



# Tu **nuevo hogar** en Polonia

**URBACT**



**Co-funded by  
the European Union**  
Interreg

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la **Comisión Europea en el marco del Programa URBACT IV**. Esta publicación refleja únicamente las opiniones del autor, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

**URBACT**



**Co-funded by  
the European Union**  
Interreg



Sosnowiec **łączy**

Guía para los nuevos  
residentes de Sosnowiec

# Índice

Bienvenidos a Sosnowiec .....	04
<b>I. Sosnowiec</b> .....	<b>05</b>
<b>II. Tus primeros pasos en Sosnowiec</b>	
1. Registro/legalización de residencia .....	06
2. Número PESEL .....	07
3. Empadronamiento .....	08
4. Empleo .....	08
<b>III. Asuntos oficiales</b>	
1. Celebración del matrimonio .....	10
2. Nacimiento de un hijo .....	10
3. Registro de la defunción de un ser querido .....	10
4. Certificados de nacimiento, matrimonio y defunción .....	11
5. Documentos (permiso de conducir, documento de identidad polaco, documento de viaje polaco) .....	11
6. Guardería, jardín de infancia o escuela .....	12
7. Solicitud 800+ .....	14
8. Tarjeta Ciudad de Sosnowiec .....	14
9. Título de Familia Numerosa y tarjeta "Gana Más" .....	15
10. Tarjeta "Señor Activo 60+ .....	16
11. Perfil de confianza .....	16
12. Programa Individual de Integración .....	16
<b>IV Sosnowiec fuera de horario</b>	
1. Culturalmente .....	17
2. Deportivamente .....	20
3. Curiosidades .....	22
<b>V. Consejos prácticos</b>	
1. Transporte público .....	24
2. Alquiler de una vivienda .....	25
3. Asistencia social .....	26
4. Ayuda financiera .....	26
5. Asistencia sanitaria/discapacidad .....	27
6. Segregación de residuos .....	28
7. Teléfonos de emergencia .....	29

## Bienvenidos a Sosnowiec

una ciudad con una rica historia que siempre ha sido un lugar donde se entremezclan culturas, tradiciones y religiones. Esta publicación ha sido creada para vosotros, extranjeros que han decidido quedarse en Polonia y en particular en Sosnowiec. Nuestro objetivo es hacer que vuestra vida cotidiana sea lo más cómoda, segura y llena de posibilidades.

### ➤ ¿Qué encontraréis en esta publicación?

Hemos preparado para vosotros un compendio de conocimientos que abarca todos los ámbitos más importantes del funcionamiento de la sociedad polaca. Descubriréis cómo trabajar legalmente, cuáles son los deberes y derechos relacionados con el seguro social y de salud, y cómo obtener ayuda social en situaciones de crisis. También os asesoraremos sobre cómo realizar con éxito los trámites de empadronamiento o alquiler de un piso, así como sobre la forma de aprovechar las ventajas del sistema educativo en sus distintos niveles. Al final también encontraréis un resumen de las direcciones y números de teléfono más importantes, que pueden resultaros muy útiles en la vida cotidiana.



### ➤ ¿Por qué Sosnowiec?

Nuestra ciudad siempre ha sido un mosaico de nacionalidades y culturas. Hace más de cien años, aquí vivían católicos, evangélicos, cristianos ortodoxos y judíos y esa diversidad fue una fuerza impulsora del desarrollo de la ciudad. Hoy, en la era de la globalización y la movilidad, Sosnowiec sigue siendo un lugar abierto a diferentes culturas, personas y sus experiencias. El lema “Sosnowiec une” no es solo un eslogan vacío: es una expresión de nuestra voluntad de integración y cooperación, así como un énfasis en que nuestra ciudad puede convertirse en su segundo hogar.

### ➤ El respeto mutuo como base de la convivencia

Para que vuestra estancia en Sosnowiec sea un éxito, es fundamental respetar las tradiciones locales, la cultura y las normas de convivencia social. Los habitantes de Sosnowiec son famosos por su hospitalidad y franqueza, por lo que creemos que vosotros también aportaréis vuestros valores, experiencias y energía positiva a la comunidad local.

### ➤ ¡Os deseamos mucha suerte!

Tanto si vuestra estancia es de corta duración como si decidáis quedaros aquí de forma permanente, esperamos hacer de Sosnowiec un lugar lleno de oportunidades en el que se sentáis como en casa.

**¡Bienvenidos a Sosnowiec!**  
*Arkadiusz Chęciński*

# Sosnowiec

Sosnowiec es una ciudad con derechos de distrito, perteneciente al voivodato de Silesia y forma parte del Área Metropolitana de Alta Silesia y Zagłębie. Es la capital no oficial y la ciudad más grande de la región de Zagłębie Dąbrowskie.

Sosnowiec es famoso por su rica y multicultural historia. Antes de la Segunda Guerra Mundial vivían aquí polacos, judíos, alemanes y rusos, lo que dio a la ciudad su carácter único. Hoy en día, la influencia de estas culturas puede apreciarse en la arquitectura y las tradiciones de Sosnowiec, lo que convierte la exploración de la ciudad en una experiencia fascinante tanto para los lugareños como para los turistas.

El dinámico desarrollo de Sosnowiec comenzó hace más de 100 años, principalmente gracias al ferrocarril Varsovia-Viena que atravesaba la ciudad. En

el siglo XX, Sosnowiec se convirtió en un importante centro industrial gracias a sus fábricas textiles, minas de carbón y acerías. Tras la transformación económica de 1989, la ciudad cambió su carácter a uno de servicios y académico.

En la actualidad, miles de estudiantes polacos y extranjeros estudian en las universidades de Sosnowiec. La ciudad sigue creciendo, invirtiendo en modernas infraestructuras y medidas medioambientales. El objetivo prioritario es mejorar la calidad de vida de los habitantes, tanto de aquellos cuyas familias han vivido aquí durante generaciones, como de quienes han elegido Sosnowiec como su nuevo hogar.

Sosnowiec es una ciudad que une a las personas, proyectos e ideas, creando un espacio acogedor para vivir e inspirando al desarrollo.



Sosnowiec łączy

Logotipo: Sosnowiec une



Escudo de la ciudad



DERECHOS MUNICIPALES:  
**10 de junio de 1902**



POBLACIÓN:  
**aprox. 180 000 habitantes**



SUPERFICIE DE LA CIUDAD:  
**91 km<sup>2</sup>**



SEDE DEL AYUNTAMIENTO:  
**aleja Zwycięstwa 20**



PÁGINA WEB  
**[www.sosnowiec.pl](http://www.sosnowiec.pl)**

# Tus primeros pasos en Sosnowiec

## 1. Registro/legalización de residencia

Recuerda que si estás en Polonia ilegalmente, te expones a consecuencias legales que pueden afectar a tu vida. Por eso es importante cumplir la ley polaca de inmigración y permanecer legalmente en el país. ¡Legaliza tu estancia!

### ⚠ ¡NOTA!

Los ciudadanos ucranianos que llegaron a Polonia después del **24.02.2022** están sujetos a normas diferentes para legalizar su estancia. Si eres ciudadano de Ucrania y has llegado a Polonia desde el territorio de Ucrania en relación con las hostilidades, inmediatamente después de cruzar la frontera entre Ucrania y Polonia, acude al Ayuntamiento de Sosnowiec (Departamento de Asuntos Civiles, aleja Zwycięstwa 20, planta baja) para obtener el estatuto de UKR.

En el caso de los demás extranjeros (permiso de residencia temporal o permanente), la legalización de la estancia corre a cargo del Departamento de Extranjería de la Oficina del Voivodato de Silesia en Katowice, calle Damrota 16.

### a) Permiso de residencia temporal

Si deseas permanecer en Polonia más tiempo del especificado en tu permiso de residencia, debes solicitar un permiso de residencia temporal.

El permiso de residencia temporal puede concederse por un máximo de 3 años. Una vez obtenido, se te expedirá una tarjeta de residencia, que confirma tu identidad en territorio polaco y te da derecho, junto con tu pasaporte, a cruzar la frontera varias veces sin necesidad de obtener un visado.

### b) Permiso de residencia permanente / permiso de residencia de larga duración

La residencia permanente puede adoptar la forma de **un permiso de residencia permanente o un permiso de residente de larga duración en la UE.**

El **permiso de residencia permanente** se concede a un extranjero que, por ejemplo:

- ha estado casado con un ciudadano polaco durante al menos 3 años antes de la fecha de la solicitud;
- posee una Tarjeta Polaca válida y desea residir en Polonia de forma permanente;
- es hijo de un extranjero que ha obtenido un permiso de residencia permanente;
- es hijo de un ciudadano polaco bajo su patria potestad;
- es una persona de origen polaco y tiene intención de establecerse permanentemente en Polonia.

El **permiso de residencia para residente de larga duración en la UE** se concede a un extranjero que haya residido legalmente y de forma continuada en el territorio de Polonia durante al menos los 5 años inmediatamente anteriores a la presentación de la solicitud. Sin embargo, debe cumplir tres condiciones:

- disponer de una fuente de ingresos estable y regular, suficiente para cubrir el coste de la vida para sí mismo y los miembros de su familia;
- tener un seguro de enfermedad o un justificante del pago de los gastos médicos por parte de una aseguradora;
- poseer un certificado de lengua polaca de nivel B1

Un extranjero solo puede solicitar un permiso de residencia permanente o un permiso de residencia de residente de larga duración en la UE si reside legalmente en el territorio de Polonia.

Si no legalizas tu estancia, puedes enfrentarte a graves consecuencias, como:

### **Deportación y prohibición de reingreso**

Polonia tiene derecho a expulsar a un extranjero cuya estancia en su territorio sea ilegal y prohibir su reingreso durante un periodo de 6 meses a 10 años. Esto significa que esa persona puede perder la oportunidad de regresar a Polonia y a la familia que ya se ha establecido en el país.

### **Sanciones pecuniarias**

Las personas que permanecen ilegalmente en Polonia pueden ser objeto de multas u otras sanciones económicas, lo que puede suponer una enorme carga para su presupuesto.

### **Detención**

La residencia ilegal en Polonia conlleva el riesgo de detención. Las personas detenidas por las fuerzas de seguridad pueden tener que permanecer bajo custodia antes de ser deportadas. La autoridad responsable de la detención puede solicitar al tribunal el internamiento del extranjero en un centro vigilado o en un centro de internamiento para extranjeros.

### **Dificultades para obtener visados y permisos en el futuro**

Las personas con antecedentes de estancia ilegal pueden tener dificultades para venir a Polonia en el futuro. Las solicitudes de visados, permisos y otros documentos pueden ser rechazadas por las autoridades. Además, el procedimiento relacionado con la tramitación de las solicitudes puede prolongarse considerablemente.

### **Impedimentos para viajar a otros países Schengen**

Un extranjero que haya permanecido ilegalmente en Polonia puede ser sometido a controles fronterizos en el espacio Schengen al salir del país y cruzar las fronteras de otros países. Si se le identifica como residente ilegal, puede ser detenido o deportado según las leyes del país en cuestión.

## **2. Número PESEL**

El número PESEL es un número de identificación único de 11 dígitos en el que se codifican la fecha de nacimiento, el número de secuencia, el sexo y los dígitos de control.

Necesitas un PESEL cuando:

- quieres ocuparte de asuntos oficiales (boda, registro del nacimiento de un hijo, asuntos judiciales, etc.);
- quieres beneficiarte de asistencia médica gratuita;
- quieres trabajar legalmente;
- abres una cuenta bancaria, pides un préstamo o un crédito;
- creas tu propio negocio;
- liquidas tus impuestos.



Si permaneces en Polonia más de 30 días, estás obligado a registrarte para obtener la residencia permanente o temporal.

Los ciudadanos de los Estados miembros de la UE que residan en el territorio de la República de Polonia están obligados a registrarse a más tardar el 30 día siguiente a su llegada a Polonia.

Los ciudadanos de países no miembros de la UE que residan en el territorio de la República de Polonia están obligados a empadronarse el cuarto día, a contar desde el día de su llegada a Polonia.

Al empadronarte por primera vez, recibirás un PESEL de la oficina.

Si deseas obtener un PESEL sin registrarte, indica en tu solicitud la base jurídica de la que se deriva tu obligación de disponer de un número PESEL.

Para obtener un número PESEL, acude al Ayuntamiento de Sosnowiec (Departamento de Asuntos Civiles, aleja Zwycięstwa 20, planta baja).

**La asignación de un número PESEL es gratuita.**

### 3. Empadronamiento

Todas las personas que viven en Polonia tienen la obligación de empadronarse (determinación del domicilio permanente o temporal de una persona). Si tienes permiso de residencia permanente y quieres quedarte aquí permanentemente, puedes empadronarte de forma permanente.

 Presenta tus documentos personalmente en el Departamento de Asuntos Civiles del Ayuntamiento de Sosnowiec, aleja Zwycięstwa 20 (planta baja).

#### ¡NOTA!

según las directrices de la Oficina del Voivodato de Silesia, los extranjeros no pueden empadronarse a través del perfil de confianza. Para empadronarte, no olvides llevar tu documento de identidad (por ejemplo, un pasaporte o, en el caso de un ciudadano de la UE, un documento de identidad), documentos que confirmen la residencia legal en la República de Polonia (visado, decisión, tarjeta de residencia) y un contrato de arrendamiento o, si no hay contrato, una confirmación por escrito en el formulario de registro por parte del propietario u otra persona a cargo de la propiedad de que resides en el lugar en cuestión, así como el título original del propietario sobre la propiedad (a inspeccionar). No se requiere la presencia del propietario del local.

También puedes presentar tu solicitud a través de un representante. En este caso, los documentos que confirmen la residencia legal en la República de Polonia (visado, pasaporte, decisión, tarjeta de residencia) serán necesarios para la inspección.

### 4. Empleo

En Polonia, los empresarios están obligados a contratar únicamente a personas cuya estancia en el territorio nacional es legal. Los trabajadores ilegales y los empresarios que emplean a inmigrantes ilegales pueden enfrentarse a consecuencias legales.

#### ¡NOTA!

Los ciudadanos ucranianos que llegaron a Polonia después del 24.02.2022 tienen libre acceso al mercado laboral polaco.

Los ciudadanos de países fuera de la UE/EEE deben tener uno de los siguientes documentos que les permita acceder al mercado laboral polaco:

**Declaración sobre el encargo de trabajo a un extranjero** – registrada en la oficina de empleo del distrito por un empleador para los ciudadanos de Armenia, Bielorrusia, Georgia, Moldavia y Ucrania, da derecho a 24 meses de la posibilidad de encargar trabajo a un extranjero sin permiso de trabajo en relación con una declaración sobre el encargo de trabajo a un extranjero, inscrita en el registro de declaraciones.

**Permiso de trabajo** – expedido por el gobernador provincial a petición del empresario.

**Permiso de trabajo estacional** – expedido por el presidente del distrito a petición del empresario – da derecho a realizar una actividad laboral durante 9 meses en un año civil.

**Permiso temporal de residencia y trabajo** – expedido por el gobernador provincial a petición del extranjero, autoriza tanto para trabajar como para residir.

 Los permisos de trabajo expedidos por el gobernador provincial pueden obtenerse en la Oficina del Voivodato de Silesia en Katowice (calle Damrota 16. Dirígete al Departamento de Extranjería en persona o por correo electrónico (cudzoziemcy@katowice.uw.gov.pl). También existe una línea de ayuda para extranjeros no comunitarios: 780 100 935

En Sosnowiec, la institución encargada de ayudar a los desempleados en su búsqueda de empleo es la Oficina de Empleo del Distrito. La institución también organiza formación para ayudar a las personas a obtener, cambiar o aumentar sus cualificaciones, ofrece asesoramiento gratuito a quienes están buscando empleo, proporciona financiación para la creación de empresas y financia el coste de exámenes y licencias. Los desempleados inscritos en la Oficina de Empleo disfrutan de un seguro de enfermedad.

Las ofertas de empleo a disposición de la institución pueden consultarse en [www.oferty.praca.gov.pl](http://www.oferty.praca.gov.pl).

#### Datos de contacto

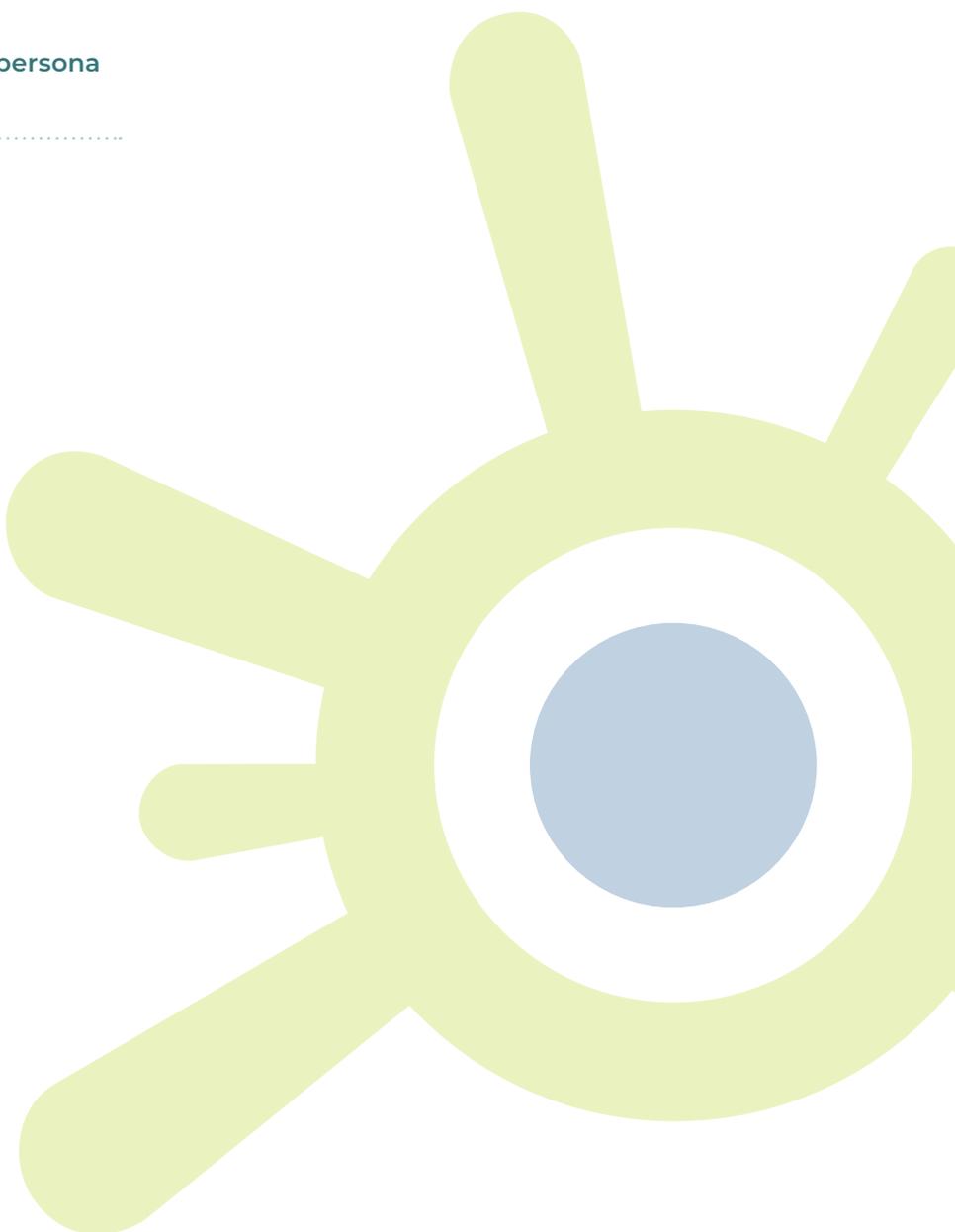
-  PUP Sosnowiec
-  Calle Rzeźnicza 12, 41-200 Sosnowiec
-  32 297 87 63
-  kaso@praca.gov.pl
-  [www.sosnowiec.praca.gov.pl](http://www.sosnowiec.praca.gov.pl)

Si deseas acceder a un empleo, también puedes aprovechar la oferta del Club de Integración Social, que forma parte del Centro Municipal de Asistencia Social de Sosnowiec. Club de Integración Social:

- lleva a cabo proyectos sociales para niños durante las vacaciones de verano e invierno,
- ofrece orientación socio-laboral a cargo de especialistas en reinserción profesional, un trabajador social en asesoramiento individual,
- ofrece acceso gratuito a equipos telefónicos e informáticos con acceso a Internet para la búsqueda de empleo de los participantes en el Club,
- ofrece asistencia en la preparación de documentos de solicitud profesionales en polaco,
- ofrece acceso a ofertas de empleo actuales, así como a formación y cursos para mejorar o complementar las cualificaciones profesionales.

**Puedes obtener más información en persona o por teléfono:**

- 🏠 Club de Integración Social
- 📍 Calle Staszica 62
- ☎ 695 140 748 · 887 032 214



# Asuntos oficiales

## 1. Celebración del matrimonio

Si quieres contraer matrimonio en Polonia, es imprescindible que prepares una copia del acta de nacimiento junto con una traducción al polaco realizada por un traductor jurado.

Si se trata de tu próximo matrimonio, también tendrás que presentar una copia de tu anterior certificado de matrimonio con una nota de divorcio o una copia del certificado de defunción de tu cónyuge. Estos documentos deben ser traducidos por un traductor jurado.

También deberás presentar un documento que acredite que puedes contraer matrimonio de acuerdo con

su derecho interno. Si tu país de origen no expide dicho documento, deberás obtener una orden judicial que te exima de presentarlo ante el Encargado de la Oficina del Registro Civil. Si vives en Sosnowiec, puedes obtener dicha orden en el Tribunal de Distrito de Sosnowiec, calle Kaliska 7.

Si deseas obtener más información o fijar una fecha para tu boda, acude al Registro Civil en Sosnowiec, aleja Zwycięstwa 20, despacho 105.

## 2. Nacimiento de un hijo

### 2. Nacimiento de un hijo

Si has tenido un bebé,  **tienes 21 días**  para registrarlo. Los niños nacidos en Sosnowiec deben registrarse en el Registro Civil de Sosnowiec, Aleja Zwycięstwa 20, despacho 105. Para realizar los trámites del registro de tu hijo, ¡dirígete personalmente a la Oficina de Registro Civil!

### ⚠ ¡RECUERDA!

En caso de mortinato, el plazo de notificación es de **solo 3 días**.

Las personas que han tenido un hijo pueden solicitar un subsidio único de natalidad, el llamado “becikowe”, que asciende a 1 000 PLN por cada hijo nacido. Tienes derecho a la prestación si los ingresos de tu familia no superan los 1.922 PLN por persona. La persona que declara la monoparentalidad debe tener una orden de pensión alimenticia del otro progenitor.

También es posible percibir una prestación parental de 1 000 PLN al mes durante un año tras el nacimiento del hijo. Esta prestación se abona cuando la madre del niño no tiene derecho al subsidio de maternidad. En determinadas situaciones, también pueden acceder a la prestación los tutores del menor que no sean padres biológicos, por ejemplo, el tutor de hecho del menor, los padres de acogida no profesionales, los padres adoptivos.

 Puedes obtener más información sobre las ayudas familiares personalmente en el Centro Municipal de Asistencia Social de Sosnowiec calle 3 Maja 33, Departamento de Prestaciones Familiares y de Manutención, 1 piso, despacho 201 o llamando a los teléfonos 32 296 22 42, 32 296 23 36.

## 3. Registro de la defunción de un ser querido

Si ha fallecido una persona cercana o un amigo, debes registrar su defunción en un plazo de 3 días a partir de la fecha de expedición del certificado de defunción.

 Para inscribir una defunción, acude al Registro Civil, aleja Zwycięstwa 20 (planta baja), tel. 32 2960 590. Lleva contigo los siguientes documentos:

- un certificado de defunción expedido por un médico,
- pasaporte del fallecido,
- tarjeta de residencia (si la tenía),
- tu pasaporte o tarjeta de residencia.

#### 4. Certificados de nacimiento, matrimonio y defunción

Para obtener **una copia polaca de un registro civil** (por ejemplo, de nacimiento, matrimonio o defunción) se debe:

- cumplimentar una solicitud de inscripción en el registro civil de un acta realizada en el extranjero, .....
- adjuntar el original del documento de estado civil extranjero junto con su traducción al polaco realizada por un traductor jurado – si la copia extranjera se expide en una impresión multilingüe de conformidad con la Convención firmada en Viena el 08.09.1976 la traducción no es necesaria, .....
- adjuntar el justificante de pago de la tasa de escritura .....
- lleva contigo tu pasaporte/tarjeta de residencia para su presentación

Puedes obtener una copia de la escritura en el Registro Civil de Sosnowiec, aleja Zwycięstwa 20, despacho 105 (planta baja).

#### 5. Documentos (permiso de conducir, documento de identidad polaco, documento de viaje polaco)

**Permiso de conducir** – si eres conductor y prestas servicios de transporte de pasajeros o taxi, a partir del 17 de junio de 2024 deberás estar en posesión de un permiso de conducir polaco. Es imprescindible entregar el documento que autoriza a conducir, emitido en un país distinto a Polonia.



#### ⚠ ¡NOTA!

Solo es posible solicitar el permiso de conducir polaco tras 185 días de residencia en la República de Polonia.

Esta condición se aplica a cualquier persona que tenga un permiso de conducir extranjero y haya vivido en Polonia al menos 185 días. Al final de este periodo, debe reponer el documento.

Si el país que expidió tu permiso de conducir es signatario de los Convenios de Ginebra o Viena, no necesitas aprobar la parte teórica del examen de conducir; en cualquier otro caso, debes aprobar la parte teórica del examen para canjear tu documento extranjero por uno polaco.

Si no cambias el documento, los agentes de policía te considerarán autor de un delito de conducción sin el permiso exigido, que se castiga con una pena de privación de libertad, restricción de libertad o multa no inferior a 1.500 PLN.

El ciudadano ucraniano que desee canjear su permiso de conducir por uno polaco, teniendo un permiso ucraniano en vigor, deberá cumplir las siguientes condiciones:

- residir en el territorio de la República de Polonia durante al menos 185 días en cada año natural debido a sus vínculos personales o profesionales
- o
- tener un certificado de estudios durante al menos 6 meses al año.

Para cambiar el permiso de conducción, el ciudadano ucraniano debe presentar los documentos pertinentes junto con la solicitud:

- una fotocopia del permiso de conducción junto con una traducción del permiso al polaco realizada por un traductor jurado o un cónsul de la República de Polonia, .....
- una fotocopia de un documento que confirme el derecho de residencia en Polonia, .....
- consentimiento para el tratamiento de datos personales, .....
- confirmación del pago de la tasa consular, al Consulado ucraniano competente en Polonia, que confirmará la autenticidad del documento canjeado.

Puedes canjear tu permiso de conducir en el Ayuntamiento de Sosnowiec, Departamento de Transporte, calle Teatralna 9 (tel. 32 296 06 60). También puedes matricular tu coche o comunicar la venta del mismo en el mismo lugar.

**El documento de identidad polaco para un extranjero** es válido durante un año a partir de la fecha de

expedición y durante su período de validez confirma la identidad del extranjero durante su estancia en el territorio de Polonia. Este documento no confirma la nacionalidad del extranjero ni le da derecho a cruzar la frontera, y su posesión no le exime de obtener un visado, un permiso de residencia temporal, un permiso de residencia permanente o un permiso de residencia para residente de larga duración en la UE.

El documento de identidad polaco para extranjeros lo expide la Oficina del Voivodato de Silesia (Delegación de Extranjeros del Departamento de Asuntos Civiles y Extranjeros, calle Jagiellońska 25, despacho 161, Katowice, tel. 32 207 79 20). La solicitud de documentos debe realizarse si:

- resides en el territorio de Polonia y no tienes nacionalidad, si los intereses de la República de Polonia lo justifican, .....
- eres víctima de la trata de seres humanos.

**El documento de viaje polaco** es necesario si has perdido tu documento de viaje o si tu documento se ha dañado o ha perdido su validez y no tienes posibilidad de obtener uno nuevo. Puedes solicitar un documento de viaje polaco si tienes:

- permiso de residencia permanente, .....
- permiso de residencia para un residente de larga duración en la República de Polonia, .....
- eres ciudadano de Bielorrusia y estás en Polonia con un permiso de residencia temporal, .....
- protección subsidiaria, .....
- permiso de residencia por razones humanitarias.

 La solicitud, junto con los anexos necesarios, es decir, 2 fotografías y el justificante de pago deberán presentarse en la Oficina del Voivodato de Silesia (Delegación de Extranjeros del Departamento de Asuntos Civiles y Extranjeros, calle Jagiellońska 25, despacho 161, Katowice, tel. 32 207 79 20).

La solicitud en nombre del menor extranjero deberá ser presentada por los padres, los tutores designados por el tribunal, uno de los padres o uno de los tutores designados por el tribunal.

## 6. Guardería, jardín de infancia o escuela

Si estás en Polonia legalmente y vives en Sosnowiec, tu hijo puede beneficiarse de las instalaciones educativas municipales y privadas. El derecho a asistir a guarderías y jardines de infancia se concede a los niños de **0 a 5 años**, mientras que es obligatorio para los niños de **6 años**.

Toda la información para los padres de niños menores de 3 años que deseen cuidar de su hijo en una guardería, un club infantil o con un cuidador de día puede encontrarse en el portal de información y servicios: [www.empatia.mpips.gov.pl](http://www.empatia.mpips.gov.pl) en la pestaña: mapa de guarderías y clubes infantiles y en la pestaña: lista de cuidadores de día.

El sitio web contiene información sobre todas las guarderías, clubes infantiles y centros de día que ofrecen atención a niños menores de 3 años no solo de la zona de Sosnowiec, sino de todo el país.

**LAS GUARDERÍAS NO PÚBLICAS EN SOSNOWIEC** ason gestionadas por entidades no públicas. Puedes encontrar toda la información sobre el centro que te interesa en el portal de información y servicios de Empatía: [www.empatia.mpips.gov.pl](http://www.empatia.mpips.gov.pl).

**EL EQUIPO DE LA GUARDERÍA INFANTIL Y LOS CLUBES DE SOSNOWIEC** están gestionados por el municipio de Sosnowiec. Para obtener información sobre estas formas de atención, visita la página web: [www.zlobekmiejski.sosnowiec.pl](http://www.zlobekmiejski.sosnowiec.pl) y ponte en contacto con el director de la unidad.

### ¡NOTA!

el proceso de admisión se realiza por vía electrónica y continúa a lo largo de todo el año. Para matricular a un niño en una guardería o en un club infantil, es necesario facilitar el número PESEL del niño.

Puedes solicitar la prestación “Activo en una guardería” por un hijo que asista a una guardería, club infantil o centro de día. Toda la información en el sitio web del Instituto de la Seguridad Social: [www.zus.pl](http://www.zus.pl). **Información en polaco, inglés y ucraniano.**

### ➤ **Guarderías municipales**

Si deseas matricular a tu hijo (de 3 a 6 años) en una guardería durante el curso escolar, ponte en contacto directamente con el director de la guardería de tu elección para saber si aún quedan plazas disponibles. La admisión de un niño durante el curso escolar la decide el director de la escuela. Trae contigo los documentos que acrediten la edad de tu hijo, si dispones de ellos.



Si deseas matricular a tu hijo en la guardería para el próximo curso escolar, es decir, a partir del 1 de septiembre, debes participar en el proceso de admisión. El proceso de admisión se realiza por vía electrónica y las fechas se anuncian a finales de enero de cada año en la página web del Ayuntamiento de Sosnowiec [www.sosnowiec.pl](http://www.sosnowiec.pl) y en las páginas web de las guarderías. Una vez que te hayas conectado al sistema, aparecerá el formulario de solicitud de admisión en el establecimiento. Si tienes algún problema para rellenarlo, ponte en contacto con la guardería que hayas elegido para tu hijo. El formulario de solicitud cumplimentado, junto con los documentos indicados por el sistema, deberá imprimirse, firmarse y entregarse en la guardería.

El lugar de residencia no importa en el proceso de admisión de guarderías: el padre o tutor elige el establecimiento en el que desea matricular a su hijo.

### ➤ **Escuelas primarias**

La educación obligatoria de un niño comienza al inicio del curso escolar del año natural en el que el niño cumple 7 años.

Si deseas matricular a tu hijo en una escuela durante el curso escolar, ponte directamente en contacto con el director de la escuela primaria más cercana a tu domicilio. Trae contigo los documentos que acrediten la edad de tu hijo y los años escolares cursados hasta el momento, si dispones de ellos.

Si deseas matricular a tu hijo en una escuela primaria para el próximo curso escolar es decir, a partir del 1 de septiembre, debes participar en el proceso de admisión. El proceso de admisión se realiza por vía electrónica, con plazos que se anuncian a finales de enero de cada año en el sitio web del Ayuntamiento de Sosnowiec [www.sosnowiec.pl](http://www.sosnowiec.pl) y en los sitios web de las escuelas. Una vez que te hayas conectado al sistema, se te presentará un formulario de admisión. Si tienes algún problema para rellenarlo, dirígete a la secretaría de la escuela más cercana a tu domicilio. El formulario de solicitud cumplimentado, junto con los documentos indicados por el sistema, deberá imprimirse, firmarse y entregarse en la escuela.

Para los niños que no dominen suficientemente el polaco, existe la posibilidad de ser admitidos en la rama preparatoria, situada en la Escuela Primaria n° 10 de Sosnowiec, en la calle Reymonta 36 W. Ponte en contacto directamente con la secretaría de la escuela (no es necesario inscribirse).

En caso de admisión a clases bilingües o deportivas, ponte en contacto directamente con el director del colegio elegido.

### ➤ **Escuelas secundarias: liceos, institutos técnicos, escuelas de formación profesional de grado I y II**

Si deseas matricular a tu hijo en un centro de educación secundaria durante el curso escolar, ponte en contacto directamente con el director del centro de tu elección para saber si aún quedan plazas disponibles. La admisión de un niño durante el curso escolar la decide el director de la escuela. Trae contigo los documentos que acrediten la edad de tu hijo y los años escolares cursados hasta el momento, si dispones de ellos.

Si deseas matricular a tu hijo en un centro de educación secundaria para el próximo curso escolar, es decir, a partir del 1 de septiembre, debes parti-

cipar en el proceso de admisión. El proceso de admisión se realiza por vía electrónica y las fechas se anuncian a finales de enero de cada año en el sitio web de la Inspección de Educación de Katowice [www.kuratorium.katowice.pl](http://www.kuratorium.katowice.pl), en la pestaña “proceso de admisión”, y en los sitios web de las escuelas.



Tras acceder al sistema, aparecerá un formulario de solicitud de admisión (en polaco). Si tienes algún problema para cumplimentarlo, dirígete a la secretaria del centro elegido. La solicitud, junto con los documentos indicados por el sistema, deberá imprimirse, firmarse y entregarse en la escuela.

En caso de admisión a clases bilingües o deportivas, ponte en contacto directamente con el director del colegio elegido.

## 7. Solicitud 800+

Pueden acceder a la prestación de crianza 800+ los ciudadanos de la UE y los extranjeros que residan en Polonia, siempre que tengan residencia legal en Polonia con acceso al mercado laboral polaco. La prestación se concede por cada hijo hasta los 18 años, independientemente de los ingresos de la familia. Ascende a 800 zlotys al mes, o 400 zlotys en caso de la custodia compartida. Para obtener la prestación 800+, el progenitor debe presentar una solicitud, a la que debe adjuntar un documento que confirme la legalidad de su estancia en Polonia con acceso al mercado laboral, por ejemplo, una tarjeta de residencia con la anotación “acceso al mercado laboral”. Los ciudadanos ucranianos que llegaron a Polonia en relación con las hostilidades después del 23 de febrero de 2022 y obtuvieron la residencia legal en nues-

tro país sobre la base de la Ley de asistencia a los ciudadanos ucranianos en relación con el conflicto armado en el territorio de Ucrania deben solicitar la prestación en un formulario SW-U especialmente preparado, que está disponible en ucraniano. Esta solicitud puede presentarse a través de PUE ZUS, el portal Emp@tia o la banca electrónica.

## 8. Tarjeta Ciudad de Sosnowiec

Si resides en Sosnowiec, no dejes de unirse a los usuarios de la Tarjeta Ciudad de Sosnowiec [skm.sosnowiec.pl/sosnowiecka-karta-miejska](http://skm.sosnowiec.pl/sosnowiecka-karta-miejska)



Con la Tarjeta Ciudad de Sosnowiec, podrás beneficiarte de atractivos descuentos en las instituciones municipales y de los descuentos ofrecidos por los socios del programa.

Puede acogerse al programa cualquier persona que resida en la ciudad y cumpla al menos una de las siguientes condiciones:

- está inscrita como residente permanente en Sosnowiec,
- está empadronada para residir temporalmente en Sosnowiec y liquida su impuesto sobre la renta de las personas físicas en Sosnowiec,
- liquida el impuesto sobre la renta de las personas físicas en Sosnowiec,
- reside en un centro de acogida en Sosnowiec (hasta 18 años),
- es un estudiante universitario empadronado en la ciudad de Sosnowiec por residencia temporal,
- es una persona inscrita como residente temporal en la ciudad de Sosnowiec y tiene menos de 26 años,
- es una persona que reside en un centro de asistencia social 24 horas en la zona de Sosnowiec

Solicitarás la tarjeta a través de la aplicación o en persona en:

- la Oficina de Atención al Cliente de la Tarjeta Ciudad de Sosnowiec, calle S. Małachowskiego 3, despacho 35, 41-200 Sosnowiec, tel. +48 32 296 0 651, email: [wrp@um.sosnowiec.pl](mailto:wrp@um.sosnowiec.pl)
- Centro de Información de la Ciudad, calle Warszawska 3/20, 41-200 Sosnowiec, TEL. +48 32 265 60 04, e-mail: [cim@um.sosnowiec.pl](mailto:cim@um.sosnowiec.pl)

Necesitarás:

- foto en color (como prueba, la foto puede hacerse gratuitamente en el mismo lugar);
- la primera página de la declaración de la renta y el acuse de recibo oficial;
- Número PESEL.

## 9. Título de Familia Numerosa y tarjeta “Gana Más”

El Título de Familia Numerosa es un sistema de descuentos y derechos adicionales para familias de 3 o más miembros, vigente en toda Polonia.

La tarjeta funciona tanto para instituciones públicas como para empresas privadas, incluidos los sectores de la alimentación, los combustibles, la banca y el ocio. También pueden obtener la tarjeta los extranjeros: entre otros, en virtud de un permiso de residencia permanente, un permiso de residencia para un residente de larga duración de la Unión Europea, en relación con la obtención del estatuto de refugiado o de protección subsidiaria en Polonia, si residen con los miembros de su familia en el territorio de Polonia, y los ciudadanos de los Estados miembros de la UE y la AELC que residan en Polonia.

Se puede solicitar el título de familia numerosa:

- en persona en el Departamento de Política Social, UM, calle 3 Maja 33, despacho 405, III planta,
- electrónicamente a través del portal de información y servicios Empatía ([empatia.mpips.gov.pl](http://empatia.mpips.gov.pl)),
- Puede obtenerse información detallada en el Departamento de Política Social de la UM, en la calle 3 Maja 33, despacho 405, III planta.

Las familias de más de 3 miembros que viven en Sosnowiec también pueden beneficiarse del programa “Gana más”. El programa implica un sistema

de descuentos y concesiones proporcionados por los socios del programa, principalmente instituciones culturales, centros deportivos, establecimientos comerciales y de servicios.

El participante del programa recibe una tarjeta nominativa.

La solicitud de una tarjeta del programa “Gana más” debe presentarse en el Departamento de Política Social del Ayuntamiento, en la calle Maja 33w 3, despacho 403, III piso.



## 10. Tarjeta “Señor Activo 60+”

El programa “Señor Activo 60” está dirigido a las personas mayores de 60 años que viven en la zona de Sosnowiec. El programa permite a las personas mayores participantes en él beneficiarse de descuentos, concesiones y rebajas. Los socios del programa operan, entre otros, en los siguientes sectores: agencias de viajes, complejos turísticos, balnearios, gastronomía, deporte y ocio, cultura y educación.

La solicitud de tarjeta del programa “Señor Activo 60+” debe presentarse en el Departamento de Política Social de la Oficina Municipal, calle 3 Maja 33w, despacho 403, III piso.

## 11. Perfil de confianza

La creación de un perfil de confianza permite realizar rápida y fácilmente diversos trámites (por ejemplo, solicitar prestaciones, registrar una empresa o abrir una cuenta bancaria). Con él, confirmarás gratuitamente tu identidad en los sistemas electrónicos de la administración y firmarás documentos. El perfil de confianza también está vinculado a la Plataforma Electrónica de Servicios de la Administración Pública (ePUAP), por lo que podrás iniciar sesión en el servicio electrónico de una oficina específica.

Ten en cuenta que el perfil de confianza solo puede ser creado por personas que dispongan de un número PESEL (ve la sección II.2.): PESEL).

### El perfil de confianza puede configurarse de 3 maneras:

1. a través de un formulario en línea en polaco y ucraniano [www.pz.gov.pl/pz/index](http://www.pz.gov.pl/pz/index),
2. a través del banco donde tengas una cuenta,
3. mediante una tarjeta electrónica, es decir, un documento de identidad con una denominada capa electrónica.

## 12. Programa Individual de Integración

En el marco de la asistencia a los extranjeros a los que se ha concedido el estatuto de refugiado o protección subsidiaria en Polonia, el Centro Municipal de Asistencia Social aplica un Programa Individual de Integración. Se trata de un programa individualizado en el que un miembro del personal del Centro Municipal de Asistencia Social te presta apoyo en las cuestiones cotidianas y te ayuda a obtener los recursos económicos a los que tienes derecho durante un periodo de 12 meses. La ayuda incluye prestaciones en metálico para alimentación, financiación de los gastos de alquiler de vivienda, aprendizaje de la lengua polaca y pago de las primas del seguro médico.

La asistencia a un extranjero se concede previa solicitud, que debe presentarse en un plazo de 60 días a partir de la fecha en que el extranjero obtenga el estatuto de refugiado o la protección subsidiaria u obtenga un permiso de residencia temporal.



Se puede obtener más información sobre esta forma de ayuda en el Centro Municipal de Asistencia Social de Sosnowiec calle 3 Maja 33 planta baja despacho 111 en persona o llamando al teléfono 32 296 22 48.

# IV Sosnowiec fuera de horario

Sosnowiec ofrece muchas formas de que los residentes más jóvenes y adultos pasen su tiempo libre de forma interesante y activa y se dediquen a sus pasiones. Hemos preparado para ti una descripción de lugares, entre los que seguro encontrarás alguno donde desarrollar tus intereses, relajarte o hacer nuevos amigos. ¡Las posibilidades son infinitas! Las instalaciones culturales y deportivas de la ciudad y los lugares únicos de los que los habitantes de Sosnowiec se sienten especialmente orgullosos te permitirán pasar tu tiempo de la forma que más te atraiga. Conoce estos lugares y a las personas que los crean; seguro que estos momentos no se perderán.



## 1. Culturalmente

**Biblioteca Pública Municipal Gustaw Daniłowski de Sosnowiec** – es la moderna Mediateca de Zagłębie, situada en el centro de la ciudad y una red de 18 sucursales disponibles en todos los distritos de la ciudad. Ofrece a los residentes de Sosnowiec acceso gratuito a una amplia colección de libros y revistas (también en lenguas extranjeras) y colecciones multimedia (audiolibros, libros electrónicos, juegos de mesa, discos de vinilo, micropelículas). La Mediateca de Zagłębie

cuenta con un espacio especialmente acondicionado, creativo y multifuncional para actividades como la lectura, talleres de programación y robótica, bricolaje y actividades musicales, explorar y experimentar. Los actos culturales organizados en la Mediateca, dirigidos también a los extranjeros que viven en Sosnowiec, son muy populares entre los residentes, por ejemplo encuentros de autores con escritores de lenguas extranjeras o proyecciones de películas para niños en los idiomas originales.

-  **Biblioteca Pública Municipal de Sosnowiec**
-  **calle Kościelna 11**
-  **32 266 33 96, 32 294 95 38**
-  **[mediateka@biblioteka.sosnowiec.pl](mailto:mediateka@biblioteka.sosnowiec.pl)**
-  **[www.biblioteka.sosnowiec.pl](http://www.biblioteka.sosnowiec.pl)**
-  **Horario de apertura de la Mediateca:**  
Lunes: 12.00–20.00  
De martes a viernes: 08.00–20.00  
El sábado: 08.00–15.00

**Teatro Zagłębie de Sosnowiec** – es uno de los escenarios teatrales más antiguos de Polonia, fundado en 1897. En la actualidad, crea y presenta una gran variedad de espectáculos galardonados para adultos y niños. Además de representaciones, el Teatro Zagłębie también ofrece talleres y proyectos educativos y sociales, abiertos a todos los grupos de edad, desde niños hasta personas mayores.

El Teatro Zagłębie, en el marco de su proyecto “Padres al teatro”, ofrece servicio de guardería para niños de 4 a 8 años mientras sus padres ven el espectáculo.

Las entradas para todas las representaciones pueden adquirirse en taquilla y en línea (pestaña “repertorio” del sitio web del Teatro). Los titulares de la Tarjeta Ciudad de Sosnowiec, pueden beneficiarse de acciones especiales que les dan derecho a descuentos.

-  **Teatro Zagłębie en Sosnowiec**
-  **calle Teatralna 4**
-  **32 266 11 27**
-  **[rezerwacje@teatrzaglebia.pl](mailto:rezerwacje@teatrzaglebia.pl)**
-  **[www.teatrzaglebia.pl](http://www.teatrzaglebia.pl)**
-  **La taquilla está abierta:**  
De lunes a miércoles: 12.00 pm–5.00 pm  
Jueves–Viernes: 12.00 pm–7.00 pm  
Sábado–Domingo: 3.00 pm–6.00 pm

**Centro de Arte de Sosnowiec: Castillo Sielecki** – es una unidad cultural municipal situada en el edificio más antiguo de la ciudad, en un castillo restaurado del barrio de Sielec. El Centro de Arte se centra principalmente en presentar la obra de artistas visuales en la Galería Extravagance, que está en funcionamiento. Desde hace muchos años, la institución desarrolla el tema del regionalismo y el multiculturalismo en su sentido más amplio organizando exposiciones, talleres, conferencias y encuentros con regionalistas. Una parte importante de las actividades del Centro es la educación artística, que se traduce en numerosos proyectos de talleres realizados en colaboración con artistas profesionales. El Centro de Arte ofrece una amplia gama de actividades para participantes de todas las edades, como talleres de pintura, diseño gráfico y artesanía artística. Recomendamos especialmente la Academia Familiar de Fin de Semana, donde los niños y sus cuidadores crean obras de arte en colaboración en un ambiente divertido y creativo.

🏠 **Centro de Arte de Sosnowiec: Castillo Sielecki**

📍 **calle Zamkowa**

☎ **32 266 38 42**

✉ **centrum@zameksielecki.pl**

🌐 **[www.zameksielecki.pl](http://www.zameksielecki.pl)**

🕒 **Horario de apertura:**

De lunes a viernes: 08.00–19.00

Sábado–Domingo: 15.00–19.00



**Palacio de Schoen: Museo de Sosnowiec**

– es uno de los lugares más importantes del mapa cultural de Sosnowiec, ubicado en un histórico palacio neobarroco que perteneció a la familia de industriales alemanes Schoen. El museo recoge recuerdos relacionados con el pasado de Sosnowiec y difunde conocimientos sobre la ciudad y su patrimonio espiritual y material.



En el museo no solo hay exposiciones permanentes y cíclicas, sino también talleres de arte (por ejemplo, pintura y tejido en vidrio, fabricación de pequeñas esculturas o adornos navideños), clases en el museo (por ejemplo, leyendas y mitos de Sosnowiec, Sosnowiec: una ciudad de cuatro culturas) o la popular sala de adivinanzas “Po drugiej stronie szafy” (Al otro lado del armario), donde los jóvenes participantes toman parte en un juego de aventuras de rol mientras aprenden sobre la historia de Sosnowiec y practican el pensamiento lógico.

🏠 **Palacio de Schoen Museo de Sosnowiec**

📍 **calle Chemiczna 12**

☎ **32 363 45 10**

✉ **muzeum@muzeum.org.pl**

🌐 **[www.muzeum.org.pl](http://www.muzeum.org.pl)**

🕒 **Horario de apertura:**

de martes a sábado: 10.00–19.00

domingo: 10.00–18.00

lunes el museo está cerrado a los visitantes

**Club Municipal Jan Kiepura** – es un lugar inspirador para desarrollar las pasiones, intereses, talentos y habilidades de los residentes de Sosnowiec de todas las edades. Niños, jóvenes y adultos disfrutan de las clases educativas, de danza, arte, teatro o música que se ofrecen en el Club, que se llevan a cabo tanto de forma individual como en grupo en el edificio del Centro Cultural de la Energía, en la calle Będzińska 64.



El Club Municipal Jan Kiepura es también el iniciador de festivales y concursos periódicos y el organizador de eventos municipales al aire libre. El Festival de los Días de la Música Conocida y Desconocida de Sosnowiec y el Festival Europeo Integrador de Canción Infantil Intermuza son eventos preparados por el Club, cuya reputación llega mucho más allá de Sosnowiec.

El orgullo indiscutible del Club es la sala conmemorativa dedicada al destacado tenor, el “Niño de Sosnowiec”, Jan Kiepura y su esposa Marta Egghert, situada en el edificio de la calle Będzińska, como la Sala de Espectáculos y Conciertos MUZA, que lleva el nombre de Władysław Szpilman, situada en el centro de la ciudad, en el número 2 de la calle Warszawska. El Muse acoge conciertos y representaciones teatrales muy populares.

**Club Municipal J. Kiepura:  
Centro Cultural Energético**  
calle Będzińska 65  
32 788 99 73, 32 788 33 73  
sekretariat@kiepura.pl

**Sala de Espectáculos y Conciertos  
MUZA Władysław Szpilman**  
calle Warszawska 2  
32 213 99 00  
www.kiepura.pl

**Parada Cultural Abierta** – es una institución cultural que opera en los distritos de Kazimierz Górnicy y Maczki, que ofrece a los residentes de la parte oriental de Sosnowiec un espacio para el pensamiento creativo, el gasto activo del tiempo y la realización de pasiones y el desarrollo de talentos. La parada funciona en tres ubicaciones: en el edificio de la calle Główna 19, en el anfiteatro del parque Jacek Kuroń (la llamada Concha) y en el edificio de la calle Krakowska 26. La Parada Cultural Abierta ofrece cíclicamente conciertos y festivales de música, exposiciones, eventos especiales (Halloween, Papá Noel, etc.), representaciones teatrales, reseñas y concursos, espectáculos de cabaret y stand-up, festivales familiares, torneos deportivos, excursiones y actividades recreativas. El centro también organiza talleres artísticos y de artesanía para activar e inspirar a los residentes de Sosnowiec que utilizan sus servicios. Ambas localidades cuentan con clubes de la tercera edad. El edificio de Maczki dispone de un estudio de juegos y una zona de salón común con mesa de billar, mesas de ping-pong y fútbolín y una gran selección de juegos de mesa.

**Parada Cultural Abierta Kazimierz**  
calle Główna 19  
32 269 41 19  
kazimierz@pok.sosnowiec.pl

**Parada Cultural Abierta Maczki**  
calle Krakowska 26  
32 291 81 28  
maczki@pok.sosnowiec.pl  
www.pok.sosnowiec.pl

**Museo de Ciencias de la Tierra de la Universidad de Silesia** – es un museo geológico situado en el edificio más alto de Sosnowiec, la llamada Żyleta, que alberga alrededor de 4.000 especímenes procedentes de Polonia y de todo el mundo. Las colecciones se exhiben en 17 exposiciones permanentes, que ilustran de forma accesible la dinámica historia de la Tierra y la evolución de la vida. Entrada gratuita.

Un modelo de tiranosaurio, conocido en Sosnowiec como Zuzia, espera a los visitantes frente al edificio del Museo. Con sus 6 metros de altura y 14,5 metros de longitud, la estatua del T-Rex es una de las favoritas de los niños de Sosnowiec.



 Museo de Ciencias de la Tierra de la Universidad de Silesia

 calle Będzińska 60

 32 368 96 03

 muzeumnoz@gmail.com

 [www.mnoz.us.edu.pl](http://www.mnoz.us.edu.pl)

 **Horario de apertura:**  
de lunes a viernes: 08.00–15.00

### Museo de Medicina y Farmacia de la Universidad Médica de Silesia

– es un fascinante viaje al mundo secreto de los brebajes y las hierbas para todo aquel que quiera descubrir cómo era el mundo de la medicina y la farmacia. Interesantes exposiciones permiten a los visitantes adentrarse en el quirófano de un hospital del siglo XX, ver qué intervenciones quirúrgicas realizaban antaño los barberos cirujanos o situarse tras el mostrador de una antigua farmacia. Imprescindible para los aficionados a la historia y los estudiantes de medicina y farmacia.

 Museo de Medicina y Farmacia de la Universidad Médica de Silesia

 calle Ostrogórska 30

 32 364 13 85

 [muzeum@sum.edu.pl](mailto:muzeum@sum.edu.pl)

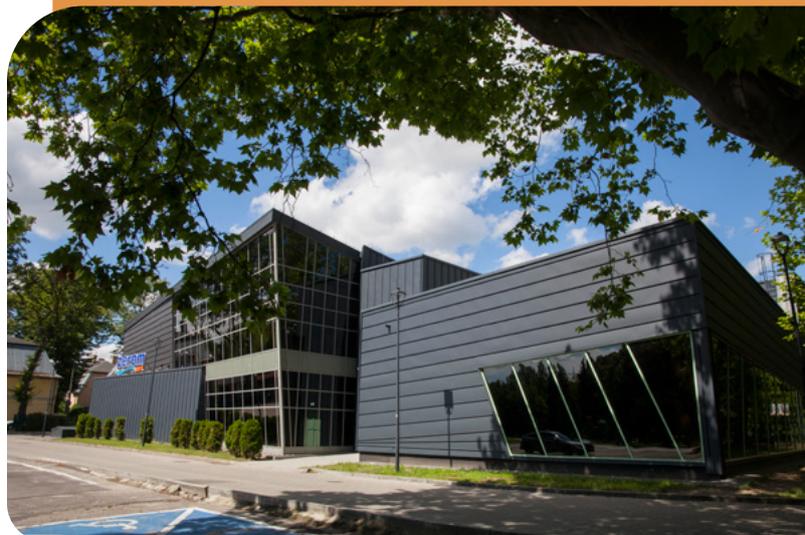
 **Horario:**  
martes, jueves y viernes: 09.00–15.00  
(última entrada a las 14.00)  
El miércoles: 10.00–17.00 (última entrada a las 16.00)

## 2. Deportivamente

La infraestructura deportiva disponible en Sosnowiec permite a los residentes perseguir sus pasiones deportivas y necesidades recreativas. El mapa deportivo y de ocio de la ciudad es variado, moderno, accesible y seguro.

### ► Centro Deportivo y Recreativo Municipal de Sosnowiec

**El Centro de Actividades Familiares ŻeromPark**, situado en la calle Żeromskiego 4D, es una moderna instalación que consta de una zona acuática (piscina deportiva, piscina infantil, piscina para niños, 2 baños termales con hidromasaje); una zona SPA (complejo de saunas, piscina de enfriamiento, baño termal con hidromasaje), una zona de fitness (sala de fitness, TRX y gimnasio) y una zona de Gimnasia Correctiva.



### Centro de Actividad Familiar de Klimontów

ubicado en la calle Mjr. Hubala-Dobrzańskiego 99 A, donde los usuarios pueden utilizar la piscina cubierta, la sauna, el gimnasio, las salas de fitness y las clases de gimnasia correctiva. La instalación ofrece clases de modelado corporal, resistencia, aqua fitness, aprendizaje y perfeccionamiento de la natación, y clases para corregir defectos posturales en los niños.

**Piscinas de verano:** calle 3 Maja 41 y calle Wojska Polskiego 181 (disponibles durante la temporada de verano).

**La piscina cubierta** de la calle Bohaterów Monte Cassino 46A, donde hay una piscina de 25 metros con 8 carriles, una piscina de ocio, una piscina infantil, sauna seca y de vapor y salas de rehabilitación. La piscina está adaptada a las necesidades de las personas con discapacidad.

**Complejo Futbolístico** en la calle Kresowa 1, compuesto por un campo de césped artificial, campos de entrenamiento de hierba y un campo de fútbol playa. Estos campos se utilizan para entrenar a los jóvenes futbolistas que juegan en la Academia Zagłębie Sosnowiec. Si los tuyos desean unirse a la Academia, ponte en contacto con los entrenadores de cada curso. [www.zaglebie.eu/akademia/akademia](http://www.zaglebie.eu/akademia/akademia)

**Complejo Deportivo** en la cl. Orłąt Lwowskich 70, con un campo de césped principal y de entrenamiento, pabellón deportivo, gimnasio y sala para artes marciales donde se imparten clases de judo y kick boxing.

**Estadio de Atletismo** en la avenida Mireckiego 4.

**Complejo Deportivo** de la calle Mireckiego 31, donde entrena el equipo de fútbol femenino "Czarne Sosnowiec". El complejo consta de 2 campos de fútbol con superficie de césped y 3 pistas de tenis con superficie de tierra batida.

**Parques de skate** en las calles Braci Mieroszewskich, Jasieńskiego, Zamkowa y Orłąt Lwowskich;

**Pistas de tenis** en la calle Szkolna 4B (instalación disponible todos los días, ofrece 3 pistas de tenis y una pared de prácticas).

Para obtener una lista completa de las instalaciones del Centro Deportivo y Recreativo Municipal de Sosnowiec, junto con las listas de precios y horarios actuales, visita [www.mosir.sosnowiec.pl/obiekty-mosir.html](http://www.mosir.sosnowiec.pl/obiekty-mosir.html)

Recuerda que con la Tarjeta Ciudad de Sosnowiec podrás beneficiarte de descuentos en cualquiera de las instalaciones del MOSiR.

**El Parque Deportivo de Zagłębie** es un moderno complejo deportivo situado en la Plaza de Zagłębie 1, que consta de un Estadio de Fútbol con gradas para 11.600 espectadores, un Estadio de Invierno cuya pista de hielo es a la vez tobogán público y lugar de entrenamiento y competición del Club de Hockey

Zagłębie Sosnowiec, y un Pabellón Deportivo donde se organizan partidos de voleibol, baloncesto y balonmano. Aquí no solo podrás animar a tus deportistas favoritos, sino también participar en los actos musicales y culturales que se organizan en el Parque. Eventos cíclicos como el final de la Gran Orquesta Benéfica de Navidad o el Festival de la Diversión de Sosnowiec atraen cada año a miles de residentes de Sosnowiec y la región. ¡Tú también eres bienvenido!

**Sport Poziom 450** es un centro de escalada establecido en las instalaciones de la antigua mina de Sosnowiec (calle Narutowicza 51), donde todo el mundo, independientemente de su edad y habilidades, pasará un rato agradable y activo conquistando superficies de escalada. Olvídate de las preocupaciones de la vida cotidiana y diviértete escalando cada vez más alto.

Sport Poziom 450 también imparte cursos de escalada, organiza fiestas de cumpleaños infantiles y campamentos de medio año durante las vacaciones de verano e invierno. La oferta completa de la instalación, incluidos los horarios de apertura y la lista de precios actual, puede consultarse aquí: [www.poziom450.pl](http://www.poziom450.pl)



**Wake Zone Stawiki**, situada junto al complejo deportivo de la calle Kresowa, en el embalse de Stawiki, es la mejor instalación de este tipo en Polonia. La Wake Zone es una pista de remon-

te y wakeboard, un aquator (circuito acuático de obstáculos) y una playa donde el deporte, el ocio, el relax y la diversión se dan cita en un mismo lugar. La instalación ofrece el equipo necesario para alquilar, un servicio de instrucción, así como un baño caliente en una bañera de hidromasaje al aire libre o una estancia en la sauna finlandesa. [www.wake-zone.pl](http://www.wake-zone.pl)

**La pista de esquí Środula** situada en el Parque Środula (en las inmediaciones del Parque Deportivo Zagłębie), funciona en la temporada de invierno si las condiciones meteorológicas son adecuadas. Gracias a un sistema de innivación, telesquí y alquiler de equipos, los esquiadores y snowboarders pueden practicar su deporte favorito sin salir de Sosnowiec. Además de la pista principal (de 450 metros de altura), también hay colinas más pequeñas, muy apreciadas por los niños que se deslizan en trineo o deslizadores de nieve. El acceso a las pistas es extremadamente fácil. Se puede llegar en transporte público (tranvía nº 15 o autobuses; paradas Zagórze Osiedle o Zagórze Pekin).

### 3. Curiosidades

Aunque la historia de Sosnowiec es relativamente corta y es difícil que nuestra ciudad pueda competir con la historia y los monumentos de Wrocław o Cracovia, también hay lugares únicos en nuestra ciudad que te recomendamos conocer y ver. Visitarlos te ayudará a comprender mejor a los habitantes de Sosnowiec y a orientarte más fácilmente en la realidad local.

Un lugar extremadamente popular en Sosnowiec, conocido por todos los que viven aquí, es la Plaza del Centenario, conocida por todos como "Patelnia" (Sartén). Situada frente al histórico edificio de la estación de ferrocarril "Sosnowiec Główny", al que está conectada por una galería comercial subterránea, la plaza es un lugar de encuentro para los residentes de Sosnowiec y un punto central de transbordo donde se cruzan las rutas de tren, autobús y

tranvía. Para pasar tiempo juntos, los residentes suelen reunirse "en Janek", el monumento al habitante más famoso de Sosnowiec, el cantante de ópera de fama mundial Jan Kiepusza. En el pasaje subterráneo hay un Centro de Información de la Ciudad, donde se podrá obtener información completa sobre la ciudad, comprar recuerdos relacionados con Sosnowiec, leer la prensa diaria y disfrutar de una buena taza de café. El centro está abierto de lunes a viernes de 8.00 a 18.00 horas y los sábados de 8.00 a 16.00 horas.

Las huellas más importantes de la historia local también pueden encontrarse en otras partes de la ciudad visitando, por ejemplo:

**El Triángulo de los Tres Emperadores**, el lugar donde convergían las fronteras de tres potencias europeas: Reino de Prusia, Imperio Austriaco e Imperio Ruso, en un momento en que Polonia perdió su independencia y quedó dividida entre los tres invasores. El lugar está situado en la confluencia de los ríos Przemsza y Biała Przemsza, en las inmediaciones de la calle Orłąt Lwowskich.

**El Cementerio de las Cuatro Confesiones** es un complejo único de 4 cementerios (católico, judío, evangélico y ortodoxo) en la calle Smutna, que da testimonio de la historia multicultural de la ciudad; donde representantes de diferentes nacionalidades y religiones, gracias a su talento, espíritu emprendedor, trabajo duro y habilidades, construyeron juntos Sosnowiec.

**El Palacio de Dietel**, uno de los edificios más espectaculares de Sosnowiec, un palacio del siglo XIX que en su día fue el hogar de una famosa familia de empresarios. Los interiores, lujosamente restaurados, son utilizados a menudo por cineastas, que ruedan aquí escenas para películas y vídeos musicales. El palacio se puede visitar con un guía, conociendo así la historia de una familia distinguida para Sosnowiec y la historia de la propia ciudad. [www.palacdietla.pl](http://www.palacdietla.pl)

Una de las prioridades actuales de la ciudad es la creación de lugares respetuosos con los residentes y el medio ambiente que, además de ofrecer a los habitantes de Sosnowiec un espacio acogedor, tengan un impacto positivo en la biodiversidad local y contribuyan a reducir los efectos negativos del cambio climático. Estamos excepcionalmente orgullosos

de nuestros parques urbanos, donde los residentes disfrutan paseando, relajándose y practicando deportes. Los parques cuentan con infraestructuras adecuadas para ciclistas, patinadores, parques infantiles, senderos naturales y torres de graduación de salmuera. Encuentra un parque en tu zona y disfruta de sus atracciones:

- Parque Sielecki: un parque histórico en el distrito de Sielec (con parque infantil, torre de graduación de salmuera, skate park, pista para perros) donde se celebran regularmente actos municipales y otros eventos populares al aire libre (por ejemplo, competiciones deportivas, concentraciones de food trucks);
- El parque Jacek Kuroń en Kazimierz, especialmente popular entre los niños (aquí encontrarás, entre otras cosas, un mini-zoo, un parque de cuerdas, un sendero educativo paleontológico con maquetas de dinosaurios, un alquiler de karts y el anfiteatro Muszelka);
- Parque del Milenio de Milowice (ideal para pasear a pie o en bicicleta, con caminos modernizados, vegetación interesante y un sendero educativo para niños);

- Parque Scout en la calle Ostrogórska (con un jardín polisensorial para estimular el correcto desarrollo de los niños);
- Parque de la Biodiversidad en las calles Kresowa y Piłsudskiego, donde encontrarás un sendero natural-educativo que presenta y protege diversas especies vegetales.
- y muchos otros parques, plazas y espacios verdes que pueden convertirse en tu lugar de descanso.

No olvides visitar nuestra mayor atracción de los últimos años, el Centro de Educación Ecológica Exotarium, situado en un moderno edificio de la calle Piłsudskiego, junto al Parque de la Biodiversidad. Aquí podrás contemplar plantas de distintas zonas climáticas y ver animales exóticos en un mismo lugar. El exotarium también ofrece talleres educativos temáticos, organiza fiestas de cumpleaños infantiles y eventos especiales en un entorno único. Puedes visitar las instalaciones de martes a domingo de 09:00 a 19:00. No olvides utilizar tu Tarjeta Ciudad de Sosnowiec para comprar un billete a un precio atractivo!



# V Consejos prácticos

## 1. Transporte público

Para desplazarte por la ciudad y la metrópoli, puedes utilizar varios medios de transporte: autobús, tranvía, tren, bicicleta o patinete eléctrico.

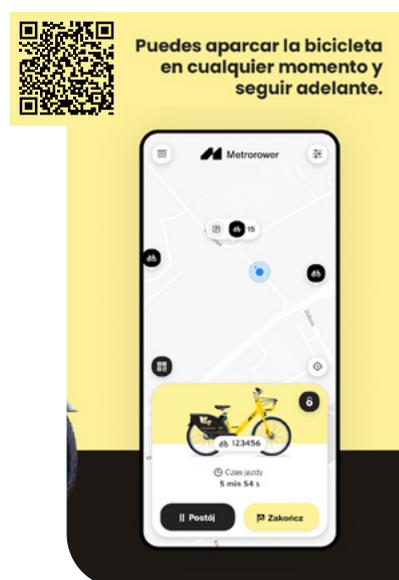
Los horarios y tarifas actuales de autobuses y tranvías están disponibles en la página web: [www.transportgzm.pl](http://www.transportgzm.pl). El sitio web está disponible en 4 idiomas: polaco, inglés, alemán y ucraniano.

Recuerda que los billetes electrónicos son más baratos que los de papel. Los menores de 16 años no pagan billete, codifica un descuento especial para ellos en el sistema de transporte de la GZM. Los mayores de 70 años también pueden viajar gratis. Si viajas con más frecuencia, consulta la oferta de billetes largos. Viajar con un billete de este tipo es más barato y cómodo que comprar billetes sencillos cada día. Crea tu cuenta en la aplicación oficial de transporte de GZM (Metroappka) y comienza tu viaje en transporte público.



Los titulares de billetes de media o larga distancia del sistema Transport de GZM pueden utilizar el Metrorower (metrobicicleta) durante 60 minutos al día de forma gratuita. La posibilidad de utilizar gratuitamente la bicicleta también se aplica a quienes tienen derecho al uso gratuito de la red de Transporte de GZM, es decir, los jóvenes de hasta 16 años y las personas mayores. Para poder utilizarlos, este derecho debe confirmarse en el sistema GZM Transport. Los demás usuarios pagan un zloty por la primera media hora de trayecto y 2,50 zlotych por una hora. A medida que pasa el tiempo, la tarifa aumenta. Para no pagar por trayectos sueltos, es posible adquirir un abono anual, semestral o mensual.

Configura la app Metrorower, ¡busca una bici amarilla y viaja de forma cómoda, barata y ecológica!



En Sosnowiec, también puedes viajar en patinete eléctrico TIER. Descarga la aplicación, regístrate y asigna tu método de pago. A continuación, busca el patinete eléctrico en un mapa o en la calle y desbloquéalo escaneando el código QR que aparece en él mediante la aplicación. Para finalizar el viaje, busca un lugar seguro para aparcar, baja el soporte, abre la aplicación TIER y pulsa el botón "Finalizar viaje".

Si estás planeando un viaje a otra ciudad de nuestra metrópoli, ¡piensa en el tren! De este modo, evitarás posibles atascos y llegarás a tu destino rápida y cómodamente. El lugar ideal para iniciar el viaje es la estación de ferrocarril "Sosnowiec Główny". Los horarios actuales y la lista de precios se pueden consultar en la página web de los Ferrocarriles de Silesia ([www.kolejeslaskie.com](http://www.kolejeslaskie.com)), disponible en polaco, ucraniano y checo.

## 2. Alquiler de una vivienda

Recuerda que al alquilar un piso en el mercado privado, estás sujeto exactamente a las mismas normas que los polacos.

La persona a la que alquiles tiene derecho a verificar tu identidad (puede pedirte que muestres tu pasaporte o tarjeta de residencia), puede preguntarte dónde trabajas, qué profesión tienes, cuánto tiempo piensas vivir en Polonia. También puede exigirte un certificado de ingresos (pídelo a tu empleador). Esta persona te está confiando su propiedad, por lo que quiere asegurarse de que le inspiras confianza. Sin embargo, no puede reclamar una tasa por mostrar la propiedad. Esta práctica no está permitida en Polonia.



El contrato que firmes debe ser por escrito, en polaco y en un idioma que entiendas. Tanto tú como la persona que te alquila debéis estar seguros de que entendéis y aceptáis las condiciones del acuerdo. Si solo firmas el contrato en polaco y no entiendes todas sus disposiciones, ¡será un documento vinculante! La duración del contrato de alquiler no debe superar la duración de tu permiso de residencia en Polonia.

Si permaneces en Polonia más de 30 días (los extranjeros de países de la UE más de 90 días) estás obligado a empadronarte. Podrás hacerlo fácilmente en nuestro Departamento de Asuntos Civiles (ve el párrafo II.3. empadronamiento). Recuerda que el empadronamiento no te otorga ningún derecho sobre la propiedad.

En Polonia, lo más probable es que los propietarios firmen un contrato de alquiler ocasional. Es muy ventajoso para el propietario, porque si no pagas la cantidad mensual acordada, puede rescindir fácilmente el contrato y tendrás que dejar el piso inmediatamente. Por lo tanto, en caso de desahucio debe indicarse en el contrato una dirección alternativa. Los refugiados de Ucrania están exentos de esta obligación.

Otro tipo de acuerdo es el arrendamiento tradicional. En dicho acuerdo no se exige una dirección alternativa ni es obligatoria la forma escrita. Sin embargo, siempre es mejor redactar un documento que defina claramente los derechos y obligaciones de ambas partes.

El propietario tiene derecho a determinar el número de personas que pueden vivir en su vivienda y a cobrar una fianza de, por ejemplo, 2-3 mensualidades de alquiler (en caso de retraso en los pagos o para cubrir el coste de cualquier desperfecto; la fianza es reembolsable al final del contrato).

Una agencia inmobiliaria (hay varias en Sosnowiec) puede ayudarte a concluir un contrato seguro; sin embargo, recuerda que dicho servicio está sujeto a una comisión, cuyo importe fija el agente inmobiliario.

La vivienda también puede obtenerse de los recursos de la ciudad. Determinar si puede solicitar una vivienda de este tipo requiere un análisis de su situación individual (por ejemplo, financiera, familiar, legal). Si estás interesado en esta forma de arrendamiento, acude al Ayuntamiento, al Departamento de Arrendamientos (calle Mościckiego 14, 1 piso, despacho 115), donde recibirás información detallada y ayuda para comprender la normativa.

### 3. Asistencia social

Si tú o tu familia vivís en Sosnowiec y necesitáis ayuda, acudid al Centro Municipal de Asistencia Social de Sosnowiec, calle 3 Maja 33.

El derecho a las prestaciones de asistencia corresponde a los extranjeros que tienen su lugar de residencia y se encuentran en el territorio de Polonia, y que además disponen de:

- permiso de residencia permanente
- permiso de residencia para un residente de larga duración en la Unión Europea
- estatuto de refugiado
- protección subsidiaria
- permiso de residencia temporal expedido con fines de reagrupación familiar para un miembro de la familia de un extranjero que resida en el territorio de Polonia y tenga el estatuto de refugiado o de protección internacional
- un permiso de residencia temporal concedido a las personas titulares de un permiso de residencia de residente de larga duración expedido por otro Estado miembro de la UE, que tengan la intención de ocupar un empleo, ejercer una actividad económica, emprender o continuar estudios o seguir una formación profesional en el territorio de la República de Polonia, o que demuestren otras circunstancias que justifiquen su residencia en Polonia.

Los ciudadanos de otros Estados miembros de la UE, de los Estados miembros de la Asociación Europea de Libre Comercio (AELC), partes del Acuerdo sobre el Espacio Económico Europeo, o de la Confederación Suiza, así como los miembros de sus familias, con derecho de residencia o derecho de residencia permanente en el territorio de Polonia, que residan y permanezcan en Polonia, también tienen derecho a la asistencia social.

A las prestaciones de asistencia social en forma de alojamiento, comida, ropa necesaria y subsidio específico tienen derecho los extranjeros que tienen su lugar de residencia y se encuentran en el territorio de Polonia en relación con la obtención de:

- consentimientos por razones humanitarias
- permiso de estancia tolerada

### 4. Ayuda financiera

Los extranjeros que residan en nuestro municipio y sean titulares de uno de los derechos mencionados y se encuentren en una situación vital difícil, cuyos ingresos mensuales no superen la cantidad de 1.010,00 PLN (para una persona sola) u 823,00 PLN (por 1 persona en una familia) pueden recibir:

- subsidio periódico (por discapacidad, enfermedad de larga duración, desempleo, etc.)
- asignación específica concedida, por ejemplo, para la compra de alimentos, medicamentos, ropa, artículos personales de primera necesidad, etc.)

Los extranjeros también pueden beneficiarse del programa “Comidas escolares y a domicilio” recibiendo una comida, productos alimenticios o dinero para comprar una comida/alimentos.

 Puede obtenerse más información en el Centro Municipal de Asistencia Social de Sosnowiec calle 3 Maja 33 planta baja despacho 129 en persona o llamando a los teléfonos 32 296 22 30/ 32 296 22 08.

Si tus ingresos familiares no superan la cantidad de 674 zlotys por persona o 764 zlotys por persona en el caso de una familia con un hijo discapacitado, tienes derecho al subsidio familiar por un hijo hasta los 18 años, o hasta los 21 años en el caso de una formación escolar continua, o hasta los 24 años en el caso de un hijo discapacitado en formación.

Puede obtenerse más información sobre estas formas de ayuda en

 en el Centro Municipal de Asistencia Social de Sosnowiec calle 3 Maja 33 Departamento de Prestaciones Familiares y Manutención I planta despacho 201 en persona o llamando a los teléfonos 32 296 22 42/ 32 296 23 36.

Si tienes la Tarjeta Polaca, puedes obtener las prestaciones económicas debidas. Para ello, ponte en contacto con el Departamento de Política Social de la UM en la calle Maja 33 3, despacho 402, III planta.

## Puede obtener la Tarjeta Polaca la persona que:

1. demuestre su conexión con la polonidad a través de, al menos, un conocimiento básico de la lengua polaca y el conocimiento y cultivo de las tradiciones y costumbres polacas;
2. en presencia del cónsul, haga una declaración escrita de su afiliación a la Nación Polaca;
3. demuestre que es de nacionalidad polaca o que al menos uno de sus padres o abuelos o dos bisabuelos eran de nacionalidad polaca o presente un certificado de una organización polaca o de los polacos en el extranjero autorizada, que confirme su participación activa en actividades en favor del idioma y la cultura polacas o de la minoría nacional polaca durante al menos los tres últimos años;
4. haga una declaración de que él o sus ascendientes no se repatriaron del territorio de la República de Polonia en virtud de acuerdos celebrados por Polonia entre 1944 y 1957 con:
  - República Socialista Soviética de Bielorrusia,
  - República Socialista Soviética de Ucrania,
  - República Socialista Soviética de Lituania,
  - Unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas,
5. tiene ascendencia polaca confirmada de acuerdo con las disposiciones de la Ley de repatriación de 9.11.2000, siempre que demuestre al menos un conocimiento básico de la lengua polaca

## 5. Asistencia sanitaria/discapacidad

En Polonia, las personas que están aseguradas en el Fondo Nacional de Salud tienen derecho a asistencia sanitaria gratuita:

- personas que trabajan con un contrato de trabajo o un contrato de mandato,
- personas inscritas en la oficina de empleo del distrito como desempleadas,
- trabajadores autónomos,
- extranjeros internados en un centro vigilado o detenidos a efectos de expulsión,
- personas a las que se ha concedido el estatuto de refugiado o protección subsidiaria en la República de Polonia,
- titulares de la Tarjeta Polaca, en lo que respecta a la utilización de los servicios de asistencia sanitaria en situaciones de emergencia, salvo que un acuerdo internacional del que sea parte la República de Polonia establezca normas más favorables

## ⚠ ¡ATENCIÓN!

Los extranjeros que no estén cubiertos por el seguro obligatorio pueden pagar voluntariamente las primas en la sucursal provincial del Fondo Nacional de Salud (NFZ). Recuerda que merece la pena hacerlo si no dispones de un seguro derivado de un contrato de trabajo. Más información sobre el seguro voluntario se puede obtener en la Sección de Asegurados de la Delegación Provincial de Silesia del NFZ en Sosnowiec, calle Modrzejowska 32A.

Los ciudadanos de países de la UE/AELC/Reino Unido e Irlanda del Norte deben obtener una Tarjeta Sanitaria Europea antes de venir a Polonia. La tarjeta EKUZ (Tarjeta sanitaria europea) te permite obtener la asistencia médica necesaria dentro del sistema sanitario del país donde te encuentres, con los mismos derechos y al mismo coste que los ciudadanos de ese país.

## Derechos del asegurado

Si tienes seguro de enfermedad, tienes derecho a:

- a) recibir atención de un especialista en medicina familiar o internista, es decir, del médico de atención primaria. Acudes a él cuando tienes un problema de salud, si necesitas una receta o que te remita a un especialista;
- b) recibir atención de especialistas (un médico especialista debe tener un contrato con el Fondo Nacional de Salud y para concertar una cita necesitas una derivación de su médico de cabecera. Sin derivación, recibirás tratamiento de los siguientes especialistas: psiquiatra, oncólogo, dentista, ginecólogo y obstetra);
- c) comprar medicamentos más baratos (en Polonia, algunos medicamentos de venta con receta se dispensan gratuitamente o a precios fijos más bajos);
- d) la estancia gratuita en el hospital;
- e) acceder al servicio de urgencias hospitalarias en casos de urgencia vital y sanitaria, por accidente, lesión, intoxicación o sospecha de infarto de miocardio o accidente cerebrovascular (en el Hospital Provincial de Especialidades n° 5, en la calle 1 Plac Medyków);
- f) atención nocturna y vacacional gratuita en caso de:
  - enfermedad repentina;
  - deterioro repentino de la salud cuando no hay síntomas que sugieran una amenaza inmediata para la vida y los remedios caseros o medicamentos sin receta utilizados no han producido mejoría;
- g) si temes que la espera para ver a un médico en el ambulatorio pueda afectar considerablemente a tu salud y los ambulatorios están cerrados por ser fin de semana o festivo, acude al centro de atención nocturna y festiva del Hospital Municipal de Sosnowiec, en la calle Szpitalna, tel. 32 41 305 20. Si tu vida o la de tus seres queridos corre peligro, llama al servicio de ambulancias, marca el 999 o llame al 112;
- h) rehabilitación terapéutica,
- i) pruebas diagnósticas para las que te remita un médico concertado con el Fondo Nacional de Salud. Tu médico te dará la dirección del lugar donde se realizan las pruebas recomendadas.

Tienes derecho a tratamiento gratuito sin derivación si:

- sufres de tuberculosis,
- estás infectado por el VIH,
- estás adicto al alcohol, estupefacientes, drogas psicotrópicas en materia de tratamiento y terapia de la adicción.

Los ciudadanos ucranianos que llegaron a Polonia después del 24.02.2022 están cubiertos por el seguro obligatorio sin trámites adicionales.

La disponibilidad de servicios dentales cubiertos por el seguro es muy limitada. El tiempo de espera para una cita es muy largo. Sin embargo, hay muchas clínicas dentales privadas en la ciudad. El coste del servicio depende de la lista de precios fijada por el establecimiento.

Si tienes dificultades duraderas o permanentes para realizar las actividades de la vida diaria debido a tu estado de salud, ponte en contacto con el Equipo de Evaluación de la Discapacidad del Distrito de Sosnowiec, que expide certificados de discapacidad y grado de discapacidad para los residentes en Sosnowiec. Estas sentencias son la base para solicitar los descuentos y derechos correspondientes, por ejemplo:

- la oportunidad de obtener un empleo adecuado, participar en actividades de formación, ejercer el derecho a vacaciones anuales adicionales, disfrutar de una pausa más larga en el trabajo o trabajar menos horas;
- la oportunidad de participar en vacaciones de terapia ocupacional y rehabilitación,
- cofinanciación de la compra de artículos ortopédicos, eliminación de barreras arquitectónicas,
- ventajas fiscales, descuentos en comunicaciones, exención de tasas de radio y televisión (abono),
- servicios sociales, asistenciales, terapéuticos y de rehabilitación prestados por instituciones de bienestar social, ONG y otras instalaciones,
- derecho al subsidio de asistencia y a otras prestaciones familiares
- (por ejemplo, prestaciones familiares relacionadas con la discapacidad) y para las prestaciones permanentes de asistencia social.

📧 Puede obtenerse más información sobre esta forma de ayuda en el Centro Municipal de Asistencia Social de Sosnowiec calle Szpitalna 1, segundo piso, en persona o llamando al teléfono 503 900 137.

## 6. Segregación de residuos

Todos los habitantes de Sosnowiec están obligados a segregar los residuos. Los residuos se depositan en 6 contenedores codificados por colores: amarillo, azul, verde, negro, marrón y gris.



En el contenedor amarillo depositamos: metales (por ejemplo, latas de bebidas) y plásticos (por ejemplo, botellas de plástico, cartones de leche, tapones de botellas). Los envases de alimentos deben vaciarse y todos los residuos deben aplastarse para que ocupen el menor espacio posible en el contenedor.



Depositamos el papel (periódicos, libros, cuadernos, envoltorios, etc.) en el contenedor azul. No tiramos papel muy sucio, cartones de leche ni pañales desechables.



Depositamos el vidrio (por ejemplo, botellas y tarros) en el contenedor verde. No tiramos cerámica, vidrio resistente al calor, espejos, bombillas, faros de coche, etc.



Depositamos los biorresiduos (por ejemplo, restos de verduras y frutas, restos de comida) en el contenedor marrón.



Depositamos la ceniza en el contenedor gris (solo en las casas).



Depositamos los residuos mixtos (todo lo que no se deposita en los demás contenedores y que no son residuos peligrosos) en el contenedor negro.

Otros residuos, como muebles voluminosos, escombros, accesorios, residuos verdes, equipos electrónicos, pilas, baterías, neumáticos y textiles (ropa, manteles de tela, cortinas, visillos, mantas, ropa de cama, colchas, sábanas, calzado desgastado) pueden entregarse en puntos de recogida especiales de la ciudad y entregarse en el Punto de Recogida Colectiva de Residuos Comunales: Eco-estación Juliusz, situado en la sede de la MPGO, calle Grenadierów 21.

Deposita los medicamentos caducados y sin usar en un contenedor especial de la farmacia.

### Días festivos y acontecimientos locales

Atención, en estos días, no tengas previsto realizar gestiones oficiales ni compras. A continuación encontrarás una lista de los días festivos polacos (estatales y religiosos) que son días festivos. Instituciones y comercios de todo el país permanecerán cerrados.

Fecha	Festividad
1 de enero	Año Nuevo
6 de enero	Fiesta de los Reyes Magos
Fiesta movable	Easter
1 de mayo	Día del Trabajo
3 de mayo	3 de mayo Día de la Constitución
Fiesta movable	Corpus Christi
15 de agosto	Asunción de la Santísima Virgen María
1 de noviembre	Día de Todos los Santos
11 de noviembre	Día de la Independencia Polaca
24-26 de diciembre	Navidad

En Sosnowiec también tenemos nuestros días importantes, que celebramos juntos y pomposamente. ¡Te invitamos a unirse a la diversión!

### Semana del Niño

En Sosnowiec no celebramos el Día del Niño, sino la Semana del Niño. A finales de mayo y principios de junio, nos dirigimos a la ciudad con una serie de actividades para niños. Podrás encontrarnos en los parques y plazas de Sosnowiec con juegos y animaciones para niños. El final de la Semana del Niño suele celebrarse el domingo en Górka Środulska, cuando a los niños les esperan actuaciones, conciertos, talleres, castillos hinchables y muchas otras atracciones. La información detallada se publica anualmente [www.tydzienziecka.pl](http://www.tydzienziecka.pl)

### Festival de Sosnowiec

La fiesta musical de tres días de nuestra ciudad suele celebrarse el segundo fin de semana de junio. Durante el Festival de la Diversión, el escenario de Sosnowiec acoge a estrellas de la música polaca. El festival se acompaña de numerosos actos y actividades, como un parque de atracciones y una amplia zona gastronómica. Información detallada cada año en la página web [www.sosnowiecfunfestival.pl](http://www.sosnowiecfunfestival.pl)

### Manufactura de Papá Noel

es una celebración de los niños de Sosnowiec. Durante este día al año, el Ayuntamiento de Sosnowiec se convierte en una manufactura de Papá Noel. En lugar de funcionarios, hay duendes que hacen todo tipo de adornos navideños con los habitantes más jóvenes de nuestra ciudad, los agasajan con dulces y los invitan a jugar juntos. El aparcamiento frente a la oficina se convierte en un parque de atracciones repleto de atracciones, conciertos, espectáculos y talleres. Manufactura se celebra el primer o segundo fin de semana de diciembre.

## 7. Teléfonos de emergencia

En caso de peligro para la vida, la salud o los bienes, avisa inmediatamente a los servicios competentes llamando al número elegido de la lista que figura a continuación. Pueden utilizarse tanto desde teléfonos móviles como fijos. El servicio es gratuito.

Número de emergencia	Tipo de servicio
997	Policía
998	Bomberos
999	Ambulancia
986	Policía Municipal
991	Servicio de Emergencia Energética
992	Servicio de Emergencia de Gas
994	Servicio de Emergencia de Agua

**Número de emergencias 112** – te pondrán en contacto con un centro de llamadas de emergencia. El propio operador decidirá qué servicios contratará para asistirte. No es necesario desbloquear el teclado del teléfono móvil para llamar al 112. La conexión debería establecerse si no dispones de tarjeta SIM.

Creamos una comunidad abierta a las personas y sus experiencias.  
**Estamos aquí para ti.**





Sosnowiec łączy

# URBACT



**Co-funded by  
the European Union**  
Interreg

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la **Comisión Europea en el marco del Programa URBACT IV**. Esta publicación refleja únicamente las opiniones del autor, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.



Sosnowiec łączy

## AYUNTAMIENTO DE SOSNOWIEC

---

📍 Aleja Zwycięstwa 20, 41-200 Sosnowiec

☎ tel.: (32) 296 0 600 📠 faks: (32) 296 0 605

✉ [um@um.sosnowiec.pl](mailto:um@um.sosnowiec.pl) 🌐 [www.sosnowiec.pl](http://www.sosnowiec.pl)