Där ska vi stanna idag
Där ska vi lyssna på havet
Där ska vi sola på bropelaren
Där ska vi tänka på det förflutna
Då kommer vi kanske höra
Musik och skratt och
Spelmarker på bordet

Zofia Wojtyasiak

Staden,
Stranden,
Sommaren,
Segraren
Solbadar och
Simmar med
Sin häst.
Sedan – en promenad i
Sommarens vackra huvudstad
Saint-Tropez är det? Nej,
Sopot!

Marta Makowska

Hon landade på stranden efter
första kriget.
Hennes föräldrar var heder,
självupppoffring och självständighet.
Hon var det käraste barnet.
Hon föddes väl och växte snabbt.

Nu är hon inte längre så unik
Nu finns det fler lika kära barn
Men inga är lika unga och glada

Dock levde hon på pension sen länge
Om hon varit en människa . . .

Marta Wojtyna
(Dikten handlar om Gdynia)

KASJUBIEN

Kasjubien är en historisk region i Pommern, väster om Gdansk och Sopot. Här finns kasjuber som har en egen kultur, ett eget språk – den västslaviska kasjubiskan, egna folkdräkter, sånger och mönster. Även jordgubbar är viktiga ingredienser i kasjubernas identitet, och man brukar fira Jordgubbens dag första söndagen i juli.



Author *Poznaniak*

GDYNIA!

”Den som bor i Gdynia, vill inte flytta därifrån.” Här kommer Gdynias historia i några meningar samt bra tips om promenader och matställen.

Gdynias historia går ändå tillbaka till 1200-talet då var den en liten fiskeby. Allt ändrades dock i början av 1900-talet.

Efter Versaillesfreden i 1920 fick Polen tillgång till havet, och det uppstod ett behov att bygga en hamn. Polens regering beslöt att göra det i Gdynia, och 1923 var hamnen färdig. Stadsrättigheter utfärdades 1926 och efter detta växte befolkningen snabbt. Från en fiskeby växte det upp en modern stad med modern infrastruktur, kultur och vetenskap på hög nivå; Gdynia var Polens stolthet under mellankrigstiden. År 1934 blev hamnen den största i Östersjön och den modernaste i Europa.

Under andra världskriget blev staden inte så förstörd som Gdańsk. Emellertid jämndes hamnen och varvet med marken. Över 50 000 av Gdynias invånare tvingades av nazityskarna att flytta ifrån staden. Efter kriget kom många av dem tillbaka till sin hemstad.

År 1970 ägde decemberupproret rum på varvet och följdes av massdemonstrationer mot den befintliga politiska regimen. På grund av den starka reaktion från säkerhetsstyrkorna, dödades och skadades många människor.

Efter dessa svåra, smärtsamma tider kunde Gdynia äntligen blomstra på nytt. Nu utvecklar sig staden mycket snabbt och blir allt vackrare.

Promenera i Gdynia

Det är bäst att ta sig runt till fots i Gdynia. Den centrala delen är inte särskilt stor, så en två timmars promenad räcker för att se

de mest intressanta platserna. Du kan stanna längre på något av de spännande museerna, vila lite på stranden eller sitta på en bänk på Gdynias långsmed och njuta av solen. När blir du lite trött kan du ta trådbussen. Gdynia är en av bara tre städer i Polen där finns trådbussar.

Många turister reser runt i Trestaden med SKM-tåg eftersom det är billigt och bekvämt. Så börjar promenaden från centrala stationen (Gdynia Główna).

Gå längs den gata som heter **Ul. 10-lutego**.

Där finns

- **Turistinformation** – ul. 10 Lutego 24.
- Några byggnader som representerar modernism och funktionalism.
- **Galeria Batory** som påminner i formen om det polska transatlantiska passagerfartyget M/S Batory.
- **Infobox** – korsningen av ul. 10 Lutego och ul.Świętojańska.
Man kan koppla lite av här – under sommaren kan man sitta på däckstolar eller på gräsmattan och lyssna på live musik. En mycket intressant sak är en interaktiv modell över centrala Gdynia. Där kan man trycka på knappar och intressanta nya och gamla byggnader tänds på modellen. Interaktiva skärmar visar planerad bebyggelse
Här finns också en utsiktsplats. Man kan klättra upp till fjärde våningen eller använda en hiss och se Skwer Kościuszki från ovan.

Alternativ: Ta **ul. Wójta Radkego** från stationen och besök **Saluhallarna** – där Gdynias invånare handlar färsk matvaror,

blommor och allt annat. Promenera sedan promenera längs **ul. Starowiejska** som är en av de äldsta gatorna i Gdynia. I slutet av gatan finns **Plac Kaszubski** med statyn av Antoni Abraham – en lokal aktivist och författare som främjade kasjubisk kultur. Gå ul. Świętojańska till **Infobox**.

Tips: Från Plac Kaszubski kan du också gå i gå i motsatt riktning till **Muzeum Emigracji** (ul. Polska 1).

Gå från Infobox till **Skwer Kościuszki** och **Molo Południowe**. Den är hamnens representativa del och en perfekt plats att promenera på. Skwer Kościuszki är en bred trottoar med blomstrade rabatter, bänkar och en fin fontän.

Vidare kallas platsen för Molo Południowe eftersom den faktiskt är en pir som byggdes i 1920-talet. I lokaler längs gatan kan du äta stekt färsk flundra, sill eller grillad skarpsill. Som dessert kan du välja väfflor med vispgrädd och frukt.

Den höga byggnaden som kan ses överalltifrån är **Sea Towers** – en 138 meter hög skyskrapa med två torn och som ligger alldeles vid havet.

Längs kanten av piren ligger två skepp förtöjda. Det är **jagaren ORP Błyskawica** (Blixten) och fregatten **Dar Pomorza** (Pommerns gåva). Det första skeppet deltog i andra världskriget. Det andra har seglat jorden runt och är en av de vackraste segelfartygen i världen. Båda är tillgängliga för turister som museer.

Vid slutet av promenadstråket finns

- ett monument över författaren Joseph Conrad,
- granittavlor över riktigt stora kryssningsfartyg som någon gång har besökt

Gdynia t.ex. Queen Victoria, Navigator of the Seas,

- Gdynias Akvarium som är unikt i Polen. Museet öppnades år 1971. I ett av akvarierna finns ett riktigt korallrev, i andra

Arkitekturen i Gdynia är mycket karakteristisk. Den stil som råder här är modernism, vilket innebär en människovänlig och funktionalistisk arkitektur. I Gdynia har den stilen många nya egenskaper – byggnaderna har element som liknar delar av fartyg. De har rundade former som påminner om skeppsskrov, runda fönster och överbyggnader som liknar kommandobryggor.

Många offentliga och privata byggnader från mellankrigstiden har drag av denna stil. Exempel på modernistiska byggnader kan hittas på ul. 10 Lutego, ul. Świętojańska och på Kamienna Góra. Även de nya byggnaderna är inspirerade av modernismen.

Läs mer om modernismen:

<http://en.modernizmgdyni.pl>

bor grön anakonda, krokodiler, pirayor och elektriska ålar. Det är nöje för både barn och vuxna.

Till höger om piren finns en **småbåtshamn** med ett tiotal segelbåtar. Från detta ställe har du en perfekt utsikt över stranden, långsmeden och Kamienna Góra. Och du kan också se klippan i Orłowo och Gdańsk långt borta. På ett betongblock i havet sitter en figur med taktpinne, och denna staty kallas för Drömmaren eller Vågornas dirigent.

Från småbåtshamnen går du till **stranden**. Du behöver inte oroa sig om att ha sand i skorna – där finns en trätrottoar som leder till långsmeden. Längs stranden finns många barer och restauranger med live-musik (jazz, rock, seglarvisor). Under sommarna hålls många konserter vid havet. Den första är midsommarnatten Cudawianki, då polska och internationella sångare och band sjunger på scen som står på stranden.

Nära stranden finns stadens museum – Muzeum Miasta Gdyni, marinmuseet och musikteatern.

Gdynias **långsmed, Bulwar**, kan du inte missa. Det är ett annat perfekt ställe för promenader – på ena sidan ligger havet och på den andra gröna kullar. Byggdes år 1969 är långsmeden byggdes 1969. Den är 1,5 km lång och sträcker sig mellan två stadsdelar. Många aktiva invånare gillar cykla, jogga eller åka rullskridskor där.

På långsmeden finns några intressanta monument:

- Två fiskar som är symbol för Gdynia,
- En kvinna med nakna bröst är ett monument över människor som dött på havet,
- Två laxar vid slutet av långsmeden. Det här är en kopia av den skulptur som finns i Stadshuset. Det är en gåva från Seattle som är vänort till Gdynia.

När du nått slutet av långsmeden får du välja: promenera vidare längs havet till Gdynia Orłowo eller gå tillbaka till staden? Om du går upp en bit från långsmeden hittar du en bred gata med park på ena sidan. Gatan heter al. Piłsudskiego. Nära allén finns en skatepark, en isbana och stadshuset Urząd Miasta.

När du nått stadshuset du kan sluta din rundtur i Gdynia och gå till stationen **Wzgórze Świętego Maksymiliana** eller promenera vidare. **Ul. Świętojańska** är Gdynias representativa huvudgata. Där finns många butiker och restauranger med mat från olika länder. Du kan också besöka en av de bra restauranger som finns på parallellgatan Władysława IV.

Från ul. Świętojańska kan du klättra upp till **Kamienna Góra** eller gå tillbaka till Infobox. Kamienna Góra är en 52 meter hög grön kulle. På toppen står ett stort kors i blankt stål. Här uppe på toppen har man en

fin utsikt över piren, stranden och hamnen. Om vädret är fint kan du även se halvön Hel. Sommaren 2015 öppnades en bergbana på Kamienna Góra.

Detta är förstås bara ett förslag på promenader. Om du vill, kan du bara strosa runt i staden och se om du hittar något intressant på egen hand.

Intressanta fakta

- Gdynia har flest soltimmar om året i Polen.
- Gdynia är vänort till Karlskrona.
- I Gdynia låg Svenska sjömanskyrkan, men den stängdes i juni 1996. Skylten och svenska flaggan finns fortfarande kvar på byggnaden på gatan Jana z Kolna. Byggnaden köptes av staden i avsikt att göra ett kulturcentrum där.
- I början av 1950-talet samarbetade representanter för fotbollslaget Arka Gdynia med den svenska pastorn från Svenska sjömanskyrkan och organiserade gemensamma idrottstävlingar för svenska sjömän. Som tack för hjälpen fick Arkas idrottare svenska sportdräkter – naturligtvis i gult och blått.

Nyttiga länkar

- Om Gdynias historia, sevärdheter, turism och framgång på svenska! <http://www.gdynia.pl/se/>
- Du kan ladda ner appen Gdynia City Guide som är gratis på Google Play, Windows Store, the App Store. (på polska, engelska och tyska). Där kan du hitta praktisk information om sevärdheter, evenemang, trafik och resrutten.
- Turistinformation — ul. 10 Lutego 24, <http://www.gdyniaturystyczna.pl>

BÅTTURER TILL HEL

Under vår- och sommarsäsongen kan du ta en vattenbuss från Gdansk, Sopot och Gdynia och åka till halvön Hel. Läs mer på <http://zezluga.pl/en/Gdańsk-bay.html>

STUDERA I TRESTADEN

Universitetet i Gdańsk grundades 1970, då man slog ihop två högskolor. Idag har UG ungefär 33 000 studenter vid följande fakulteter: biologi, oceanografi och geografi, språk, kemi, ekonomi, historia, matematik, fysik och informatik, samhällsvetenskap, juridik och administration, management samt en för UG och Medicinska universitetet gemensam fakultet för bioteknologi.

Svenska finns som ett ämne sedan 1980. Nu hör det till skandinavistiken, där man kan ta kandidatexamen efter tre år eller magisterexamen efter fem år. Vid institutionen kan man idag även studera norska, danska och finska.



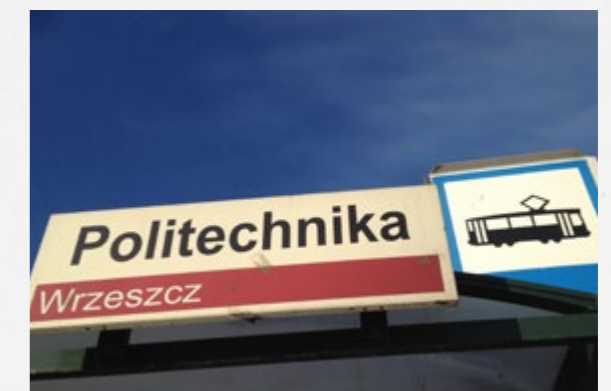
Språk vid UG. Den moderna byggnaden NEOfilologia rymmer sedan 2015 språkinstitutionerna vid Universitetet i Gdansk. Foto: Gunnel Bergström



Studenternas vattenhål. Pub Spółdzielnia på Wita Stwosza, nära snabbtågsstationen PKM Gdańsk Strzyża, besöks bland annat av studenter i SveMed och SveAlumni (du hittar oss på Facebook). Foto: Gunnel Bergström



Medicinska universitetet i Gdansk. År 1945 började man studera medicin i Gdansk. Idag har universitetet drygt 1 400 studenter, varav flera hundra kommer från Sverige och studerar medicin på engelska. Foto: Vidar Kolloen



Tekniska universitetet i Gdansk. "Historia är visdom, framtiden är en utmaning" är mottot för Tekniska universitetet i Gdansk, som grundades 1904 och är ett av Polens äldsta universitet. Vid dess nio fakulteter läser fler än 26 000 studenter. Varje universitet har sin egen spårvagnshållplats.

REDAKTION OCH SKRIBENTER

Vi som har arbetat med denna e-guidebok är studenter vid institutionen för skandinavistik vid Universitetet i Gdansk, Polen. Studenterna på kurs 5 (magisterkursen) 2014-2015 gjorde det största jobbet:

Agnieszka Kujawa, Agnieszka Miler, Aleksandra Studzińska, Ania Budniak, Asia Fichtner, Emilia Rutkowska, Filip Malinowski, Jakub Szwarz, Katarzyna Bartosinska, Małgorzata Piątkowska, Marta Makowska, Marta Wojtyna, Monika Dunajska, Weronika Wojcik och Zofia Wojtysiak.



Vi fick även hjälp av studenter från kurs 5 (magisterkursen) 2013-2014:

Hania Skrzypiec, Katarzyna Filipowicz, Karolina Pokrasen, Magdalena Czekanowska, Magdalena Waldzińska och Michał Bolek.

Samordnare för projektet och ansvarig utgivare är Gunnel Bergström, utländsk lektor i svenska vid universitetet i Gdansk 2013-2016. Hon är också ägare till Bennels förlag.

Puss och kram!

från oss på redaktionen

P.S. Läs ännu mer om Trestaden i +48 Magazine på <http://48magazine.com> och lyssna på Polenpodden, till exempel på <https://www.facebook.com/polenpodden/>

P.P.S. Studie, affärs- och turistresor. Det finns flera proffsfirmor som arrangerar studieresor eller kortare och längre turer för turister. De har sina egna guider som tar väl hand om våra utländska gäster.

Många svenska firmor är etablerade i Polen. Det går också mycket bra att ordna konferenser i Trestaden. Vill du veta mer om handel mellan Sverige och Polen kan du till exempel vända dig till Polsk-svenska handelskammaren. <http://www.swedenabroad.com/sv-SE/Ambassader/Warszawa/Handel--service-till-svenska-foretag/Polisk-Svenska-Handelskammaren/>



Solidariskt universitet. Inom skandinavistiken strejkade lärare och studenter i solidaritet med fackföreningen Solidaritet i maj 1988. Då övernattade de till och med på universitetet. Foto: Gunnel Bergström

Studenternas guide till Gdynia, Sopot och Gdańsk
– En e-bok att ladda ned gratis från www.bennels.se

Sammanställd av studenter
vid institutionen för skandinavistik
Universitetet i Gdańsk, Polen 2015

Form: Aleksej Michaljov
Omslagsfoto Gdansk: Kaska Wojewoda
Omslagslayout: Monika Dunajska

© Bennels, redaktionen och fotograferna
Kontakt: info@bennels.se, tel +46 70 34 74 261

SEPARAT LÄNK//BILAGA

SHOPPING I TRESTADEN

Det finns gott om väl sorterade gallerior i Trestaden. De har öppet alla dagar i veckan (utom vissa stora helgdagar), oftast till 20 eller 21.

GDAŃSK

ALFA CENTRUM



Adress: ul. Kołobrzeska 41C, 80-391 Gdańsk

Webbsida: www.alfacentrum.pl

Åk dit med:

SKM-tåg (station: Przymorze-Uniwersytet)

Spårvagn: 2, 8, 11 (hållplats: Kołobrzeska)

Buss: 139, 149, 199, 227, 315, N1, N13 (hållplats: Kołobrzeska)

Butiker:

http://alfacentrum.pl/title,4F-.pid,20,mid,1,event.shopdetails.sid,30.html#4F 5 10 15 http://alfacentrum.pl/title,Apert,pid,20,mid,1,event.shopdetails.sid,106.html A	Cukiernia Sowa CZAS NA HERBATE D Diverse Doris Dorota Fryzjer Douglas Dr Bardadyn E Ecco i Geox Empik Ergo Hestia	Grycan H H&M Home&You I In Medio ING Bank Śląski Inglot Itaka http://alfacentrum.pl/title,Kantor-	Lavard M Marylin MATRAS Mini Max Mister Minit Mohito Monument 9 Myjnia Johnny Washer N Nike Adidas
---	--	--	--



<p>Apart http://alfacentrum.pl/title,Bartek,pid,20,mid,1,event,shopdetails,sid,8.html http://alfacentrum.pl/title,Bartek,pid,20,mid,1,event,shopdetails,sid,8.html</p> <p>Bartek Bershka Big Star Bubble Tea</p> <p>C</p> <p>Camaieu CCC Centro Claire's Clarks Cropp Town Cubus</p>	<p>Esotiq Eurobank</p> <p>E</p> <p>FEMESTAGE Filippo</p> <p>G</p> <p>Grey Wolf</p>	<p>Conti,pid,20,mid,1,event,shopdetails,sid,100.html</p> <p>K</p> <p>Kantor Conti Kemer Kimi Manicure Kinderplaneta Kino Helios Kringle Candle</p> <p>L</p> <p>Lara Fabio Lasocki</p>	<p>O</p> <p>Orange Orsay</p> <p>P</p> <p>Pawo Perfect Clean Piekarnia Raszczyk</p>
---	--	---	--

<p>Piotr i Paweł Pizza Dominium Play Plus</p> <p>R</p> <p>Reserved Rossmann Ryfko</p> <p>S</p> <p>Sinsay</p>	<p>Smyk Solar Sphinx Stradivarius Sumatra Super-Pharm</p> <p>T</p> <p>T-mobile T.Deker Tatum TCHIBO</p>	<p>Tiffi Triumph</p> <p>V</p> <p>Villa Italia Vision Express Vistula</p>	<p>W</p> <p>wakacje.pl WINIARNIA FESTUSWojas</p> <p>Y</p> <p>Yes Yyves Rocher</p>
--	--	---	---

MADISON

Adress: ul. Rajska 10, 80-850 Gdańsk

Webbsida: www.alfacentrum.pl

Åk dit med: **SKM-tåg** (station Gdańsk Główny)

Spårvagn: 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 (hållplats Dworzec Główny)

Buss: 100, 106, 108, 111, 112, 118, 120, 123, 130, 131, 138, 151, 154, 168, 175, 178, 184, 186, 189, 200, 205, 207, 210, 212, 232, 256, 367, 384, 525, 606 (hållplats Dworzec Główny)

Butiker:

#	Bibi Concept Big Star Billy's	Costa Caffè Cukierna Sowa	Elegant Elektroniczne papierosy Esotiq
<u>5 10 15</u> 5asec		D	F
A	C	Dallas Diverse DMG Herbaty i Dekoracje Douglas	FaleLokiKoki Festus Filippo Fitness Club Gymnasion
Adidas Apart Apteka Rajska	Calzedonia Camille Albane CCC Centrum Medyczne Cocodrillo Collection Conhpol	E	
B	L	Ecco Organique Orsay	T
Bajkowy Labirynt	Lara Fabio Lechia Lee Wrangler Logic Volcano	P	Taranko T-mobile Time Trend Triumph
G	M	Pellowski Pinakoteka Design Piotr i Paweł Prezencik	U
Gatta Giacomo Conti Grey Wolf Grycan	Mister Minit Mohito Mona Pro Moda Moodo My travel	R	UFUFU Concept Store UNISONO
H			V
HALOO - GSM Home&You			
I			

iDream Igiełka Usługi Krawieckie In medio Inglot Intersport Intimissimi	N Nail Express Natur House New Yorker Nico Nike Adidas	RAY obuwie Reserved Restauracja Masala Restauracja Sphinx Rossmann Rytko	Valentini Venezia Vipera cosmetics
K Kantor Karuzela KA - Sport Koka Sandwich Księgarnia Muza Kwiaciarnia Alhambra	O Only Optyk Pryzmat B. Drobnik Orange	S Seacret Sinsay Sowa Stradivarius Subway Superpolisa Szóstka	W W.KRUK Wittchen Wójcik
			Y Yes Yogen Fruz Yyves Rocher
			Z Ziaja ZOO Delikatesy

GALERIA BAŁTYCKA



Adress: al. Grunwaldzka 141, 80-264 Gdańsk

Webbsida: www.galeriabałtycka.pl

Åk dit med: **SKM-tåg** (station Gdańsk Wrzeszcz)
Spårvagn: 5, 6, 9, 11, 12 (hållplats Galeria Bałtycka)
Buss: 110, 115, 116, 124, 126, 127, 129, 136, 142, 149, 157, 158, 162, 164, 199, 227, 262, 264 (hållplats Wrzeszcz PKP eller Galeria Bałtycka eller Grunwaldzka)

Butiker:

#	Duka	http://www.galeriabałtycka.pl/pl/sklepy/li-sta-sklepow,s,27,u,ccc.html	Olsen
4F	E		Only
5.10.15	Ecco	iSpot Apple	Orange
5àSec	Elska		Orsay
5 O'Clock	Empik		Organic Farma Zdrowia Oysho
		J	

A adidas/Reebok Alanya Kebap Aldo Aleksandra Strippentow Apart Apia Apteka Superpharm Aryton Asia Hung Aspiro (mBank)	Esotiq Esprit Esprit Bodywear Euronet Polska E.Wedel E-smoking world	http://www.galeriabałtycka.pl/pl/sklepy/li-sta-sklepow,s,21,u,i,a,m.html Jack Wolfskin Jacques Andre Jubitom	P Paese Cosmetics Pakowanie Prezentów Pandora Parfois ParisOptique Peek & Cloppenburg Pepe Jeans Perfect Body Center Peterson Pierre Cardin Pizza Dominion Pizza Hut Play Pretty Girl Pretty One Prima Moda P.Roccialli - The art of beauty Promod Puccini Pull&Bear
B Badura Bank Millennium Bartek Benetton Bershka Betty Barclay Biały Jeleń Biandalf Big Star Bijou Brigitte Bioway Bubbleology Burger King By Dziubeka Bytom	F Fables Fat Cap Festus Fielmann Flormar Folwark Zwierzęcy Fotja Fotojoker Fratelli Triumph Tru Trussardi TUI Turbozabawki T.Deker T-mobile	K Kaligraf Karmello Kazar KFC Kibic Fan Shop Kinderplaneta Komputronik Krakowski Kredens Kuchnie Świata	Q Quiksilver
C Calzedonia Camaieu Camel Active Candy Shop Carrefour CarryCarry CCC Centrum Wina Clarks Coffeeheaven Conti Crocs Cropp Cubus Cukiernia Sowa	G Gabor Gatta Gelato Magia Geox Getin Bank Gino Rossi Golden Rose Grey Wolf Grycan GrySky Guess	L Lacoste Lanoro Lavard Lechia Lee Wrangler Leonardo Levi's L'Occitane Lotto	R Raiffeisen Polbank Relay Reserved Reserved Kids Reserved YFL Robyg Rosenthal Rossmann Rytko
D Deichmann Deni Cler	H H&M Haloo GSM Hands and Nails Bar Heavy Duty HiMountain Home&You House	M Mango Marc O'Polo Marella Marilyn Matras MaxMara McDonald's Medicine Everyday Therapy Megapunkt Mister Minit Mohito Monnari Mount Blanc Mustang My Gym	S Samsonite Samsung Brand Store Saturn Seacret Sephora Simple Sinsay Sizeer Smoke Shop Smyk Solar Soul Stradivarius
	I I am ING Bank Inglot Inmedio Intershoe Intersport Intimissimi Time Trend	N Na zdrowie! Nanu Nana	

DENON Salon Firmowy Delikatesy Nowak Diverse Doris Douglas Swatch Szydłowski	Tommy Hilfiger Travelplanet.pl Triumph Tru Trussardi U U Hiszpana Ubezpieczalnia Unisono UPC	Napapijri NC+ Neckermann New Balance New Yorker Nici Nike North Fish O Ochnik V Vagabond Vans Venezia Veneziana Villeroy&Boch Vision Express Vistula Viu Viu W Willsoor	Starbucks Strellson Studio 1242 Oakley Ray-Ban Swarovski Wittchen Wólczanka Wyjątkowy Prezent W.KRUK http://www.galeriabaitycka.pl/pl/sklepy/lista_sklepov,s,37,u,yes.html Y http://www.galeriabaitycka.pl/pl/sklepy/lista_sklepov,s,37,u,yes.html Yes Yves Rocher Z Zara
--	---	--	---

MANHATTAN



Adress: al. Grunwaldzka 82, 80-244 Gdańsk

Webbsida: www.gchmanhattan.pl

Åk dit med: **SKM-tåg** (station Gdańsk Wrzeszcz)
Spårvagn: 6, 9, 11, 12 (hållplats Jaškowa Dolina)
Buss: 115, 127, 129, 162, 169, 199, 262, 264 (hållplats Jaškowa Dolina)

Butiker

A Akademia	Carl Verssen CCC	Finex Fitness Duty Shop	Index ING Bank Śląski
--------------------------------------	---	--	--

Skutecznej Diety Alfa & Omega Am Italian Jewellery Apteka Auto Myjnia B Baltic Place Biblioteka Manhattan BIKOR Profesjonalne Kosmetyk C C&A Cafe W Capitol Kringle Candle Kwiaciarnia Cristallo L Lotto M Mach-Sport MK Bowling Mona Pro Moda Money Now Muskat & Wicher O Optima Orange GSM P Pesca Fresca Piekarnia Szydłowski Piotr i Paweł Platinum Invest Play	Centrum Wina D D&K Centrum Kopiewania Deosite Dota DS Studio Oświetlenie E E-papierosy Empik Eneva Telecom F Fabryka Biżuterii Viola La Polmed Promod Pure Enzo Jewellery Q Quality Nieruchomości R R-GOL - Centrum Piłkarskie Rock'n'Roll Rossmann Ryfa Optyk Rysownik S Schrack Seconet Sescom Sirius Investments Sklep Biegowy Sklep Koszykarza Solar Speak Up English School	Flor de Mina G Game Master Globart Print GrECo Grycan H H&M Holidays Hydro Salon I Igiełka SPHINX Starbucks Strategia 360° Subway Szkółka Języków Obcych Empik Ś Świost Tattoo and Piercing Babskie Studio T T-Mobile Tax Care Tele Centrum Tiger GYM Timeless Triumph TU Pralnia TUTTU	Inglot Inmedio Interium Investment ITO Design J JR Profesjonalne Systemy Teletechniczne K Kamyk Kantor Conti KappAhl Kemer Key Serwis KR Audyt V Venus Cafe Vilart VNS W Welkom Studio Fryzjersko-Kosmetyczne WorldBox Wpłatomat Euronet X X-KOM Y Yes Z Ziaja Zoo Delikatesy
--	--	--	---

GALERIA PRZYMORZE



Adress: Ul. Obrońców Wybrzeża 1 80-398 Gdańsk Przymorze

Webbsida: www.galeriaprzy morze.eu

Åk dit med: SKM-tåg (station Oliwa)

Spårvagn: 2, 6, 8, 12 (hållplats Obrońców Wybrzeża)

Buss: 127, 139, 148, 199 (hållplats Obrońców Wybrzeża eller Bora-Komorowskiego)

Butiker:

http://galeriaprzy morze.pl/pl/menu/sklepy/-/sklepy/0/8/44/jubiler-eliza	Aquael Zoo	Bajkowy Labirynt BUTIK I LIKE!	CALYPSO fitness CCC
AGATA RE Alior Bank Apteka Źródło Zdrowia Aqua Myjnia Ręczna Cyfrowy Polsat	B B&A Galanteria Baika	C C&A	Classic & Styl Cropp Cukiernia Raszczuk Cukiernia Sowa
D Deichmann Diverse Drogeria Hebe Dywany	J J&M Justyna Jubiler Eliza Jubitom	P Pasmanteria Jola PINK BOX Pizza Up Planeta Kuchni Play Pralnia Perła	Ś Świat Jeansu Świat Książki
E	K Kantor Monet KFC	R Rossmann	T TAKKO Fashion TAMARYND Toy planet Twister Triumph TUI
	L Lezzetli	Q	U

El Momento Empik E. Leclerc	M Malinowy Chruśniak Meggs Your Style Mister Minit Mohito	QUIOSQUE	UPC
F FLORMAR Fotomat Fresh Up Juice Bar	N NC+	R Ray Obuwie REGATTA Great Outdoors Recman Reserved RTV EURO AGD	V Vision Express Vitamin Shop
H Haftwear House	O Ocular Canada Olika Orange Organic Farma Zdrowia Oriflame	S Sklep meblowy Studio Fryzur No. 1 Subway Superpolisa SWISS SYGMA Bank	W Wojas
I Igielka Inmedio			Y Yoko
			Z Zegarmistrz Brylowski Zielona Ściana

FASHION HOUSE OUTLET CENTRE



Adress: ul. Przywidzka 8, 80-174 Gdańsk

Webbsida: www.fashionhouse.pl

Åk dit med: Buss: 174, 574 (hållplats Przywidzka)

Butiker:

#	F	M	S
4F	Filippo	McArthur Medicine Mexx Mountain Warehouse Mustang MZGZ Brand	Salomon Scot Free Simple Smoo&go Snack bar- kebab So!Coffee Solar Stefanel Sumatra
A Adidas Adventure Sport Albione Amora.pl Aryton	G Gabor Geox Giacomo Conti Gino Rossi Greno Home	N	

Asics Avenir	Guess	Neccessity Nike	Symbiosis Szuzszop
B	H	O	T
Badura Bagatelle Bajkowy Labirynt Benetton Bestseller Big Star Borsellino Brand Collection Brugi	Heavy duty Hi tec Home&Cook Horyzont	Ochnik Olsen Bianca	Taranko The cosmetics Company Store Timberland Time trend Timeout Tom Tailor Trepass Triumph
C	I	P	U
Camel Active Cocodrillo Coffee Can Converse Cat Merell Cropp, House Cross	I&M Collection Ice Cafe In medio Italian Fashion IZZl	Pako Lorente Pekin Bar Pepe Jeans Pierre Cardin Pretty Woman & Nice Guy Próchnik Puere Puma	Umbro
D	K	Q	V
Dajar Home&Garden DanHen Diverse	Kappa Kazar Kemer	Queen Quiksilver Quisoque	Valentini Venezia Vero Moda Verona Villeroy&Boch Vinceza Vistula&Wólczanka Volcano
E	L	R	W
E-shoes Essa Trends Eva Minge & Esotiq Ewtex	Lacoste Outlet Lancerto Lavard Lee Cooper Levi's	Ravel Reebok Regatta Rucolina	White Star Willsoor Wittchen Wrangler Lee

A	G	N	T
Apart Aurelka	Golden Rose	New Yorker Nonstop travel	TK maxx Top secret&friends Triumph T-mobile
C	H	O	U
C&A Camaieu CCC Centrum NC+ Cortland COSTA Cubus Cukiernia Sowa	H&M Hair studio Haloo GSM Home&You House	Obi Omega rolety	U Hiszpana
D	I	P	V
Deichmann Diverse Dla spania Douglas	Ikea Indeco ING Inmedio	Pandora Piotr i Paweł Play	Valentini/Samsonite Vinotti
E	K	R	W
Ecco Empik Eurofirany Everynails	Kantor KappAhl Kari KFC Komfort Komputeronik Kwiaciarnia	Rossmann Reserved Resto Design RTV Euro AGD	Wolter e-papieros WOOK chińska restauracja
F	M	S	Y
Flügger farby Fresco	Main Optic Martes Sport Media Markt Modern Cafe Mohito	Selene Materace Sephora Smyk megastore Sony Centre Sphinx Sports direct Super-pharm Szydłowski	Yes Yoko
			Z
			Zoo Karina

MATARNIA PARK HANDLOWY



Adress: Złota Karczma 26, 80-286 Gdańsk

Webbsida: www.matarnia.parkhandlowy.pl

Åk dit med: Buss: 174, 574 (hållplats Przywidzka)

Butiker:

GDYNIA

CENTRUM RIVIERA



Adress: Kazimierza Górskiego 2, 81-304 Gdynia

Webbsida: www.centrumriviera.pl

Åk dit med: SKM-tåg (station Gdynia Wzgórze Św. Maksymiliana)

Butiker:

#	C	E	
4F	C&A	Ecco	Gry-Sky
5 a Sec	Calzedonia	Ecoverso	Guess
A	Camel Active	Ego	H
Candy Shop	Carry	ELKA SCHOOL	hebe Health & Beauty
Adidas	Carte d'Or	Elska	H&M
Agora smak Grecji	Cavallari	Empik	Home&You
Airfield	CCC	E-smoke caffe	House
AMI BIJOUX	Centrum Wina	Esotiq	Humanic
AnaWa Meble	Cezar	Etam	I
Apart	Chantelle	E-trendy Dami	Imperial
Auchan	City handlowy	F	Indeco Trójmiasto
Azala Elite	City sport life style	Felina	Inglot
a Tab	Clarks	Flormar	ING Bank
B	Costa by Coffeeheaven	Fotele Extra Business	Inmedio
Bank Millennium S.A.	Cropp	FOTJA Fotomat	Inside
Bartek	Cubus	Fratelli	Intersport
Bauformat kuchnie	Cukiernia Delicje	Fresh Style	Intermissimi
BEA Świat Torebek	Cukiernia Sowa	Fun Park	iSpot
Bergson	Czas Na Herbatę	G	J
Bershka	D	Gabor	Jack de Pierre
Big Star	Da Mario	Galeria Upominków	Jacques Andre
Bijou Brigitte	Deichmann	Game One	Jewelery Schubert
Bio Way	Dino Salvani	Gatta Geox	Jubitom
BoboQ	Diverse	Gerry Weber	K
Bubbleology	Dom Czekolady	Gino Rossi	Kantor Promes
Burger King	Douglas	Golden Rose	KappAhl
Bursztyn Ambersto	Duka	Grand Kebab	
Bytom		Grycan	
Kazar	North Fish	S	Triumph
KFC	Nowa Itaka		TUI

Kino Helios	O	Saigon	TWINAT
Kolporter	Office Shoes	Salad Story	Twister
Krakowski Kredens	Omega-Rolety	Salon firmowy BOSS Store	Twoje soczewki
Kwiaciarnia Art-Florist Jantar	Orange	Saturn	U
L	Organic Farma Zdrowia	Sephora	United Colours of Benetton
Lara Fabio	Organique	Sferis	V
Lavard	Orsay	Shoes&Bags	Van Graaf
Lee Wrangler	Oysho	Silk Sushi	Villa Italia
Levi's	P	Simple Sinsay	Villeroy & Boch
Lotto	Pako Lorente	Sizeer	Vistula Wólczanka
Luna Express	Pandora	Smak na tak	Vitamin Shop
M	Paradise Ice Coffe	Smyk	W
Mango	Paris Optique	Soki na zdrowie Fresh	W.Kruk
Manicure Express	Peterson Portfele	Solar	Wojas
Marco obrazy	Piekarnia Raszczyk	Sony Centre	Wstążka
Marilyn	Piekarnia Szydłowski	Starbucks	Wyjątkowy Prezent
Martes Sport	Pierre Cardin	Stradivarius	Y
Massimo Dutti	Pizza Hut	Strefa Kibica	Yankee Candle
Matras	Play	Subway	Yes
mBank	Poczta Polska	SunLOOX	Z
McDonald's	Pogotowie Krawieckie	Super-pharm	Zara
McGregor	Pretty One	Superpolisa	Ziaja
Medicine	Promod	Svarowski	Zoo Karina
Mennica	Pull&Bear	Swatch	
Miloo	Puma	Swiss	
Misie Ptysie	R	Sygma Bank	
Mohito	Rainbow Tours	Szatnia	
Monument9	Rajstopy Amico	T	
Mount Blanc	Rebel – gry planszowe	Tally Weijl	
N	Reporter Young	Tatum	
NC+	Reserved	Tchibo	
Neckermann	Rosenthal	Thai Wok	
New Yorker	Rossmann	The Coffee Factory	
Nike	RTV Euro AGD	Time Trend	
No.1	Rytko	TK maxx	
		T-mobile	
		Tommy Hilfiger	
		Tous	
		TO SEY Biżuteria	
		Travelplanet	

KLIF





Adress: al. Zwycięstwa 256, 81-525 Gdynia

Webbsida: www.klif.pl

Åk dit med: SKM-tåg (station Gdynia Orłowo)

Butiker:

A	H	N	T
Adventure Sports	H&M	N. Nagel	T-Mobile
Apart Exclusive	Happy Mum	New Look	Taranko
Apia	Henri Lloyd	Nice Ice	Teletorium
Apteka Norweska	Hexeline	Noble Place	Tiffi
Apteka Super-Pharm	HOME & YOU	Notabene	Tommy Hilfiger
Art of cooking	HOUSE of SHOES and		Tommy Hilfiger Tailred
Aryton	Bags	O	Tous
	HOUSE&more	Orange	Triumph
B		Orsay	Tru Trussardi
Badura	I		TUI Centrum Podróży
BBHome	Inmedio, Lotto	P	Twoje Soczewki
Benetton	Intimissimi	Pakowanie prezentów	
Betty Barclay	iSpot Authorised	Pandora	V
Bizuu	Reseller	Patrizia Pepe	Venezia
Body Shop		Pennyblack	Villeroy & Boch
Bohoboco	J	Petit Bateau	Vision Express
	JEANS.pl	Piazza Di Moda	Vistula/Wólczanka
C	JMB Design Home	Piekarnia M.	
Calvin Klein Jeans	Jubiler Art	Szydłowski	W
Calzedonia		Pierre Cardin	W. KRUK
Camel Active	K	PIN-UPS	Wittchen
Campione	Kantor	Pinko	Wojas
Carl Gross	Karen Millen	Play	
Caterina	Kokai	Pralnia 5aSec	Y
Chantelle	Ksero i...	Prima Moda	Yes
Charme	Kwiaciarnia Narcyz	Puppy Star Boutique	Z

Charme Loves You	L	Pure Jatomi Fitness	Zara
Coffeeheaven		Q	
Como Ristorante	L'Occitane	Quiksilver	
Cubus	La Mania	Qππ Robert Kupisz	
Cukiernia Sowa	Le Grand Buffet	R	
D	Lee Wrangler	Raj-Graj Plac Zabaw	
Delikatesy Alma	Lidia Kalita	Reserved	
Deni Cler Milano	Lili's Coffee Cake	Reserved	
Dorabianie kluczy	Friends	Rossmann	
Dorota Salon Fryzjerski	M	RTV Euro AGD	
Douglas	Magnific	Ryłko	
Duka	Marciano Guess	S	
E	Marella	Salamander	
Ecco	Marks&Spencer	Samsonite/Valentini	
Elegant	Marks&Spencer	Scallini	
Emanuel Berg	Max Mara	Sephora	
Empik	mBank	Simple Creative	
	McDonald's	Products	
F	Michael Kors	Sisley	
Festus	MM fashion	Smyk	
	Mohito	So!Coffee	
G	Molton	Solar	
Gabor	Mothercare	Splendido	
Gatta		Stefanel	
Gerry Weber		Stradivarius	
Gino Rossi		Swarovski	
Grey Wolf			
Grycan			