

zabierz mnie | take me home

kaleidoscope

POLSKIE LINIE LOTNICZE
LOT

MAGAZYN POKŁADOWY PLL LOT S.A.
EGZEMPLARZ BEZPŁATNY | FREE COPY
ISSN 0239-9032 lot.com



kaleidoscope 05/2026
DLACZEGO WARTO ODWIEDZIĆ BERLIN | PORTO | INSPIRUJĄCA FINLANDIA | CIEKAWE MIEJSCA NA PODKARPACIU | MIKOŁAJ ZIÓBKOWSKI | CZEGO NIE WIECIE O KWIATACH | NOWALIJKI NA TALERZU

SAN FRANCISCO

STAR ALLIANCE 

A man with a mustache and a blue watch is smiling broadly while riding a blue inflatable ring through a water park ride. He is surrounded by splashing water and several large gold coins. The background shows colorful water slides and structures.

SUNTAGO

Ride the GAME

Visit the biggest indoor thermal
water park in Europe

BUY TICKETS

suntago.com

Szanowni Państwo, maj jest czasem wyjątkowo sprzyjającym podróżom. Dłuższe i coraz cieplejsze dni sprawiają, że coraz chętniej spędzamy czas poza domem i planujemy kolejne

wyjazdy – zarówno te krótsze, jak i te wakacyjne. Z myślą o bliższych podróżach przez ostatni rok konsekwentnie rozwijaliśmy ofertę kierunków mających szczególne walory turystyczne. Do siatki dołączyły między innymi Teneryfa, Malaga, Saloniki, Bolonia czy Malta, a z lotnisk regionalnych uruchomiliśmy połączenia z Krakowa do Barcelony, Madrytu i Rzymu oraz z Gdańska do Oslo. To propozycje idealne zarówno na weekendowy city break, jak i na nieco dłuższy wypoczynek. Zachęcam Państwa do odkrywania tych kierunków i planowania podróży tak, by każda z nich była okazją do poznania nowych smaków, krajobrazów i emocji.

Dla każdej linii lotniczej szczególnym momentem jest uruchomienie nowego połączenia dalekodystansowego. Dlatego tak ważne miejsce w naszej tegorocznej siatce zajmuje San Francisco – kierunek, który od lat pobudza wyobraźnię podróżnych, a zarazem prowadzi do jednego z najważniejszych centrów innowacji na świecie. To właśnie tam, w otoczeniu Doliny Krzemowej, rozwijają się firmy wyznaczające kierunki współczesnych technologii. Jedną z nich jest ElevenLabs – jeden z naszych najcenniejszych jednorożców współtworzony przez Polaków – Matiego Staniszewskiego i Piotra Dąbkowskiego. Nieprzypadkowo właśnie w Warszawie odbędzie się 1 czerwca ElevenLabs Summit, co dobrze pokazuje, jak silnie Polska wpisuje się dziś w międzynarodowy obieg nowych idei, technologii i biznesu. Wspominając o tym wydarzeniu, trudno nie zauważyć, że Polska jest coraz bardziej obecna na mapie międzynarodowego przemysłu spotkań i kongresów, których część LOT wspiera organizacyjnie. Najlepszym na to dowodem są duże konferencje, które odbędą się w najbliższych tygodniach: Impact'26 w Poznaniu, Perspektywy Women in Tech Summit w Warszawie oraz Ukraine Recovery Conference w Gdańsku. To wydarzenia o różnej skali i tematyce, ale łączy je jedno – potwierdzają, że Polska jest dziś miejscem rozmów o gospodarce, technologiach i przyszłości naszego regionu. Dziękując Państwu za każdą z podróży pod naszymi gościnnymi skrzydłami, zachęcam do rezerwowania kolejnych lotów na stronie lot.com. Do zobaczenia na pokładzie, bo...

*ważne,
z kim podróżujesz!*

Z lotniczym pozdrowieniem

Best regards

Prezes Zarządu PLL LOT S.A.
LOT Polish Airlines CEO

Michał Fijoł



ENG

Dear Ladies and Gentlemen,

May is an exceptionally good time to travel. As the days grow longer and warmer, we are more eager to spend time outdoors and plan new trips – both short breaks and longer holidays.

With closer journeys in mind, over the past year we have consistently expanded our network with destinations of strong tourist appeal. New routes include Teneryfa, Málaga, Thessaloniki, Bologna and Malta, while from regional airports we have launched connections from Kraków to Barcelona, Madrid and Rome, as well as from Gdańsk to Oslo.

These destinations are ideal both for a weekend city break and for a slightly longer stay. I encourage you to explore them and plan your travels so that each becomes an opportunity to discover new flavours, landscapes and emotions.

For every airline, launching a new long-haul route is a special moment. That is why San Francisco holds an important place in our network this year – a destination that inspires travellers and leads to one of the world's key centres of innovation. It is there, in Silicon Valley, that companies shaping modern technology are based. One of them is ElevenLabs – one of the most valuable unicorns co-founded by Poles, Mati Staniszewski and Piotr Dąbkowski. It is no coincidence that the ElevenLabs Summit will take place in Warsaw on 1 June, showing how strongly Poland is part of the global exchange of ideas, technology and business.

It is also worth noting that Poland is becoming increasingly present on the map of the international meetings and congress industry, some of which are supported by LOT. This is reflected in major conferences taking place in the coming weeks: Impact'26 in Poznań, the Perspektywy Women in Tech Summit in Warsaw, and the Ukraine Recovery Conference in Gdańsk. These events differ in scale and focus, but share one thing – they confirm that Poland is today a place for discussions about the economy, technology and the future of our region.

Thank you for every journey you take with us under our welcoming wings. I encourage you to book your next flights at lot.com. See you on board. Because...

*It's who you
travel with!*



W

yobraż sobie ten moment – majowe słońce, jeszcze niezbyt agresywne, ale już zauważalne, opiera się o Twoje plecy, gdy siedzisz na drewnianej ławie przed restauracją

Schroniskiem Aniołów w Wetlinie. Przed Tobą ląduje naleśnik gigant, legenda o rozmiarach talerza, puszysta, niemal zuchwała w swojej obfitości, utopiona w jagodach, które zostawiają fioletowe ślady na ustach. Do niego śmietana tak gęsta, że łyżka staje w niej na baczność. Każdy kęs to czysta euforia, paliwo, które zaraz poniesie cię w stronę przygody. Wychodzisz na szlak. Zieleni jest teraz niemal neonowa, właściwa tylko dla bieszczadzkiego maja. Połoninę Caryńską czy Wetlińską tnie wiatr, który pachnie wolnością i, jeśli masz szczęście, dzikim czosnkiem niedźwiedzim właśnie teraz rozlewającym się w niższych partiach lasu. Widoki? Dla mnie to zastępy ocean. Patrzą na fale wzgórz nakładających się na siebie aż po horyzont i nagle rozumiesz, dlaczego ludzie rzucają wszystko, byle tylko tu być. Na szlaku nie mijasz anonimowych turystów, tylko ludzi, którzy mają w oczach ten sam rodzaj niepokoju i zachwytu co Ty. Spotkasz tu rzeźbiarza, który z kawałka lipowego drewna wyciąga bieszczadzkie anioły, albo marzyciela pragnącego zmieniać świat. Gdy schodzisz niżej, otacza cię cisza dawnych wsi. Stare pękate lipy i zdziczałe sady ukrywające podmurówki dawnych domów lub ruiny cerkwi. Jabłonie, które wciąż kwitną, choć nikt już nie czeka na ich owoce, są niczym strażnicy pamięci o tych, którzy byli tu przed nami. I nawet nie wiesz kiedy, pozwalasz tym górcom przestroić swoje wnętrza, stać się ich fanem, który co prawda jeszcze nie rzuci wszystkiego, ale na pewno nie może się doczekać kolejnego wyjazdu. Dlatego w magazynie *Kaleidoscope* regularnie wracamy w Bieszczady, bo to temat, któremu również nie potrafimy się oprzeć.

ENG

Picture this moment – May sunshine, still gentle but already unmistakable, warming your back as you sit on a wooden bench outside Schronisko Aniołów. In front of you lands a giant pancake – a legend the size of a plate, fluffy, almost brazen in its abundance, drenched in blueberries that leave violet traces on your lips. Alongside it, cream so thick a spoon stands at attention. Every bite is pure euphoria, fuel that will carry you straight into adventure. You set off on the trail. The green is almost neon now, a shade reserved for May in the Bieszczady Mountains. The wind cuts across Połonina Caryńska and Połonina Wetlińska, carrying the scent of freedom – and, if you're lucky, wild ramsons spreading through the lower forest. The views? To me, a frozen ocean. You watch wave after wave of hills rolling into the horizon, and suddenly you understand why people drop everything just to be here. On the trail, you don't pass anonymous tourists, but people with that same flicker of restlessness and

Patrzą na fale wzgórz nakładających się na siebie aż po horyzont i nagle rozumiesz, dlaczego ludzie rzucają wszystko, byle tylko być w Bieszczadach.

You watch wave after wave of hills rolling into the horizon, and suddenly you understand why people drop everything just to be here.

wonder in their eyes. You might meet a sculptor coaxing Bieszczady angels out of a block of linden wood, or a dreamer determined to change the world. As you descend, you're wrapped in the silence of vanished villages – old, broad-trunked lindens and overgrown orchards hiding the foundations of former homes or the ruins of Orthodox churches. Apple trees still bloom, though no one waits for their fruit anymore, like quiet guardians of those who came before us. And before you know it, you let these mountains retune something inside you. You become one of their devotees – not quite ready to drop everything just yet, but already counting down to your next return. That's why, in *Kaleidoscope*, we keep coming back to the Bieszczady – a story we simply can't resist.



Agnieszka Tremus

redaktor naczelna | editor in chief



AVIATOR
SWISS MADE WATCHES

NOW BOARDING IN FIRST CLASS



V.3.44.2.404.4
SRP 5400 PLN

POLJOT EURO

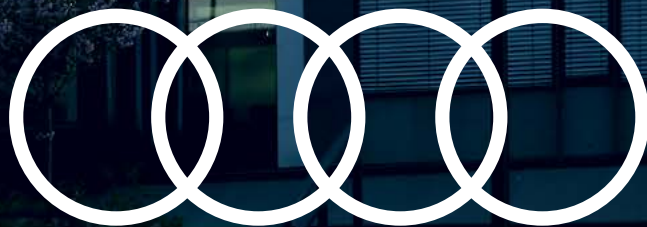
Wyłączny dystrybutor w Polsce
Firma Poljot Euro Igańska 24 - 04-087 Warszawa - Poland
Lista salonów na aviatorwatch.ch



Audi Q5 plug-in hybrid

Z nową generacją technologii hybrydowej
i mocą systemową do 367 KM.

Audi Przewaga dzięki technice



**Dowiedz się więcej
o modelu lub porozmawiaj
z Audi Ekspert Online**



W zależności od wariantu i wersji zużycie paliwa w cyklu mieszanym wynosi od 2,4 l/100 km do 3,4 l/100 km, energii elektrycznej wynosi od 15,4 kWh/100 km do 16,9 kWh/100 km, emisja CO₂ wynosi od 55 g/km do 76 g/km (na podstawie świadectw homologacji typu, dla cyklu mieszanego). Zużycie paliwa, energii elektrycznej i emisja CO₂ zostały określone zgodnie z procedurą WLTP. O szczegóły zapytaj Partnera Marki Audi lub sprawdź na stronie audi.pl/danewltp. Materiał prezentuje elementy wyposażenia opcjonalnego dostępnego za dodatkową opłatą. Informacje na temat odzysku i recyklingu pojazdów znajdują Państwo na stronie vw-group.pl/volkswagen-group-polska,homologacja-i-ekologia.html



98

54

74

84

What's on

10 Wydarzenia kulturalne
Cultural Events

Business

24 Nowości
News

Travel

30 Podróż życia: San Francisco
Journey of a Lifetime: San Francisco

40 Dlaczego warto odwiedzić Berlin
Why? Berlin

44 Inspiracje: Finlandia
Inspirations: Finland

50 Dlaczego warto odwiedzić Porto
Why? Porto

54 Polska: Podkarpacie
My Poland: Subcarpathia

Polish Hits

66 Mikołaj Ziółkowski

Life Story

74 Anne Hathaway

People & The World

84 Czego nie wiecie o kwiatach
The secrets flowers keep

Good Food

98 Nowalijki
Spring vegetables

Good Job

108 Alicja Węgorzewska-Whiskerd

Trends

112 Must have
114 Dobry adres
Good Address

Feel Good on Board

120 Odwodnienie
Dehydration

kaleidoscope

e-mail: kaleidoscope@burdamedia.pl

redaktor naczelna: Agnieszka Franus
redaktor prowadząca: Agnieszka Michalak
dyrektor artystyczna: Ewa Rostoniec-Czobodzińska
korekta: Tomasz Cholaś
DTP: Krzysztof Stypułkowski
red. wersji angielskiej:
Anna Górniak, Stephen Canty
produkcja: Stanisław Siemiński
koordynator LOT: Paulina Soboniak



Wydawnictwo:
Burda Media Polska sp. z o.o.
ul. Marynarska 15, 02-674 Warszawa,
tel. 22 360 38 00 www.burdamedia.pl

ZARZAD:
Chief Executive Officer
Maciej Klepacki

Chief Operating Officer
Tomasz Jażdżyński

REKLAMA:
Sales Director
Katarzyna Bartniczuk
t. +48 692 440 118

Head of Advertising Team of Corporate Media
Żaneta Lis-Stryczewska
t. +48 664950424
e-mail: zaneta.lis@burdamedia.pl

Coordinator
Edyta Brzezicka

Sekretariat Biura Reklamy /
Advertising Secretariat
e-mail: biuro.reklamy@burdamedia.pl

DYSTRYBUCJA:
Director of Distribution and Subscriptions
Tomasz Kałuża
Burda Media Polska sp. z o.o.



dr hab. Sebastian Buczek, Prezes Zarządu Quercus T.F.I. S.A.



Jesteś klientem *private banking*?

Fundusze QUERCUS: Zrób pierwszy krok w świat wielkich inwestycji.

www.quercustfi.pl

Materiał ma charakter reklamowy i nie stanowi oferty w rozumieniu Kodeksu cywilnego. Szczegółowe informacje, w tym opis czynników ryzyka, znajdują się w dokumentach informacyjnych, w tym Prospekcie Informacyjnym i Dokumentach KIID dostępnych na www.quercustfi.pl. Z każdą inwestycją związane jest ryzyko, w tym ryzyko utraty zainwestowanych środków.

Kultura Culture



wydarzenia
kulturalne poleca
cultural events
recommended by

**AGNIESZKA
MICHALAK**

redaktor prowadząca
Kaleidoscope
oraz dziennikarka
National Geographic Traveler
managing editor of
Kaleidoscope
and journalist of *National
Geographic Traveler*





VENICE

Sztuka/ Art

URUCHOM ZMYSŁY

Awaken Your Senses

Jeśli chcecie lepiej zrozumieć współczesny świat przefiltrowany przez wrażliwość artystów – to tylko na Biennale Sztuki w Wenecji! Hasłem przewodnim tegorocznej edycji jest *In Minor Keys*. Kuratorką wystawy głównej miała być zmarła nagle w ubiegłym roku Koyo Kouoh, czyli „jedna z najwybitniejszych menedżerek sztuki w Afryce” – jak określił ją *New York Times*. Jej koncepcja jest kontynuowana i skupi się na zmysłowych aspektach sztuki. Oprócz głównej prezentacji Biennale to pawilony narodowe, w których blisko 100 krajów pokazuje własne projekty. Polskę będzie reprezentować instalacja audio-wideo Bogny Burskiej i Daniela Kotowskiego *Języki z wody* (na zdj. obok), w której społeczny Chór w Ruchu wykona interpretacje kodów komunikacyjnych i pieśni wielorybów. Wydarzeniem towarzyszącym jest zorganizowana (już po raz piąty na weneckim Biennale) przez Fundację Rodziny Staraków wystawa poświęcona twórczości czołowych przedstawicieli światowej awangardy powojennej – Tadeuszowi Kantorowi oraz Marii Jaremie. Zobaczymy m. in. oryginalne rekwizyty i obiekty z Kantorowskich spektakli oraz rekonstrukcje kostiumów Jaremy do jego wczesnych spektakli: *Mątwy z 1956* oraz *Cyrku z 1957*.

If you want to better understand the contemporary world filtered through the sensibilities of artists, you can only do it at the Venice Biennale! The theme of this year's edition is "In Minor Keys." The main exhibition was to be curated by Koyo Kouoh, "one of the most outstanding art managers in Africa," as the *New York Times* described her, continued her concept and will focus on the sensual aspects of art. In addition to the main presentation, the Biennale features national pavilions, where nearly 100 countries showcase their own projects. Poland will be represented by Bogna Burska and Daniel Kotowski's audio-video installation, "Languages from Water," in which the community-based Choir in Motion will interpret communication codes and whale songs. A supporting event is an exhibition organized (for the fifth time at the Biennale) by the Starak Family Foundation, devoted to the work of leading representatives of the global post-war avant-garde – Tadeusz Kantor and Maria Jarema. Among the exhibitions on display will be works by artists such as: original props and objects from Kantor's performances and Jarema's costume reconstructions for his early performances: *Cuttlefish* from 1956 and *Circus* from 1957.

Tadeusz Kantor (1915–1990), Emballage, Cricotage and Madame Jarema, 61. La Biennale di Venezia,



KRAKOW

W CIEMNOŚCI In the Dark

Szklane bramy w kształcie rabarbaru i zwisające z sufitu metalowe cylindry. W cylindrach ubrania, a na całość pada różowo-fioletowe światło. Obok maski LED zsynchronizowane z fazami księżycy – tak wygląda przestrzeń galerii SIC! BWA Wrocław, w której pokazywane są prace brytyjskiej artystki Lulu MacDonald. Punktem wyjścia wystawy jest Rhubarb Triangle w Yorkshire, gdzie w ciemnych halach rośnie rabarbar, a jego zbiór odbywa się przy świetle świec. Ta osobliwa technika uprawy warzywa jest dla artystki metaforą pracy wykonywanej w „mrocznych” czasach: niepewnej i niewidocznej. MacDonald pyta, czy ciemność może się stać przestrzenią działania, wzrostu i przetrwania. Ciekawe...

Glass gates shaped like rhubarb stalks and metal cylinders suspended from the ceiling. Inside them – garments, all bathed in pink-violet light. Nearby, LED masks synchronised with the phases of the moon. This is the setting of SIC! BWA Wrocław, where works by British artist Lulu MacDonald are on display. The starting point for the exhibition is the Rhubarb Triangle in Yorkshire, where rhubarb grows in dark sheds and is harvested by candlelight. For the artist, this unusual cultivation method becomes a metaphor for working in “dark” times – uncertain and unseen. MacDonald asks whether darkness can become a space for action, growth and survival.

Tam, gdzie nie sięga światło, galeria SIC! BWA Wrocław, do 31.05



NEW YORK

POROZMAWIAMY O AI

Let's Talk About AI

Nowy Jork. Nowo otwarty budynek New Museum. I nowa wystawa o wpływie technologii na sztukę. Na niej ponad dwustu twórców z całego świata, a wśród nich prace trzech polskich artystek: Aliny Szapocznikow (rzeźba *Kaprys - Monstre*), Anety Grzeszykowskiej (cykl fotografii *Mama*) i Goshki Macugi (projekty wspomagane przez roboty *Before the Beginning and After the End* oraz *Transhumanism*).

New York. The newly opened building of the New Museum. And a new exhibition exploring the impact of technology on art. Featuring more than two hundred artists from around the world, it includes works by three Polish artists: Alina Szapocznikow (*Caprice - Monstre*), Aneta Grzeszykowska (*Mama* series) and Goshka Macuga (robot-assisted projects *Before the Beginning and After the End* and *Transhumanism*).

New Humans: Memories of The Future, New Museum w Nowym Jorku

WARSAW

Lemkowie to grupa etniczna od stuleci zamieszkująca stoki Karpat. Ich twórczość przez lata była na marginesie sztuki europejskiej. A przecież z tej grupy wywodzą się też m.in. Andy Warhol, Nikifor czy Jerzy Nowosielski, których prace możemy oglądać w warszawskim etnomuzeum.

The Lemkos, an ethnic group that has inhabited the slopes of the Carpathians for centuries, have long remained on the margins of European art. And yet figures such as Andy Warhol, Nikifor and Jerzy Nowosielski all trace their roots to this community – their works can be seen at the Ethnographic Museum in Warsaw.

Formy obecności. Sztuka Lemków/Rusinów Karpackich. Państwowe Muzeum Etnograficzne w Warszawie, do 30.06.2026



Wystawa / Exhibition



La Biennale di Venezia

61. Esposizione
Internazionale
d'Arte

Eventi Collaterali

9th May – 22nd November 2026
Procuratie Vecchie di San Marco
San Marco 139-153/A | Venezia
Curator: Ania Muszyńska
Promotor: Starak Family Foundation

TADEUSZ KANTOR

(1915–1990)

EMBALLAGE, CRICOTAGE
AND MADAME
JAREMA

photo © Wojciech Plewński



STARAK
FAMILY
FOUNDATION

WWW.STARAKFOUNDATION.ORG

Promotor



KULTURA

Media Partner

cricoteka

Supporter

CANNES

DLA FATHERLAND?

For *Fatherland*?

Już w sobotę 23 maja dowiemy się, kto dostanie Złotą Palmę w Cannes.

O statuetkę powalczy m.in. film Pawła Pawlikowskiego *Fatherland*. To rzecz o relacji pisarza Thomasa Manna (Hanns Zischler) i jego córki Eriki (Sandra Hüller). Akcja rozgrywa się w czasach zimnej wojny.

On Saturday, 23 May, the Palme d'Or winner at Cannes will be announced.

Among the contenders is Paweł Pawlikowski's *Fatherland* – a story about the relationship between writer Thomas Mann (Hanns Zischler) and his daughter Erika (Sandra Hüller), set during the Cold War.

79. Międzynarodowy Festiwal Filmowy w Cannes, 12–23.05.2026



NIECH ŻYJE WOLNOŚĆ

Long Live Freedom

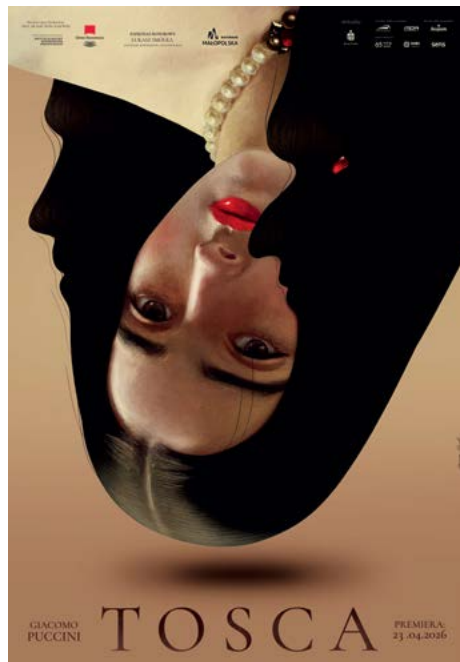
Oto pewna siebie i swoich przekonań artystka trafia – za drobne przestępstwo – do więzienia, gdzie reguły dyktuje przemoc, a wrażliwość jest niepożądana. Czy poradzi sobie w tym świecie? Nie ma wyboru. A nawiązane tam znajomości na zawsze zmienią jej życie. Film Maria Martone (m.in. *Nostalgia*) to przejmujący psychologiczny portret włoskiej aktorki i pisarki Goliardy Sapienzy (Valeria Golino). A self-assured artist is imprisoned for a minor offence, entering a world ruled by violence, where sensitivity is unwelcome. Will she survive? She has no choice. The relationships she forms there will change her life forever. Mario Martone's film (director of *Nostalgia*) is a powerful psychological portrait of Italian actress and writer Goliarda Sapienza, played by Valeria Golino.

Wolność po włosku, reż. Mario Martone



Teatr / Theatre

WARSAW



Podróż w głąb warszawskiego blokowiska lat 70., pełnego absurdów i dramatów – dziennik Mirona Białoszewskiego Chamowo do zobaczenia w interpretacji Mikołaja Grabowskiego. Gdzie? W warszawskim Ateneum.

A Journey into 1970s Warsaw Housing Estates, filled with absurdity and drama – Miron Białoszewski's *Chamowo*, interpreted by Mikołaj Grabowski, comes to the stage at Warsaw's Ateneum Theatre.

Chamowo, reż. Mikołaj Grabowski, Teatr Ateneum w Warszawie

KRAKOW

BEZ HAPPY ENDU No Happy Ending

Na afisz Opery Krakowskiej – już po raz piąty w historii sceny – powraca *Tosca* Pucciniego. Tym razem historię tragicznej miłości tytułowej śpiewaczki i malarza Cavaradossiego, uwikłanych w intrygę polityczną oraz konflikt z baronem Scarpia, bierze na warsztat Julia Pevzner. W swojej inscenizacji próbuje rozmawiać z widzem o świecie, w którym uczucia stają się walutą, a bezwzględna władza nie ma granic. Puccini's *Tosca* returns to the stage of the Kraków Opera for the fifth time in its history. This time, the tragic love story of the singer Tosca and the painter Cavaradossi – entangled in political intrigue and conflict with Baron Scarpia – is reinterpreted by Julia Pevzner. Her production explores a world in which emotions become currency and power knows no limits.

Tosca, reż. Julia Pevzner, Opera Krakowska



2025



ZŁOTY CERTYFIKAT



POLSKA
ORGANIZACJA
TURYSTYCZNA

Złoty Certyfikat Polskiej Organizacji Turystycznej

TWIERDZA SREBRNA GÓRA

Poznaj certyfikowane
produkty turystyczne



HISTORIA OSOBISTA

Personal Story

Paul McCartney po pięciu latach powraca z nowym, bardzo intymnym materiałem. Śpiewa o dzieciństwie w Liverpoolu, rodzicach i przygodach z George'em Harrisonem i Johnem Lennonem, zanim świat usłyszał o Beatlesach.

After five years, Paul McCartney returns with a new, deeply intimate body of work. He sings about his childhood in Liverpool, his parents, and his early adventures with George Harrison and John Lennon – before the world had ever heard of the Beatles.

He sings about his childhood in Liverpool, his parents, and his early adventures with George Harrison and John Lennon – before the world had ever heard of the Beatles.

The Boys of Dungeon Lane, Paul McCartney, Universal Music



TORI AMOS
IN TIMES OF DRAGONS

Niemal szeptane kompozycje, quasi-baśniowa narracja i teksty o świecie rządzonym przez przemoc – 18. studyjny album Tori Amos to poruszająca zmysłowa uczta.

Almost whispered compositions, a quasi-fairy tale narrative and lyrics about a world dominated by violence – Tori Amos's 18th studio album is a moving, sensuous experience feast.

In Times of Dragons, Tori Amos, Universal Music Polska



Z POTRZEBY ZEMSTY

Born of the Need for Revenge

Nowy – i jak zapowiada – ostatni krążek Lykke Li nagrała w Sztokholmie wspólnie z 17-osobową orkiestrą. – *To album dotyczący potrzeby zemsty, wstydu, rozpacz, wszystkiego tego – tłumaczy artystka, a my słuchamy.*

Lykke Li has recorded her new – and, as she announces, final – album in Stockholm with a 17-piece orchestra. "It's an album about the need for revenge, shame, despair – all of it," the artist explains. Let's listen.

The Afterparty, Lykke Li, Neon Gold Records/Futures

SUROWE BRZMIENIA Raw Sounds

To nasza najbardziej naturalna płyta – mówi Dana Auerb, wokalista amerykańskiego duetu The Black Keys. Na Peaches! znalazło się 10 kawałków balansujących między rockową energią a soulową miękkością. "This is our most natural record," says Dan Auerbach, vocalist of the American duo The Black Keys. Peaches! features ten tracks balancing rock energy with a soulful softness.

Peaches!, The Black Keys, Warner Music



35 Festiwal Mozartowski

07.05 w Warszawie

05.07
2026

Warszawska
OPERA
Kameralna

Dyrektor Warszawskiej
Opery Kameralnej
Alicja Węgorzewska-Whiskerd



Repertuar
Warszawskiej
Opery
Kameralnej:



Orange
Warsaw
Festival
2026

*Jak koniec maja,
to w Warszawie tańce
podczas Orange
Warsaw Festival.
Wśród dotychczas
ogłoszonych artystów
znaleźli się: Olivia
Dean, Lewis Capaldi
FKA twigs
oraz TV Girl.*

At the end of May, Warsaw comes alive with music during the Orange Warsaw Festival. Among the artists announced so far are Olivia Dean, Lewis Capaldi, FKA twigs and TV Girl.

Orange Warsaw Festival, 29-30.05.2026



GDY OBRAZ MILKNIE

When the Image Falls Silent

Uwaga fani muzyki oraz dużych i małych ekranów. W Krakowie rusza kolejna edycja Festiwalu Muzyki Filmowej. Podczas gali usłyszymy m.in. ścieżki dźwiękowe do *Bridgertonów*, *Dnia Szakala*, *Pingwina* czy *Yellowstone*.

Attention music and film fans alike: Kraków hosts another edition of the Film Music Festival. The gala will feature soundtracks from *Bridgerton*, *The Day of the Jackal*, *The Penguin* and *Yellowstone*, among others.

Festiwal Muzyki Filmowej, 13-17.05.2026, Kraków

OPEROWA PODRÓŻ

An Opera Experience

Walkiria Wagnera, premiera *Polskiego Wesela* Józefa Beera czy recital Anett Fritsch - Baltic Opera Festival ma być miejscem spotkania różnych tradycji, wrażliwości i narracji - mówi dyr. artystyczny imprezy Tomasz Konieczny i... zaprasza do Trójmiasta.

Wagner's *Die Walküre*, the premiere of *Polish Wedding* by Józef Beer, and a recital by Anett Fritsch - the Baltic Opera Festival aims to bring together different traditions, sensibilities and narratives, says its artistic director Tomasz Konieczny, inviting audiences to the Tri-City.

Baltic Opera Festival, 2-7.07.2026, Gdańsk-Sopot

MIĘDZY STYLAMI

Between Styles

Sześć nagród Grammy, 135 mln sprzedanych płyt - Black Eyed Peas będzie główną gwiazdą tegorocznego Warsaw Music Festival. Na scenie też m.in. filipińska artystka J. Rey Soul. Six Grammy Awards, 135 million records sold - Black Eyed Peas will headline this year's Warsaw Music Festival. Also on stage: Filipino artist J. Rey Soul.

Warsaw Music Festival, 13.06, 17.06, 20.06, Stadion Miejski Legii Warszawa

**WARSAW
MUSIC
FESTIVAL**

**17-06
2026**



BLACK EYED PEAS

KACPERCZYK — TRIBBS
ALIEN & MAJTIS
KALWI & REMI I INNI



SCENA BEZ KURTyny A Stage Without a Curtain

Takiego festiwalu Warszawa jeszcze nie miała! Podczas pierwszej edycji Centralnego Placu Muzyki wystąpią m.in. pianiści Lang Lang i Kate Liu, soliści operowi Sonya Yoncheva, Joyce DiDonato, Jonathan Tetelman, George Gagnidze czy dyrygenci Antoni Wit, Krzysztof Urbański, Bassem Akiki. W programie koncerty symfoniczne, opery oraz musicale. Warsaw has never seen a festival like this. During the first edition of Centralny Plac Muzyki, performers will include pianists Lang Lang and Kate Liu, opera stars Sonya Yoncheva, Joyce DiDonato, Jonathan Tetelman and George Gagnidze, as well as conductors Antoni Wit, Krzysztof Urbański and Bassem Akiki. The programme features symphonic concerts, operas and musicals.

Centralny Plac Muzyki, 19.06–7.07.2026 r., Plac Centralny w Warszawie

REKLAMA

SONYA YONCHEVA

GEORGE GAGNIDZE

LANG LANG

KATE LIU

JONATHAN TETELMAN

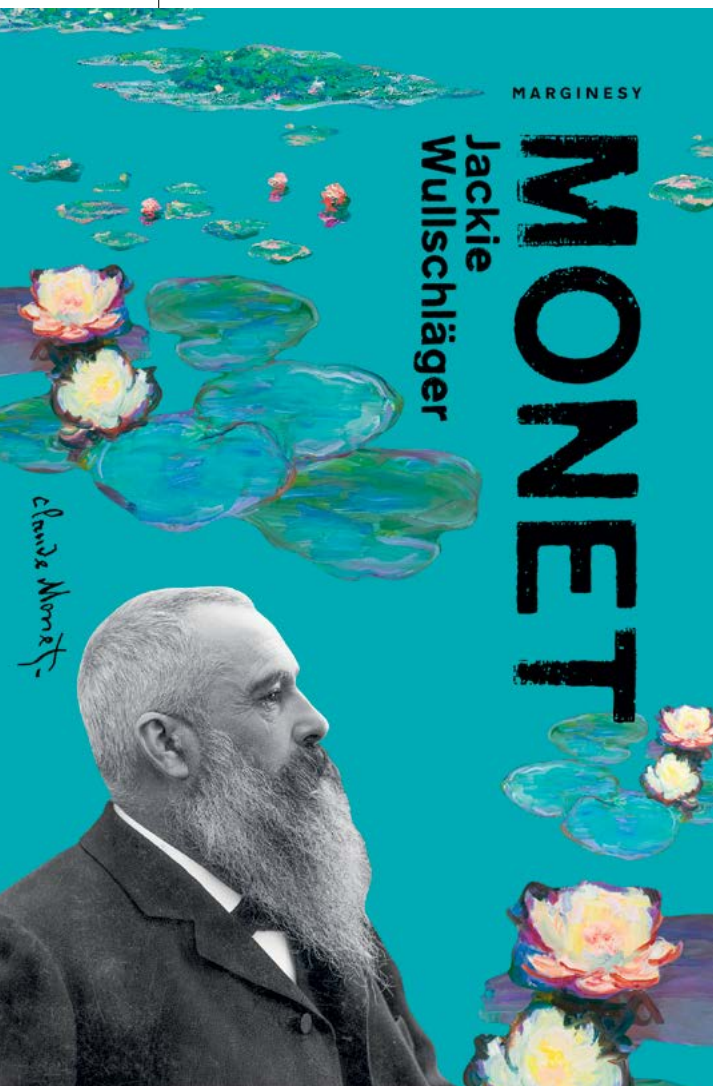
JOYCE DIDONATO

19 CZERWCA — 7 LIPCA 2026

CENTRALNY PLAC MUZYKI

CENTRALNYPLACMUZYKI.PL

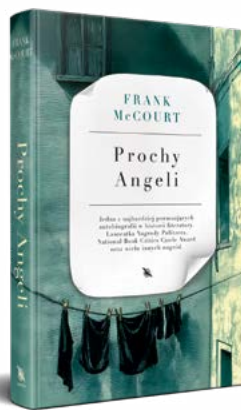




Kochający naturę wizjoner światła i jeden z ojców impresjonizmu. Z drugiej strony naciągacz naprzykrzający się bogatym przyjaciółom i artysta trawiony nieustającymi wątpliwościami. Jeśli chcecie lepiej zrozumieć twórczość Claude'a Moneta, odsyłam do jego najnowszej biografii.

A nature-loving visionary of light and one of the fathers of Impressionism. And yet also a hustler, forever imposing on wealthy friends, and an artist consumed by constant doubt. If you want to better understand the work of Claude Monet, his latest biography is well worth reading.

Monet, Jackie Wullschläger, Marginesy



Z GODNOŚCIĄ

With Dignity

Jeśli pamiętacie filmową adaptację *Prochów Angeli* Alana Parkera, tym większą przyjemność sprawi wam powrót do literackiego pierwowzoru laureata Pulitzera Franka McCourta. To osobista kronika trudnego dzieciństwa naznaczonego rozpaczą i... humorem.

If you remember Alan Parker's film adaptation of *Angela's Ashes*, returning

to the original book by Pulitzer Prize winner Frank McCourt will be all the more rewarding. It is a personal chronicle of a difficult childhood, marked by despair and... humour.

Prochy Angeli, Frank McCourt, Wydawnictwo Albatros

ALTER EGO

Od tej pięknej miłosnej historii napisanej z niebywałą poetycką wrażliwością nie sposób się oderwać. Duńska pisarka Tove Ditlevsen dorastała w dzielnicy robotniczej w Kopenhadze, trawiły ją liczne choroby i uzależnienia, miała kilku mężów oraz wielki literacki talent. Echa jej osobistych doświadczeń odnajdziemy w tej powieści – ostatniej w dorobku Ditlevsen.

I couldn't put down this beautiful love story, written with remarkable poetic sensitivity. Danish writer Tove Ditlevsen grew up in a working-class district of Copenhagen, struggled with illness and addiction, had several husbands – and possessed extraordinary literary talent. Echoes of her personal experiences can be found in this novel, the last in her body of work.

Pokój Vilhelma, Tove Ditlevsen, Wydawnictwo Czarne



RAMIĘ W RAMIĘ

Side by Side

On – były ambasador USA w Polsce. Ona – przedsiębiorczyni i aktywistka społeczna. Idą ramię w ramię, kochają się, wspierają i w rozmowie z reportażystką Anną Pamulą tłumaczą, że na tym polega zdrowa relacja dwojga świadomych ludzi, którzy chcą mieć wpływ na rzeczywistość. W tle wielka polityka, bezwzględny świat dyplomacji i trudne wybory. He – a former US ambassador to Poland. She – an entrepreneur and social activist. They move forward side by side, in love and supportive of one another, explaining in a conversation with reporter Anna Pamula that this is what a healthy relationship between two self-aware people looks like – one in which both want to shape reality. In the background: high-stakes politics, the unforgiving world of diplomacy and difficult choices.

Partnerstwo, Anna Pamula, Mark Brzezinski, Olga Leonowicz, Agora



NARODOWY INSTYTUT
POLSKIEGO DZIEDZICTWA
KULTUROWEGO ZA GRANICĄ

POLONIKA

POLSKIE ŚLADY - MAPA

**Poznaj serię map prezentującą
obecność polskiej kultury
nie tylko nad Wisłą.**

Odkryj miejsca oraz dzieła sztuki, o których nie przeczytasz w przewodnikach i na blogach. Cykl map *Polskie ślady* to zaproszenie w podróż po znanych miastach tropem polskiej sztuki i artystów, którzy wpłynęli i tworzyli metropolie na całym świecie.



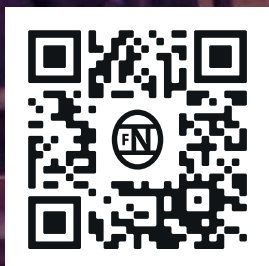
Dotychczas w serii ukazały się mapy: **Buenos Aires, Manchesteru, Odessy i Rzymu.**

W przygotowaniu jest mapa poloników związanych z Jeziorem Genewskim.

ilustracja:
Główny budynek
Ogrodu Botanicznego
w Buenos Aires,
proj. arch. J. C. Wysocki

FABRYKA NORBLINA. THE MOST ENTERTAINING STREETS IN WARSAW

51/53 Żelazna Street, Warsaw





Biznes Business

tekst / by PIOTR BŁASZCZYK



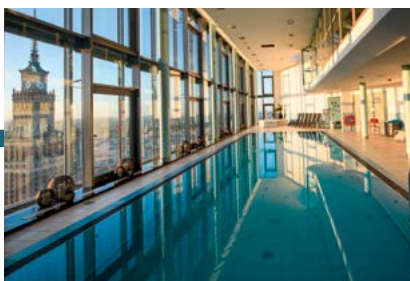
Dostępna jest również wersja z napędem full hybrid E-Tech 200 KM Renault Rafale oferująca tę samą elegancję i nowoczesność w nieco innym wymiarze mocy.

The Renault Rafale is also available with a full hybrid E-Tech 200 hp powertrain, offering the same elegance and modernity in a slightly different dimension of performance.

FRANCUSKI MANIFEST LUKSUSU THE FRENCH MANIFESTO OF LUXURY

Są samochody, które definiują styl podróżowania. Renault Rafale należy właśnie do nich – to synonim luksusu, harmonii designu, technologii i emocji. Nowoczesny SUV coupé ma hybrydowy napęd E-Tech 4x4 o mocy 300 KM oraz inteligentny napęd na cztery koła, które zapewniają płynność jazdy, dynamikę i stabilność w każdych warunkach. Panoramiczny dach solarbay pozwala kształtować atmosferę wnętrza dzięki regulowanemu przyciemnieniu. A cyfrowy kokpit z systemem openR link tworzy środowisko, w którym design spotyka się z technologią. Tegoroczna gama Rafale oferuje nowe zaawansowane technicznie rozwiązania i elementy wyposażenia. Dyskretny motyw samolotu na szklanym dachu przypomina o lotniczym rodowodzie modelu. To ukłon w stronę legendarnego samolotu Caudron Renault Rafale, który w 1934 r. rozpędził się do 445 km/h, zapisując się w historii jako symbol prędkości i technologicznej odwagi.

Some cars define the style of travel. The Renault Rafale is one of them – synonymous with luxury, a harmony of design, technology, and emotion. This modern SUV coupé features a 300 hp E-Tech 4x4 hybrid drivetrain and intelligent all-wheel drive, ensuring a smooth ride, strong dynamics, and stability in all conditions. The panoramic Solarbay roof allows you to shape the interior atmosphere with adjustable tinting, while the digital cockpit with the OpenR Link system creates an environment where design meets technology. This year's Rafale range introduces new, technologically advanced solutions and equipment. A discreet aeroplane motif on the glass roof recalls the model's aviation heritage – a nod to the legendary Caudron Renault Rafale, which reached a speed of 445 km/h in 1934, going down in history as a symbol of speed and technological audacity.



Z WIDOKIEM PREMIUM WITH A VIEW TO MATCH

Przyjeżdżasz biznesowo do Warszawy i szukasz komfortowego hotelu w sercu miasta? InterContinental to nie tylko 414 eleganckich apartamentów, z których rozciąga się panoramiczny widok na stolicę. Ale też RiverView Wellness Centre na 43. piętrze, basen, jacuzzi, sauny, siłownia i restauracja Anawa uznana za najlepszą restaurację przez przewodnik Gault & Millau Poland 2026. Are you visiting Warsaw for business and looking for a comfortable hotel in the heart of the city? InterContinental Warsaw offers not only 414 elegant apartments with panoramic views of the capital, but also the RiverView Wellness Centre on the 43rd floor, a swimming pool, jacuzzi, saunas, a gym, and the Anawa restaurant, recognised as the best restaurant by the Gault & Millau Poland 2026 guide.



ON NIE ZWALNIA NEVER SLOWS DOWN

Już w 2013 r. marka Tissot zrewolucjonizowała branżę, wprowadzając mechanizm Powermatic 80, który gwarantuje rezerwę chodu do 80 godz. i zapewnia wysoką precyzję. Rozwiązanie to wykorzystano też w modelu Tissot Gentleman 38mm. Dzięki temu możesz zdjąć zegarek w piątkowy wieczór i mimo braku noszenia czy nakręcania w poniedziałkowy poranek nadal będzie wskazywał właściwą godzinę.

Back in 2013, Tissot revolutionized the industry with the introduction of the Powermatic 80 movement, which guarantees a power reserve of up to 80 hours and ensures high precision. This technology is also featured in the Tissot Gentleman 38mm model. This means you can take your watch off on a Friday evening and, even without wearing or winding it, it will still keep accurate time on Monday morning.

NOWY BLASK RESTORED SPLENDOUR

Kolejna kamienica w Szczecinie odzyska dawny blask. Rewitalizacja przy Alei Fontann to projekt Grupy Capital Park, obejmujący przywrócenie do dawnej świetności neobarokowej rezydencji z końca XIX w. zlokalizowanej w sercu miasta. Imponująca, bogato zdobiona elewacja oraz reprezentacyjne klatki schodowe zostaną pieczołowicie odtworzone z dbałością o detale. Dawny blask odzyskają też inne elementy budynku. Wnętrza zyskają nowe życie jako 62 luksusowe apartamenty, z których część będzie miała ponad 4 m wysokości, a całość uzupełni dwupoziomowy parking podziemny rzadko spotykany w tego typu inwestycjach. Projekt łączy historyczny charakter z nowoczesnym standardem premium i pozostaje jedyną tego typu realizacją w Szczecinie.



Another tenement house in Szczecin will regain its former glory. The revitalisation on Fountain Avenue is a project by Capital Park Group, involving the restoration of a late 19th-century neo-Baroque residence located in the heart of the city. The impressive, richly ornamented façade and grand staircases will be meticulously restored with great attention to detail. Other elements of the building will also be brought back to their former splendour. The interiors will be given new life as 62 luxury apartments, some with ceilings exceeding 4 metres in height. The development will be complemented by a two-level underground car park – a rarity in this type of project. The project combines historic character with modern premium standards and remains the only development of its kind in Szczecin.

Tefal®

INTELIAGENTNE GOTOWANIE SMART COOKING

Marka Tefal zaprezentowała ostatnio nowy pomysł na szybkie i zdrowe posiłki – Easy Fry Infrared. Ta inteligentna frytkownica wykorzystuje technologię podczerwieni i podwójną grzałkę. Dzięki temu jedzenie jest chrupiące na zewnątrz (szybkie i równomierne pieczenie) oraz delikatne i soczyste w środku.

Tefal recently unveiled a new concept for quick and healthy meals – Easy Fry Infrared. This smart air fryer uses infrared technology and a dual heating element. As a result, food is crispy on the outside – thanks to fast and even cooking – while remaining tender and juicy on the inside.



TERAZ NETWORKING TIME TO NETWORK

Podróżniczka Martyna Wojciechowska, artyści Jeff Koons i Wilhelm Sasnal, prawniczka Amal Clooney oraz pisarze Olga Tokarczuk i Szczepan Twardoch czy ekonomista Daron Acemoğlu – to zaledwie kilku czołowych prelegentów, jakich usłyszymy na tegorocznym Impact (13–14 maja). Obok inspirujących paneli i debat w Poznaniu odbędą się też warsztaty.

Martyna Wojciechowska, Jeff Koons and Wilhelm Sasnal, Amal Clooney, Olga Tokarczuk and Szczepan Twardoch, as well as Daron Acemoglu – are just some of the leading speakers appearing at this year's Impact (13–14 May). Alongside inspiring panels and debates, Poznań will also host workshops.



FAMILY BANKING W PEKAO. NOWE OTWARCIE FAMILY BANKING AT PEKAO. A NEW CHAPTER

Bankowość Prywatna Banku Pekao S.A. rozpoczyna nową kampanię wizerunkową, której centralną osią jest koncepcja Family Banking. To kompleksowe, wielowymiarowe podejście do zarządzania majątkiem klientów oraz ich rodzin, obejmujące wszystkie pokolenia. Idea podkreśla znaczenie długoterminowego i odpowiedzialnego budowania dobrostanu rodzinnego opartego

Bank Pekao Private Banking is launching a new image campaign centred on the Family Banking concept. This comprehensive, multi-dimensional approach to managing the wealth of clients and their families encompasses all generations. The concept emphasises the importance of long-term, responsible building of family well-being, based on values,

” Family Banking to kompleksowe podejście do zarządzania majątkiem klientów oraz ich rodzin, obejmujące wszystkie pokolenia.

Family Banking is a comprehensive approach to managing the wealth of clients and their families, encompassing all generations.

na wartościach, tradycji i indywidualnych aspiracjach. Kampania składa się z dwóch komplementarnych linii komunikacji, które wspólnie prezentują pełne spektrum podejścia Bankowości Prywatnej Pekao do potrzeb klienta – od sukcesji po rozwój osobistych pasji wpływających często na decyzje majątkowe. Oprawa graficzna kampanii ma charakter portretowy i została zrealizowana przez fotografa Jacka Porembę.

tradition, and individual aspirations. The campaign consists of two complementary lines of communication that together present the full spectrum of Pekao Private Banking's approach to client needs – from succession planning to the development of personal passions, which often influence financial decisions. The campaign's visual concept is portrait-based and was created by photographer Jacek Poremba.

INWESTYCJA W NATURĘ I SPOKÓJ INVESTMENT IN NATURE AND TRANQUILLITY

Twój własny luksusowy apartament z widokiem na jezioro. Czyż to nie jest kusząca perspektywa? Nie tylko kusząca, ale też możliwa... GrandHotel Tiffi oferuje na sprzedaż komfortowe apartamenty z własną księgą wieczystą, stanowiące niezależne lokale usługowe z udziałem w gruncie oraz możliwością zakupu miejsca postojowego w hali garażowej. Właściciel takiego mieszkania zyskuje pełną swobodę – może korzystać z niego bez ograniczeń czasowych, ciesząc się jednocześnie dostępem do całej infrastruktury: strefy spa, wellness, restauracji oraz przestrzeni dla dzieci. Gdzie te apartamenty? W Iławie, czyli w ponad 700-letnim mieście nad najdłuższym jeziorem w Polsce – Jeziorakiem. Miejsce przyciąga turystów przez cały rok nie tylko dzięki znakomitym restauracjom oraz rozbudowanej ofercie sportów wodnych (porty z możliwością cumowania łodzi i wypożyczalnię sprzętu), ale też imprezom takim jak: Soundlake, Jazz Festival czy Międzynarodowe Targi Jachtowe. Apartamenty są częścią prestiżowego kompleksu, na którego terenie znajduje się pięciogwiazdkowy GrandHotel Tiffi.

Your own luxury apartment with a lake view. Isn't that a tempting prospect? Not only tempting, but also entirely possible... GrandHotel Tiffi offers comfortable apartments for sale with individual land and mortgage registers, constituting independent units with a share in the land and the option to purchase a parking space in the underground garage. The owner of such an apartment gains complete freedom – it can be used without time limits, while enjoying access to all amenities: the spa, wellness area, restaurant, and facilities for children. Where are these apartments? In Iława, a city with over 700 years of history, located on Poland's longest lake – Jeziorak. The area attracts visitors year-round not only for its excellent restaurants and extensive water sports offering (marinas with boat moorings and equipment rentals), but also for events such as Soundlake, the Jazz Festival, and the International Yacht Show. The apartments are part of a prestigious complex that includes the five-star GrandHotel Tiffi.





Bank Pekao

Ciekawi świata. Mobilni w życiu.

ŚWIAT DO ODKRYCIA KARTA DO PODRÓŻY

SPRAWDŹ
NA [PEKAO.COM.PL/1](https://pekao.com.pl/1)

Przewalutowania po kursie organizacji płatniczej, bez dodatkowej opłaty ze strony banku. Brak prowizji banku za wypłaty gotówki złotą kartą debetową do Konta Przekorzystnego ze wszystkich bankomatów w Polsce i za granicą.

W DUCHU WOLNOŚCI ROAD 66 IN THE SPIRIT OF FREEDOM – ROUTE 66

Zabytkowe klasyki z wypolerowanymi chromami, youngtimery, hot rody, ciężarówki, auta policyjne i mocne bestie z silnikami V8 – w Katowicach rusza największy festiwal amerykańskiej motoryzacji w Europie (19–21 czerwca). Na lotnisku Muchowiec, gdzie odbędzie się impreza, pojawi się nie tylko ponad 2 tys. pojazdów, ale też przedstawiciele biznesu. Co ciekawe z roku na rok wzrasta liczba chętnych, żeby pokazać swoje auta i bawić się w duchu wolności dawnej Road 66. W 2024 r. podczas American Cars Mania zjechało się ich 1387, a w 2025 r. było ich 1903. Co w programie? Koncerty, strefa cateringowa, konkursy pin-up girl, pokazy low riderów, czyli skaczących samochodów, a także strefa dla wystawców. Ale – jak podkreślają organizatorzy – na festiwalu liczą się przede wszystkim swoboda, luz, nieformalna atmosfera, piknikowy charakter – te właśnie elementy odróżniają American Cars Mania od tradycyjnych targów motoryzacyjnych. Podczas Festiwalu przeprowadzone będą bezpłatne badania medyczne na pokładzie Mobilnego Centrum Zdrowia, czyli potężnego ambulansu medycznego Chevrolet należącego do Fundacji American Cars Mania.

Polished chrome classics, youngtimers, hot rods, trucks, police cars, and powerful V8 machines – the largest American automotive festival in Europe kicks off in Katowice (19–21 June). At Muchowiec Airport, where the event takes place, more than 2,000 vehicles will be on display, alongside representatives of the automotive industry. Interest continues to grow year by year, with more and more enthusiasts eager to showcase their cars and immerse themselves in the spirit of Route 66 freedom. In 2024, 1,387 cars gathered for American Cars Mania, and in 2025 – 1,903. What's on the agenda? Concerts, a food zone, Pin-Up Girl competitions, lowrider shows (jumping cars), and an exhibitor area. But, as the organisers emphasise, what matters most is the freedom – the relaxed, informal atmosphere and picnic-like vibe that set American Cars Mania apart from traditional car shows. During the festival, free medical check-ups will be offered aboard the Mobile Health Center – a powerful Chevrolet ambulance belonging to the American Cars Mania Foundation.



MALEDIWIY ODBUDOWUJĄ RAFY KORALOWE THE MALDIVES BRING THEIR REEFS BACK TO LIFE

Malediwy, tropikalny raj na Oceanie Indyjskim, to jeden z najniższej położonych krajów na świecie. Jednak wzrost poziomu oceanów jest dla wysp realnym zagrożeniem. Dlatego w ochronę środowiska i jego odbudowę włącza się również prywatny biznes. Muraka Conservation Center w hotelu OBLU SELECT Sangelu to miejsce, gdzie biolodzy z całego świata dbają o delfiny i manty, ponadto badają oraz odbudowują rafę koralową. Opowiadają też turystom o podwodnym świecie, a także włączają ich w jego ochronę. Można tu spotkać „lekarzy i ogrodników raf”, a nawet symbolicznie adoptować żółwia.

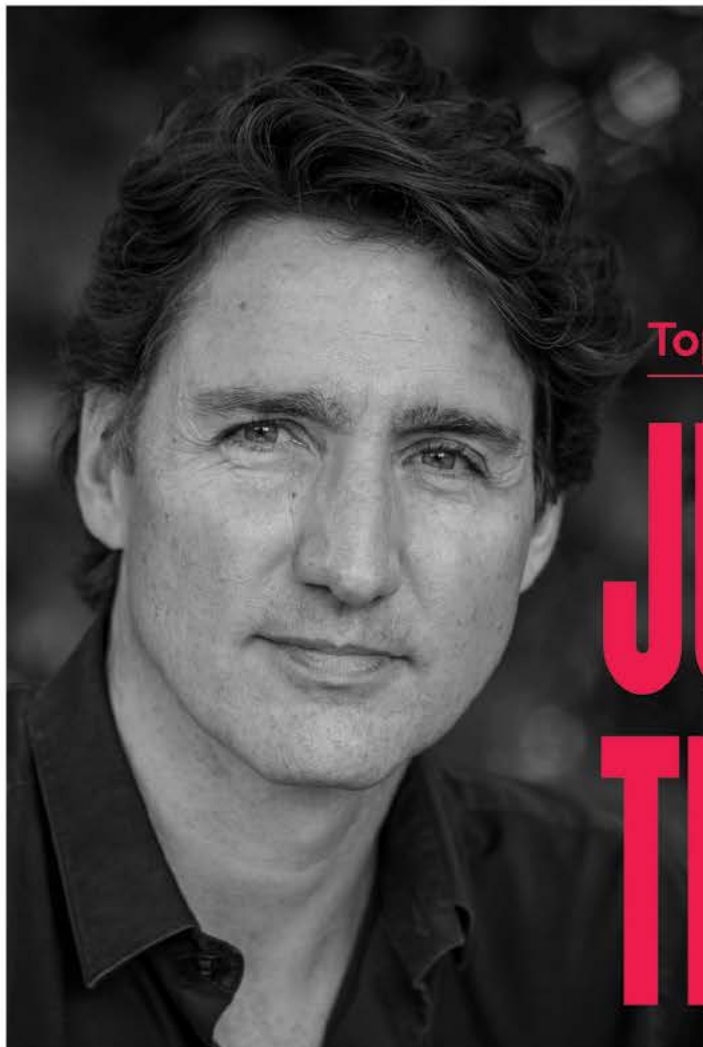
” Muraka Conservation Center to ośrodek, w którym biolodzy pracują nad rekonstrukcją zniszczonych ekosystemów.

The Muraka Conservation Center is a place where biologists work to restore damaged ecosystems.

The Maldives, a tropical paradise in the Indian Ocean, is one of the lowest-lying countries in the world. However, rising sea levels pose a real threat to the islands. As a result, private businesses are also becoming involved in environmental protection and restoration. The Muraka Conservation Center at OBLU SELECT Sengeli is a place where biologists from around the world care for dolphins and manta rays, while also studying and rebuilding the coral reef. They also educate tourists about the underwater world and involve them in its conservation. You can meet “reef doctors and gardeners” here, and even symbolically adopt a turtle.



THE POWER OF CONNECTIONS



Top Speaker

JUSTIN TRUDEAU

impact'26

13-14 MAY

POZNAŃ - WIELKOPOLSKA





San Francisco

Dwadzieścia osiem kilometrów szlakiem Crosstown przez tajemnicze i najdziwniejsze miejsca w mieście.
Twenty-eight kilometres along the Crosstown Trail – through the city's wildest corners.

tekst / by JULIA LACHOWICZ-NOWIŃSKA, MARYSIA NOWIŃSKA



1



2

PL

Klify, plaże, wydmy, lasy, schody i sekretne ogrody. Szlak Crosstown przecina całe miasto i pokazuje jego zupełnie inne oblicze.

A także łączy najbogatsze dzielnice z mniej zamożnymi rejonami, które przez lata były zapomniane przez turystów. Powstał w 2019 r. dzięki zaangażowaniu lokalnych aktywistów. Idziemy nim we dwie. Ja i moja 9-letnia córka Marysia. Z notatnikami w rękę i z aparatem na szyi. Od północnego zachodu na południowy wschód. Ja podekscytowana, że będziemy doświadczać San Francisco jak nigdy wcześniej. Marysia dość sceptyczna: „Czy ty zdajesz sobie sprawę, jakie San Francisco jest górzyste?” – pyta. Kiwam głową, ale szczerze mówiąc, w momencie startu nie zdaję sobie sprawy, że przed nami 600 m przewyższenia.

SEKRET MIESZKAŃCÓW

Zaczynamy od końca. Park Lands End położony jest na 60-metrowym klifie nad oceanem. Robimy pamiątkowe zdjęcie z pozostałościami po łaźniach Sutro, w których kiedyś kąpała się elita San Francisco. Dalej szutrowy szlak wiję się wśród eukaliptusów i cyprysów. Zapach tych pierwszych jest tak mocny, że zastanawiam się, czy ktoś nie wylał przypadkiem po drodze olejków eterycznych. Rozmawiamy o zapachach, o tym,

ENG

Cliffs, beaches, dunes, forests, stairways and secret gardens. The Crosstown Trail cuts clear through the city, revealing an entirely different face of it. It also links Frisco's wealthiest neighbourhoods with neglected districts long bypassed by tourists. Created in 2019 by a group of local activists, it feels like a path drawn from within. We set off as a duo – me and my nine-year-old daughter, Marysia – notebooks in hand and cameras slung around necks. From the north-west to the south-east. I'm thrilled at the thought of experiencing San Francisco like never before. Marysia is more sceptical: "Do you realise how hilly San Francisco is?" she asks. I nod, though at the starting line I have no real sense of what 600 metres of elevation gain actually means.

LOCAL SECRET

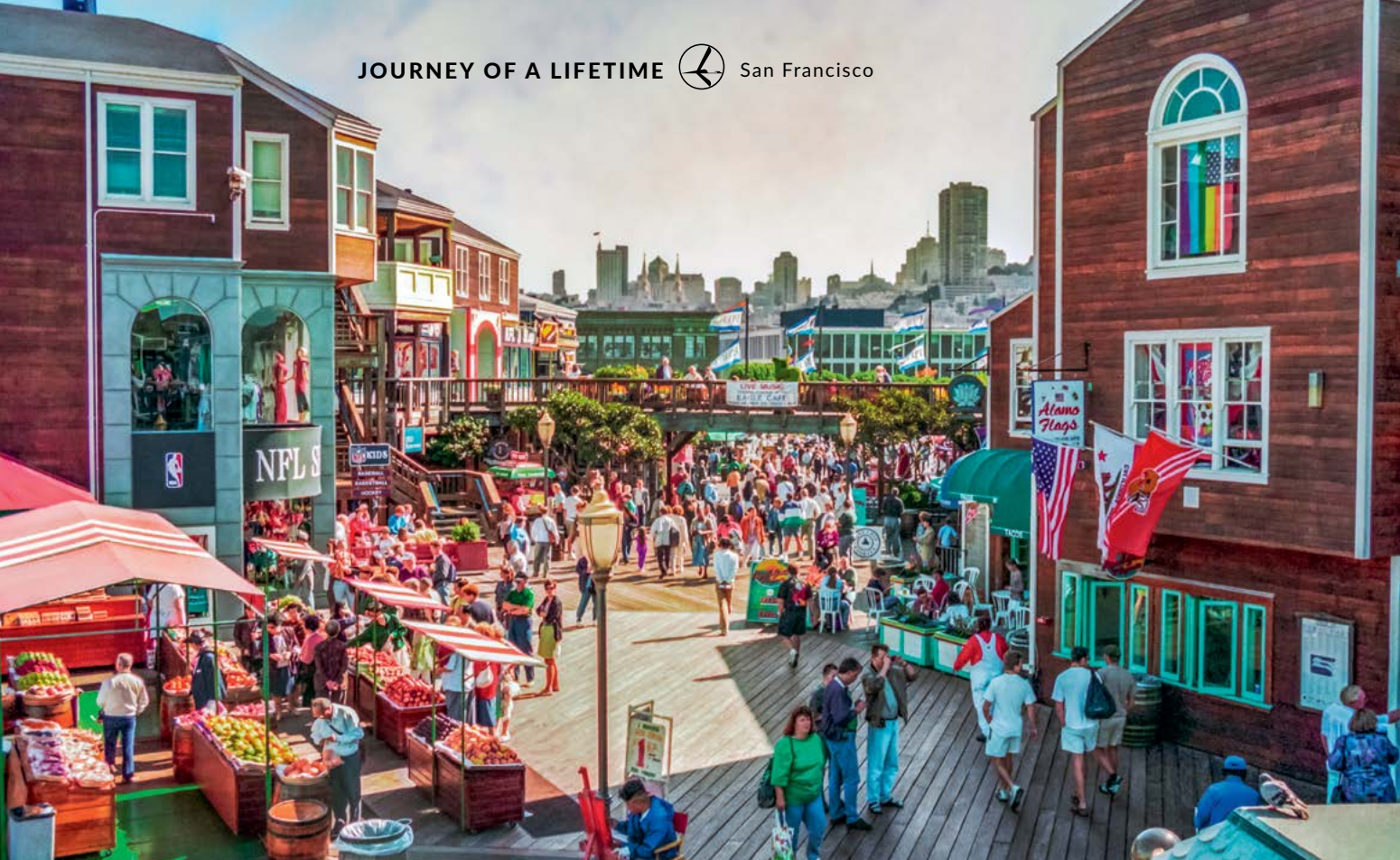
We begin at the end. Lands End sits on a 60-metre cliff above the ocean. We take a keepsake photo by the ruins of the Sutro Baths, once frequented by the city's elite. The gravel trail winds on through glades of eucalyptus and cypress trees. The scent of the former is so intense I momentarily wonder whether someone has spilled essential oils along the path. We talk about smells, about the memories they trigger – and about how geography shapes a city's story.

1. California Street to główna ulica San Francisco. Koniecznie wsiądźcie do zabytkowego tramwaju.

California Street is San Francisco's main thoroughfare. Be sure to hop on a historic streetcar.

2. San Francisco lub The City by the Bay, jak jest pieszczotliwie nazywane, słynie z najlepszych krabów na Zachodnim Wybrzeżu.

San Francisco – or the City by the Bay, as it's affectionately known – is famed for the best crab on the West Coast.



co nam przypominają. A także o tym, jaki wpływ ma położenie miasta na jego historię.

Nagle na horyzoncie pojawia się most Golden Gate. Tak naprawdę docenić go można nie, przechodząc przez niego (co robi 90 proc. turystów), ale właśnie stąd, gdzie widać, jak łączy miasto z górami hrabstwa Marin. Jak woda z zatoki przepływa pod jego mocną sylwetką. Choć główny szlak idzie prosto, po pół godzinie zbaczymy i schodzimy kilkadziesiąt schodów w dół, na miniplażę Mile Rock – sekret mieszkańców. Siadamy na skale i obserwujemy wyływające z zatoki kontenerowce i kilku pływaków w piankach. Ze stali muszą mieć nie tylko płuca, ale i nerwy. Zatoka znana jest z dużej populacji rekinów.

Z lasu wychodzimy do dzielnicy Richmond. Ulice sprawiają wrażenie opustoszałych. Tylko ogrodnicy pracujący nad pięknymi ogrodami wystawnych willi przypominali, że jednak ktoś tu mieszka. Niektóre domy w tej jednej z najbogatszych części miasta wyglądają jak średniowieczne zamki. Inne, pomalowane w mocne kolory, nawiązują do stylu meksykańskiego lub do klasycznej architektury San Francisco. Marysia zatrzymuje się przy ogrodzie pełnym sukulentów i wyjmuje aparat. Idziemy wąskimi uliczkami, aż dochodzimy do bramy, która prowadzi do plaży Bakers przez wie-

1. Otwarta w 1978 r. Pier 39 to nadmorska atrakcja w dzielnicy Fisherman's Wharf. Oprócz mola znajdziecie tu sklepy i restauracje oraz punkty widokowe.

Opened in 1978, Pier 39 is a waterfront attraction in the Fisherman's Wharf district. Beyond the pier itself, you'll find shops, restaurants and scenic viewpoints.

Then, suddenly, the Golden Gate Bridge appears on the horizon. And it turns out the best way to appreciate it is not by walking across it – as 90 per cent of visitors do – but from here, where you see how it binds the city to the Marin hills, how the bay's waters slip beneath its massive frame. Although the main trail runs straight ahead, we veer off after half an hour and descend a long flight of steps to the tiny Mile Rock Beach – a local secret. We sit on a rock and watch container ships glide out of the bay, along with a handful of swimmers in wetsuits. You'd need lungs – and nerves – of steel. The bay is known for its sizeable shark population. We leave the forest and enter the Richmond District. The streets feel deserted. Only gardeners tending the manicured grounds of stately homes remind us that people actually live here. Some of the houses in this affluent part of town resemble medieval castles. Others, painted in bold colours, nod to Mexican influences or classic San Francisco architecture. Marysia stops by a garden full of succulents and reaches for her camera. We wander down narrow streets until we reach a gate leading to Baker Beach, often hailed as the city's best. It's wide, the water relatively calm, and the view of the Golden Gate – unbeatable. No wonder it's a favourite picnic spot.



Iu uważanej za najfajniejszą plażę miejską. Jest szeroka, woda jest dość spokojna, a widok na Golden Gate pierwsza klasa. Plaża Bakers popularna jest szczególnie wśród miłośników pikników.

W CENTRUM DOLINY KRZEMOWEJ

Żegnamy się z oceanem i wchodzimy w głąb miasta. Najpierw przez las eukaliptusowy, a potem przez kładki wiodące przez wydmy w parku Lobos Creek. Trudno uwierzyć, że jesteśmy w centrum Doliny Krzemowej. Jest dziko i cicho. Jaszczurki uciekają nam spod nóg.

O tym, że jesteśmy w pełnej życia metropolii, przekonujemy się chwilę później w parku Golden Gate – odpowiedniku nowojorskiego Central Parku. Ciągnie się przez miasto na prawie 5 km² i skrywa górkę, światowej klasy muzea i place zabaw. My wchodzimy do niego przez ogród różany. Docieramy do alei JFK, zamkniętej dla ruchu, i siadamy pod drzewem, gdzie właśnie odbywa się koncert. To świetne miejsce na podglądanie ludzi i poczucie pulsu miasta. Mija nas grupa wrotkarzy, rowerzystów, tu zobaczymy też chłopaka przebranego za bawołu w cekinach, co w San Francisco nikogo nie dziwi. Każdy może być sobą.

Tymczasem przed nami najbardziej wymagająca część szlaku: schody. Zaczynamy spokojnie od 148 stopni znanych jako Hidden Garden Steps, które powstały z prostej potrzeby poradzenia sobie z graffiti. Wykładane są zaprojektowanymi

The Painted Ladies to zabytkowe drewniane, kolorowe domy. Są wizytówką miasta.

The Painted Ladies are historic, colourful wooden houses – an iconic symbol of the city.

IN THE HEART OF THE SILICON VALLEY

We say goodbye to the ocean and head inland – first through eucalyptus groves, then along boardwalks crossing the dunes of Lobos Creek Valley. It's hard to believe we're in the heart of Silicon Valley. It's wild, quiet. Lizards dart away before our feet.

Moments later, we're reminded we're in a living, breathing metropolis as we enter Golden Gate Park – San Francisco's answer to Central Park. Stretching nearly five kilometres, it hides hills, world-class museums and playgrounds. We step in through the rose garden, make our way to JFK Drive – now closed to traffic – and sit beneath a tree where a concert is underway. It's the perfect place to watch people and tap into the rhythm of the city. Roller skaters glide past, cyclists weave through, and a young man dressed as a sequined buffalo appears – in San Francisco, no one bats an eye. Everyone gets to be themselves.

Ahead lies the most demanding stretch – the stairs. We start gently with the 148 steps of the Hidden Garden Steps, created as a creative response to graffiti. They're lined with artist-designed mosaics – butterflies, suns, underwater scenes, abstract patterns. Marysia and I had assumed these were the only ones of their kind, so we study each detail carefully near 16th Avenue – only to realise that the trail is dotted with many more such artistic staircases. At the top, we are rewarded with a sweeping panorama of San Francisco.



WYJĄTKOWY KONCEPT HOTELI
Z POLSKIMI ANIMACJAMI I WYCIECZKAMI DLA RODZIN

ITAKA
FAMILY





Klify, plaże, lasy, schody i sekretne ogrody. Szlak Crosstown przecina miasto i pokazuje jego inne oblicze. A także łączy najbogatsze dzielnice z mniej zamożnymi rejonami.

Cliffs, beaches, dunes, forests, stairways and secret gardens. The Crosstown Trail cuts clear through the city, revealing an entirely different face of it. It also links Frisco's wealthiest neighbourhoods with neglected districts long bypassed by tourists.

przez artystów mozaikami, które układają się w barwne motyle, słońce, podwodny świat czy abstrakcyjne wzory. Z Marysią spodziewaliśmy się, że takie schody są jedne, dlatego dokładnie analizowaliśmy każdy ich wzór przy 16. Ulicy. Tylko po to, by za chwilę zdać sobie sprawę, że takich artystycznych stopni na szlaku jest dużo więcej. Na końcu wspinaczki czeka nas prezent. Panoramiczny widok na San Francisco.

JAK ALICJA W KRAINIE CZARÓW

Gdy patrzymy na mapę, jesteśmy w centrum miasta. Gdy patrzymy wokół siebie, czujemy się, jakbyśmy byli w parku narodowym. Gęsty las i wąskie ścieżki prowadzą nas przez dzikie tereny wokół szpitala Laguna Honda. Mijamy artystyczne liceum, w którym właśnie odbywa się lekcja graffiti. I znowu chowamy się w naturze. Tym razem w kanionie Glen. I to takim prawdziwym: z rzeką i skałami oplecionymi krzewami. Na jednym z drzew widzimy huśtawkę. Zatrzymujemy się. Słońce jest coraz niżej i skały zaczynają się mienić na pomarańczowo. Rozmawiamy o planach na

1. Kultowa Lombard Street znana jest jako „najbardziej kręta ulica świata”.

The iconic Lombard Street is known as the "crookedest street in the world."

2. Podczas corocznego Carnival San Francisco w Memorial Day (25 maja) przez Zachodnie Wybrzeże przechodzą barwne parady.

During the annual Carnival San Francisco, held over Memorial Day weekend (May 25), colourful parades sweep across the West Coast.

3. Park Golden Gate jest trzecim najczęściej odwiedzanym parkiem miejskim w USA.

Golden Gate Park is the third most visited urban park in the United States.

ALICE IN WONDERLAND

On the map, we're in the city centre, but it feels like a national park. Dense woodland and narrow paths lead us through the wild terrain around Laguna Honda Hospital. We pass an arts high school where a graffiti class is in session, then slip back into nature - a this time into Glen Canyon Park. A real canyon, complete with a stream and shrub-covered rocks. A swing hangs from one of the trees. We stop. The sun is sinking lower, the rocks glowing orange. We talk about the future, about my own high school days. Marysia swings with her eyes closed, singing. I watch her and know this has been a good day.

The final stretch leads us through the city's second-largest park - one I had never even heard of despite my many visits to SF. John McLaren Park once had a rough reputation, but today it's full of life. Along the Philosopher's Way, we climb the last hill of the trail. The bay comes into view. We've made it - from one side of the peninsula to the other.





ZABIERZ GO W NOWE PRZYC

KAŻDY TWÓJ KROK BRZMI L





przyszłość oraz o moim liceum. Marysia z zamkniętymi oczami huśta się i śpiewa. Patrzę na nią i wiem, że to był dobry dzień.

Ostatni etap szlaku prowadzi nas przez drugi co do wielkości park San Francisco, o którym mimo moich częstych wizyt w tym mieście nigdy nie słyszałam. John McLaren Park przez lata miał złą reputację, ale teraz tętni życiem. Idąc alejką filozofów, zdobywamy ostatnie wzniesienie szlaku. Pojawia się widok na zatokę. Hurra, udało się przejść na drugą stronę półwyspu! Schodzimy w dół do dzielnicy Visitacion Valley. Przez lata była synonimem zaniedbanej robotniczej części miasta. Dziś jest popularna głównie wśród azjatyckich imigrantów. Dzięki szlakowi Crosstown ulice dzielnicy zostały ze sobą połączone siecią ogrodów, które przechodzą jeden w drugi. Każdy ma innego opiekuna i swój temat: drzewa owocowe, ogród dla dzieci, rośliny z Kalifornii, rośliny przywiezione przez imigrantów mieszkających w okolicy. Gdy przechodzimy z jednego do drugiego, czujemy się jak w *Alicji w Krainie Czarów*. Za każdym razem wkraczamy do nieznanego świata pełnego niespodzianek. Ostatni ogród kończy się kawiarniosklepem Mission Blue z pamiątkami, gdzie Marysia zamawia jagodowego muffina.

Przed nami jeszcze park Candlestick Point – dochodzimy na molo, na którym stoi kilku wędkarzy. Trochę mi smutno – przez trzy dni odkryłam sporo tajemnic San Francisco. Spaliłam kilka tysięcy kalorii. Dodałam Mission Blue do listy ulubionych kawiarni. I zakochałam się w przynajmniej pięciu parkach, do których będę wracała. A przede wszystkim poczułam się bliżej z Marysią niż kiedykolwiek. ■

Lwy morskie to jedna z atrakcji San Francisco. Zamieszkują molo Pier 39 w Fisherman's Wharf.

Sea lions are one of San Francisco's top attractions. They inhabit the docks at Pier 39 in Fisherman's Wharf.

We descend into Visitacion Valley, long synonymous with a neglected, working-class district. Today, it's largely home to Asian immigrant communities. Thanks to the Crosstown Trail, its streets are now linked by a chain of gardens flowing into one another. Each has its own caretaker and its own theme – fruit trees, a children's garden, Californian plants, species brought by local immigrants. Moving from one to the next feels like stepping into Alice in Wonderland – each gate opens onto a new, unexpected world. The last garden leads to the Mission Blue café-shop, where Marysia orders a blueberry muffin. One final stop remains – Candlestick Point. We reach the pier, where a handful of anglers stand quietly. I feel a pang of sadness – over three days I've uncovered a surprising number of San Francisco's secrets, burned thousands of calories, added Mission Blue to my list of favourite cafés, and fallen in love with at least five parks I know I'll return to. But most of all, I feel closer to Marysia than ever before. ■

Połączenia
Connections

WAW → **SFO**
WARSZAWA SAN FRANCISCO

Sprawdź
Check

LOT.COM





THAMES BRITISH SCHOOL WARSAW INTERNATIONAL SCHOOL

- A leading British-style international school in Warsaw, offering a continuum of learning for children aged from two and a half to 18 years old.
- Fully accredited and authorised to deliver programmes from the Cambridge International Curriculum and the International Baccalaureate (IB).
- Two pathways to matriculation to the world's leading universities. Students are guided through IGCSE and then either A-levels or the IB Diploma Programme. Which pathway is right for you?
- Teachers are qualified, experienced, and native-level speakers of English.
- You will find an international and multicultural, diverse community with the majority of our students originating from outside Poland, representing more than 60 nationalities.
- Four great locations in Warsaw, each with its own individual feel: Ochota: Primary, Włochy: Early Years Centre; Primary; and Lower Secondary, Mokotów: Early Years and Primary, and Mokotów High School. Talk to us about which campus might be right for your family.



Caring today Shaping tomorrow



Rzeźba Berlin na Ku'damm powstała w 1987 r. Przedstawia zerwany łańcuch, który symbolizuje miasto rozerwane na dwie części: wschodnią i zachodnią.

The Berlin sculpture on Ku'damm was created in 1987. It depicts a broken chain – a symbol of the city torn into two parts: East and West.



Spreebogen, czyli malownicze zakole rzeki Sprewy. W sezonie letnim to popularne miejsce piknikowe.

Spreebogen – a picturesque bend of the Spree River. In the summer season, it's a popular picnic spot.



Gdzie w Berlinie zrobić zakupy? Oczywiście na głównej ulicy handlowej Ku'damm.

Where to shop in Berlin? Of course, on the city's main shopping street – Kurfürstendamm.



Alte Nationalgalerie to jedna z najważniejszych galerii sztuki w Berlinie, mieszcząca się na Wyspie Muzeów.

The Alte Nationalgalerie is one of the most important art galleries in Berlin, located on Museum Island.





Mój Berlin

MY BERLIN

Oddech historii, ale też nowoczesność oraz kluby muzyczne, modna scena kulinarna, teatry i muzea – to miasto, które tętni życiem. Już od 80 lat można tu dolecieć bezpośrednio z PLL LOT.

A breath of history, a shot of modernity – plus music clubs, a buzzing culinary scene, theatres and museums – this is a city that never stands still. And a walk through it? For 80 years now, you've been able to fly here directly with LOT Polish Airlines.

poleca | recommends

Pamela Posturzyńska

Stewardessa
flight attendant

Od ponad 10 lat pracuję w branży lotniczej – obecnie jako szefowa pokładu. Równoległe prowadzę profile w mediach społecznościowych, gdzie dzielę się kadrami z podróży.

Każda wyprawa mnie rozwija, kształtuje charakter i dodaje życiowej odwagi.

For over ten years, I've worked in the aviation industry – currently as a purser. At the same time, I run social media profiles where I share moments from my travels. Every journey helps me grow, shapes my character, and gives me the courage to embrace life.



SYMBOLICZNA GRANICA SYMBOLIC BORDER

Spacer po Berlinie zwykle zaczynam od neogotyckiego mostu Oberbaumbrücke nad Sprewą. Łączy dzielnice Friedrichshain i Kreuzberg. Został zbudowany pod koniec XIX w., łatwo go poznać – wyróżnia się dwiema ceglаныmi wieżami. W czasach podziału miasta znajdował się na granicy między Berlinem Wschodnim a Zachodnim i pełnił funkcję przejścia granicznego.

I usually start my walks through Berlin at the neo-Gothic Oberbaumbrücke spanning the Spree River. It connects the districts of Friedrichshain and Kreuzberg. Built at the end of the 19th century, it's easy to recognize – thanks to its two distinctive brick towers. During the city's division, it stood on the border between East and West Berlin and served as a border crossing.



STREFA RELAKSU SPACE TO RELAX

Czy w Berlinie można uprawiać plażing? Ano można – nad jeziorem Großer Wannsee, które ma jedną z największych śródlądowych plaż w Europie. W okolicy jest też sporo alejek spacerowych, poszalejcie tu też na wodnych sprzętach i popłyniecie w rejs promem.

Can you do a bit of beaching in Berlin? Absolutely – head to Großer Wannsee, home to one of the largest inland beaches in Europe. The area is lined with scenic walking paths, there's plenty of water sports to dive into, and you can even hop on a ferry for a leisurely cruise.



Spróbuj...
Taste it...

Takie wegechipsy zjecie m.in. na tzw. Green Marcecie, czyli wydarzeniach sezonowych organizowanych w różnych lokalizacjach, m.in. w dzielnicach Wedding, Friedrichshain czy Neukölln. Lubię tu poprobować roślinnych specjałów, często kupuję też ekologiczne kosmetyki. You can try veggie chips like these at the so-called Green Market – a series of seasonal events held across the city, including districts like Wedding, Friedrichshain and Neukölln. I like to sample plant-based specialties here – and I often end up picking up some eco-friendly cosmetics, too.

GALERIA WOLNOŚCI GALLERY OF FREEDOM

Ciągnie się na ponad kilometr i jest najdłuższym zachowanym odcinkiem Muru Berlińskiego. East Side Gallery powstała po 1989 r., kiedy artyści z całego świata ozdobili fragment muru setkami malowideł o tematyce wolności, pokoju i przemian politycznych. Dziś ta galeria na świeżym powietrzu jest jednym z najważniejszych symboli zjednoczenia Niemiec. Stretching for over a kilometre, the East Side Gallery is the longest preserved section of the Berlin Wall. It was created after 1989, when artists from around the world covered this fragment of the wall with hundreds of murals exploring themes of freedom, peace and political change. Today, this open-air gallery stands as one of the most powerful symbols of Germany's reunification.



© VISITBERLIN; ZDJĘCIE: JULIA SCHUEMANN; © VISITBERLIN; ZDJĘCIE: PIERRE ADENIS.
© VISITBERLIN; ZDJĘCIE: PHILIP KOSCHEL; © VISITBERLIN; ZDJĘCIE: ANNE FREITAG/THIRD EYE PIX; © VISITBERLIN; ZDJĘCIE: SVEN CHRISTIAN SCHRAMM; SHUTTERSTOCK (2); PIOTR MASLANKA/PIL LOT; MATERIAŁY PRASOWE

Połączenia
Connections

WAW → **BER**
WARSAWA BERLIN

Sprawdź
Check

LOT.COM

LOT
POLSKIE LINIE
FLY ALIANCE MEMBER

ALEŻ BRZMIENIE! WHAT A SOUND!

Tu posłuchać Wagnera, Beethovena czy Brahmsa to dopiero jest coś! Filharmonia Berlińska została otwarta w 1963 r., a kształt nowoczesnej bryły przypominającej namiot zawdzięcza Hansowi Scharounowi. Słynie z doskonałej akustyki, jest siedzibą prestiżowej orkiestry Berliner Philharmoniker. W repertuarze majowym m.in. Gustav Mahler i *Symphony No. 3 in D minor*. Mam już bilet.

To hear Richard Wagner, Ludwig van Beethoven or Johannes Brahms here – now that's something special! The Berlin Philharmonie opened in 1963, and its striking, tent-like modern form is the work of Hans Scharoun. Renowned for its outstanding acoustics, it is home to the prestigious Berliner Philharmoniker. On the May programme: Gustav Mahler, including *Symphony No. 3 in D minor*. I've already got my ticket. ■



REKLAMA

STUDIUM W POLSCE – wróć do korzeni!

TWOJA DROGA NA STUDIA W POLSCE ZACZYNA SIĘ TUTAJ!

Program im. gen. Andersa NAWA to wyjątkowa szansa dla młodzieży polonijnej, by studiować w najlepszych uczelniach w Polsce – od studiów licencjackich po magisterskie.

Stypendium na studia stacjonarne w języku polskim, szeroki wybór kierunków i możliwość rocznego kursu przygotowawczego do podjęcia studiów zapewniają świetny start na studiach w Polsce. To nie tylko edukacja – to doświadczenie, które łączy rozwój, kulturę i realne perspektywy na przyszłość.

NABORY 2026

- studia I stopnia i jednolite magisterskie – do 9 lipca 2026 r.
- studia II stopnia – do 21 maja 2026 r.

Zeskanuj i sprawdź szczegóły, wymagania oraz zasady naboru na stronie NAWA.



ANDERS
NAWA

STUDY IN POLAND – reconnect with your roots!

YOUR PATH TO STUDYING IN POLAND STARTS HERE!

The General Anders NAWA Scholarship Programme offers young people of Polish diaspora a unique opportunity to study at top Polish universities – Bachelor to Master's degree.

Scholarship for full-time studies in Polish, a wide range of fields of study and an optional yearly preparatory course give the perfect start in the Polish academic community. It's more than education – it's a chance to grow, connect with culture and shape your future.

CALLS FOR APPLICATIONS 2026

- Bachelor & long-cycle Master's – deadline: 9 July 2026
- Master's – deadline: 21 May 2026

Scan and check full details, requirements and application guidelines on the NAWA website



<https://nawa.gov.pl/studenci/studenci-zagraniczni/program-im-gen-andersa>

NAWA POLISH NATIONAL AGENCY
FOR ACADEMIC EXCHANGE


<https://nawa.gov.pl/en/students/foreign-students/the-gen-anders-programme>





Na terenie Parku Narodowego Koli znajduje się Akka-Koli, miejsce zwane Świątynią Ciszy (Hiljaisuuden Temppeli). To naturalny taras skalny, który jest popularnym miejscem ślubów. Finowie wierzą, że panuje tu szczególna energia, która sprzyja medytacji i ważnym życiowym deklaracjom.

Within Koli National Park lies Akka-Koli, a place known as the Temple of Silence (Hiljaisuuden Temppeli). It's a natural rock terrace, popular for wedding ceremonies. Finns believe there is a special energy here – one that invites meditation and meaningful life declarations.



Parki narodowe oraz rezerваты przyrody obejmują niemal jedną piątą powierzchni Finlandii, tworząc unikalną w skali Unii Europejskiej sieć dzikiej przyrody. To tu, na obszarze usianym blisko 200 tys. jezior, bije zielone serce kontynentu.

STAN SKUPIENIA

STATE OF CALM

National parks and nature reserves cover nearly one fifth of Finland, forming a network of wilderness that is unique on a European Union scale. It is here, across a landscape dotted with nearly 200,000 lakes, that the green heart of the continent beats.



Po lewej: Jezioro Pielinen (czwarte co do wielkości w Finlandii) znajduje się w regionie północnej Karelii (Pohjois-Karjala) i to właśnie stąd pochodzą najbardziej klasyczne widoki, które kojarzą się z tym krajem.

Left: Lake Pielinen – the fourth largest lake in Finland – lies in North Karelia (Pohjois-Karjala), and it's from here that the most classic views associated with the country come to life.

Poniżej: Lehmonkärki w gminie Asikkala to absolutna perła regionu Järvi-Suomi – legendarnej Krainy Jezior. Można tu odpocząć w luksusowych domkach z widokiem na Päijänne – drugie co do wielkości jezioro w Finlandii.

Below: Lehmonkärki in Asikkala is an absolute gem of the Finnish Lakeland – the legendary Land of a Thousand Lakes. Here, you can unwind in luxurious lakeside cottages overlooking Lake Päijänne, the second-largest lake in Finland.





**Saimaa, największe jezioro
Finlandii, to gigantyczny
labirynt składający się
z tysięcy połączonych ze sobą
akwenów, kanałów
i ponad 13 tys. wysp.**

Lake Saimaa, the largest lake in
Finland, is a vast, labyrinthine
network of interconnected
waters – thousands of basins,
winding channels and more
than 13,000 islands.





Fioletowe łąny wierzbowki
kiprzący w Parku Narodowym
Etelä-Konnevesi rozkwitają
najczęściej w lipcu i sierpniu.

Purple swathes of fireweed bloom
in Etelä-Konnevesi National Park
most often in July and August.



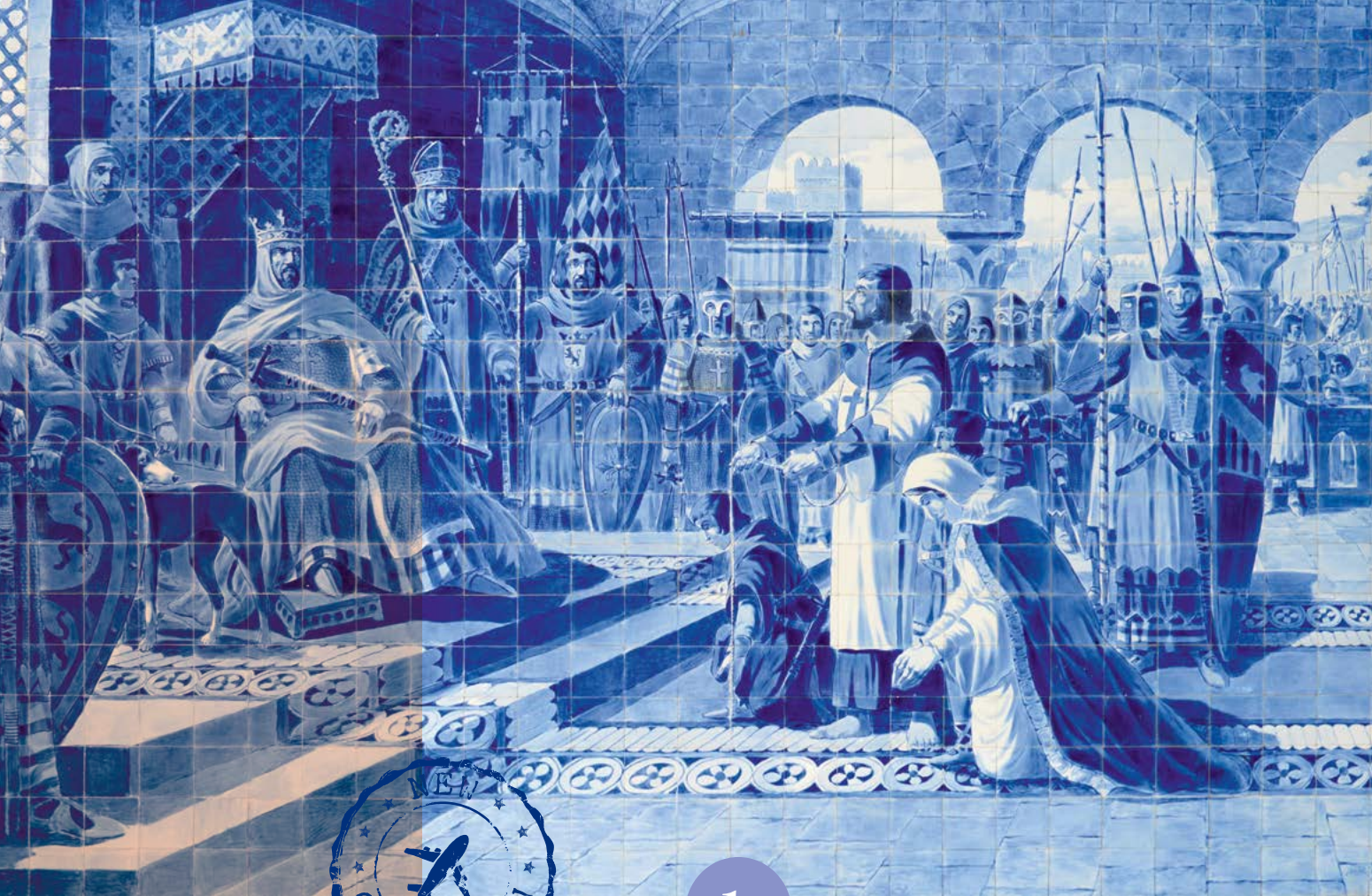
Powyżej:
Tradycyjna fińska sauna,
spokojna tafła rzeki
Oulujoki. Czysty relaks
w sercu regionu Pohjois-
Pohjanmaa.

Above: A traditional Finnish sauna, the still surface of the Oulujoki River – pure relaxation in the heart of North Ostrobothnia.

Po prawej: Majestatyczna
Saana. Ta góra, święta dla
Saamów – rdzennych
mieszkańców Laponii
– przyciąga swoją
surowością i energią.

Right: Majestic Mount Saana – a mountain sacred to the Sámi people – draws you in with its raw beauty and quiet, powerful energy.





1.

5 sposobów na... PORTO

5 Ways to Experience Porto

tekst | by
MARIANNA KUCHARSKA

Stacja jak malowana The Art of Azulejos

Ich nazwa pochodzi od arabskiego słowa *al-zulayj*, które oznacza „polerowany kamień” – to ślad wpływów kultury islamskiej na Półwyspie Iberyjskim. Dziś płytki azulejos to symbol Portugalii. W Porto są na każdym kroku, ale te najbardziej okazałe – na stacji kolejowej São Bento. Została otwarta na początku XX w., a ściany holu głównego zdobi ponad 20 tys. płytek (malowanych w latach 1905–1916). Przedstawiają m.in. sceny z historii kraju.

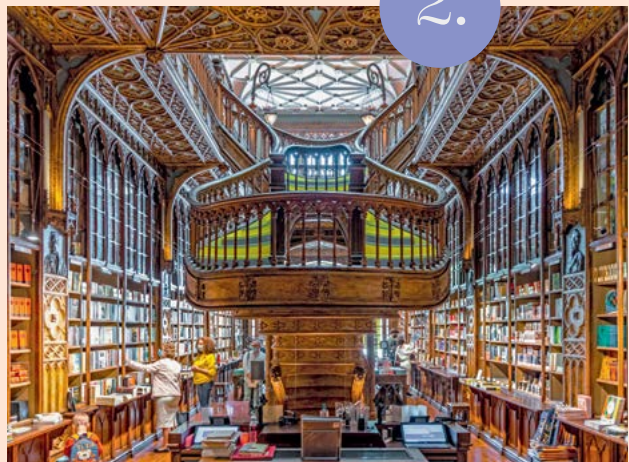
Their name comes from the Arabic word *al-zulayj*, meaning “polished stone” – a trace of Islamic cultural influence on the Iberian Peninsula. Today, azulejos tiles are a symbol of Portugal. In Porto, they are everywhere, but the most impressive can be found at São Bento railway station. Opened in the early 20th century, the walls of its main hall are adorned with over 20,000 tiles (painted between 1905 and 1916), depicting scenes from the country’s history.

Livraria Lello to propozycja dla wielbicieli pięknych księgarń. Ta istnieje od 1906 r. i zachwyca neogotyckim wnętrzem. Podobno była inspiracją dla J.K. Rowling, która w latach 90. ub.w. mieszkała i pisała w Porto.

Livraria Lello is a must for lovers of beautiful bookstores. Founded in 1906, it captivates with its neo-Gothic interior. It is said to have inspired J.K. Rowling, who lived and wrote in Porto in the 1990s.



2.



MATERIAŁY PRASOWE, ADOBE STOCK (2), ISTOCK



3.

Spotkanie z awangardą Encounter with the Avant-Garde

Przynajmniej jedno popołudnie warto zarezerwować na Museu de Arte Contemporânea de Serralves i piękny otaczający go ogród. Jak podkreślają krytycy, to najważniejsze muzeum sztuki współczesnej w Portugalii, ma w zbiorach dzieła m.in. Heleny Almeidy, Bruce'a Naumana czy Richarda Serry. Od czerwca można tu zobaczyć wystawę poświęconą projektom Franka Gehry'ego.

Set aside at least one afternoon for the Museu de Arte Contemporânea de Serralves and its beautiful surrounding gardens. Widely regarded by critics as Portugal's most important contemporary art museum, its collection includes works by Helena Almeida, Bruce Nauman and Richard Serra. From June, it also hosts an exhibition dedicated to the designs of Frank Gehry.

Wielobarwna mozaika Mosaic of Colours

Dzień w Porto warto zacząć od porannej kawy z widokiem na rzekę Douro i spaceru po Ribeirze – dzielnicy pełnej kolorowych kamienic i restauracji. Kiedy na Praça da Ribeira robi się tłoczno, chwilę oddechu zapewni park miejski Parque da Cidade (ponad 80 ha) ze ścieżkami spacerowymi, miejscami piknikowymi i jeziorami, a nawet plażą. Zresztą balans między miastem a naturą jest jednym z największych atutów Porto i jednocześnie największym wyzwaniem. Portugalia od lat zmagą się z suszami i pożarami, często wywołanymi przez niedopałki papierosów. Dlatego lokalne władze i służby coraz częściej apelują o odpowiedzialność: unikanie palenia w terenach zielonych lub wybieranie rozwiązań bezdymnych, jak podgrzewacze tytoniu, które ograniczają ryzyko zaprószenia ognia. To kontrasty – między miastem a zielenią – sprawiają, że Porto zostaje w pamięci na długo. ■

Start your day in Porto unhurriedly – with a morning coffee overlooking the Douro River and a stroll through Ribeira, the city's most iconic district, filled with colourful townhouses and restaurants. When Praça da Ribeira gets crowded, head to Parque da Cidade for a breather. Spanning over 80 hectares, it offers walking paths, picnic spots, lakes – and even a beach. This balance between city and nature is one of Porto's greatest strengths – and also one of its biggest challenges. Portugal has long struggled with droughts and wildfires, often sparked by carelessly discarded cigarette butts. That's why local authorities and services are increasingly calling for responsibility: avoiding smoking in green areas or opting for smoke-free alternatives, such as heated tobacco devices, which reduce the risk of starting a fire. It's the contrasts – city and greenery – that give Porto its edge. ■



4.


Od lat 20. ub. wieku utrzymana w stylu belle époque Majestic Café przyciąga artystyczne dusze. Sernik na zimno, elegancko podany z aromatyczną kawą, smakuje tu co najmniej wyjątkowo.

Since the 1920s, the belle époque-style Majestic Café has drawn artistic souls. A no-bake cheesecake, elegantly served with aromatic coffee, tastes nothing short of exceptional here.

5.



Potężenia
Connections



WAW → **OPO**
WARSZAWA PORTO

Sprawdź
Check

LOT.COM



POLSKA JEST NAJCIEKAWSZA

POLAND- BEYOND INTRIGUING

Certyfikaty Polskiej Organizacji Turystycznej to gwarancja atrakcyjności i usług na najwyższym poziomie. Nie bez powodu uznawane są za najważniejszą nagrodę w branży turystycznej. Oto kilka wyróżnionych miejsc.

A Polish Tourism Organisation certificate is both a mark of recommendation and a guarantee of top-quality service. It's not considered the industry's most prestigious award without reason. So let's take a look at some of the destinations that have earned this distinction.

FESTIWAL FANTASTYKI PYRKON POZNAŃ, 19–21 CZERWCA

Jeden z największych festiwali fantastyki w Europie, który co roku przyciąga do Poznania dziesiątki tysięcy fanów z całego świata. Jednak Pyrkon to coś więcej niż event – to „Fantastyczne Miejsce Spotkań”, w którym wielbiciele książek, filmów, komiksów i gier planszowych mają idealną przestrzeń do pogłębiania swojej pasji. To godziny nieprzerwanej zabawy, grania w gry, oglądania wystaw i odwiedzin fantastycznych wiosek oraz spotkań z twórcami. To również zakupy u ponad 300 wystawców mających w asortymencie nie tylko gadżety związane z popularnymi tytułami, ale też unikatowe rękodzielnicze wyroby. Zwińczeniem imprezy jest Maskarada, czyli barwny korowód uczestników przebranych za ulubione postacie. To idealny cel podróży dla poszukiwaczy niezwykłych wrażeń.

PYRKON FAN CONVENTION POZNAŃ, 19–21 JUNE

One of the largest fantasy festivals in Europe, Pyrkon attracts tens of thousands of fans from around the world to Poznań every year. More than just an event, it's a "Fantastic Meeting Place" – a space where fans of books, films, comics and board games can fully immerse themselves in their passions. It offers hours of uninterrupted fun: gaming, exhibitions, fantasy villages and meetings with creators. There's also shopping, with over 300 exhibitors offering not only merchandise tied to popular titles, but also unique, handcrafted pieces. The event culminates in the Masquerade – a colourful procession of participants dressed as their favourite characters. It's the perfect destination for anyone seeking something truly extraordinary.

pyrkon.pl



SKANSEN W SIERPCU PRZYGODA Z FOLKLOREM MAZOWSZA

Tradycyjne zagrody, zabytkowy wiatrak, kuźnia z paleniskiem, drewniany kościół oraz dwory ziemiańskie z odtworzonymi wnętrzami – oto żywy obraz wsi z przełomu XIX i XX w. i jedno z największych muzeów na świeżym powietrzu w Polsce. Na odwiedzających czekają też zwierzęta i uprawy ówczesnych odmian roślin, które oddają klimat dawnej wsi. Skansen żyje przez cały rok dzięki licznym wydarzeniom, warsztatom i pokazom – od wiosennych obrzędów po zimowy jarmark.

MUSEUM OF THE MAZOVIAN COUNTRYSIDE IN SIERPC A JOURNEY INTO THE FOLKLORE OF MAZOVIA

Traditional farmsteads, a historic windmill, a blacksmith's forge with a working hearth, a wooden church, and manor houses with faithfully recreated interiors form a vivid picture of rural life at the turn of the 19th and 20th centuries – and one of the largest open-air museums in Poland. Visitors can also encounter farm animals and heritage plant varieties that recreate the atmosphere of the old countryside. The museum remains alive year-round thanks to a rich programme of events, workshops and demonstrations – from springtime rituals to a winter fair.

mwmskansen.pl



MUZEUW POLSKIEJ WÓDKI WARSZAWA

Atrakcja na mapie Warszawy, która łączy edukację, historię i rozrywkę. Tu poznacie niezwykłą historię trunku, który od lekarstwa stał się jednym z najbardziej rozpoznawalnych polskich symboli. Zlokalizowane w zabytkowym budynku na terenie rewitalizowanego kompleksu Konesera na Pradze oferuje interaktywną wystawę poświęconą historii i kulturze polskiej wódki. Zwiedzanie z przewodnikiem.

POLISH VODKA MUSEUM WARSAW

An attraction on Warsaw's map that brings together education, history and entertainment. Here, you can discover the remarkable story of a spirit that evolved from a medicinal remedy into one of Poland's most recognisable symbols. Located in a historic building within the revitalised Koneser complex in the heart of Warsaw's Praga district, the museum offers an interactive exhibition dedicated to the history and culture of Polish vodka. Guided tours are available. muzeumpolskiejwodki.pl



OPOLE - STOLICA POLSKIEJ PIOSENKI OPOLE

To właśnie w legendarnym opolskim Amfiteatrze Tysiąclecia od ponad 60 lat odbywa się jeden z najstarszych festiwali muzycznych w Europie. Miasto zresztą żyje muzyką – odwiedzający mogą wędrować Trasą Muzycznych Murali, spacerować po Skwerze Artystów czy odkrywać Trasy Festiwalowe. Warto także zajrzeć do jedyne w Polsce interaktywnego Muzeum Polskiej Piosenki oraz odwiedzić Aleję Gwiazd.

OPOLW - THE OFFICIAL CAPITAL OF POLISH SONG OPOLE

It is here, in the legendary Millennium Amphitheatre in Opole, that one of Europe's oldest music festivals has been held for over 60 years. The city, in fact, lives and breathes music – visitors can follow the Musical Murals Trail, stroll through Artists' Square, or explore the Festival Routes. It's also worth stepping into Poland's only interactive Museum of Polish Song and visiting the Avenue of Stars.

opole.pl



SZTOLNIA CZARNEGO PSTRĄGA TARNOWSKIE GÓRY

Unikat wpisany na listę UNESCO. To najstarsza na świecie podziemna trasa turystyczna, którą pokonuje się... łodziami. Obiekt powstał w XIX w. jako część systemu odwadniania kopalni. Dziś jest świadectwem dawnej pracy górników. Zlokalizowana w malowniczym parku krajobrazowym sztolnia działa przez cały rok, oferując i tradycyjne zwiedzanie, i np. podziemne morsowanie – jedyne takie w Polsce.

BLACK TROUT ADIT TARNOWSKIE GÓRY

A one-of-a-kind UNESCO World Heritage Site, it is the world's oldest underground tourist route, explored by boat. Built in the 19th century as part of a mine drainage system, it now stands as a testament to the work of generations of miners. Located in a picturesque landscape park, the adit operates year-round, offering both traditional tours and, for example, underground cold-water bathing – the only experience of its kind in Poland.

kopalniasrebra.pl



TOP 15 *miejsc* *w Bieszczadach*

Top 15 Places
in Bieszczady

Tu podczas jednego dnia możesz stanąć na szczycie góry, popływać po jeziorze, a wieczorem patrzeć w niebo, na którym widać nawet 7 tys. gwiazd. Wybraliśmy kilka miejsc, które najlepiej oddają dzikość i magię tego regionu.

You can stand on a mountain peak, swim in a lake, and gaze at as many as 7,000 stars in the night sky – all on the same day. We've selected a few spots that best capture the wildness and magic of this region.

tekst / by **WERONIKA GRISZEL**

1

Połonina Wetlińska

Jeden z najbardziej charakterystycznych bieszczadzkich masywów, o kilku grzbietach, z których najwyższy to Roh (1255 m). O każdej porze roku zachwyca ciągnącymi się po horyzont falującymi połoninami (trawami) i lasami bukowymi, które najlepiej podziwiać w dolinie potoku Tworylczyk. Połonina Wetlińska i sąsiednia góra Smerek swoje nazwy zawdzięczają leżącym u ich stóp wsiom.

This is one of the most distinctive mountain ranges in the Bieszczady Mountains. It boasts several ridges, the highest of which is Mount Roh (1,255 m). There are wonderful landscapes of rolling meadows (grasses) and beech forests stretching to the horizon. These are best viewed in the Tworylczyk stream valley. Połonina Wetlińska and neighbouring Mount Smerek owe their names to the villages lying at their feet.



2.

***Szlak
Architektury
Drewnianej***
Wooden
Architecture
Trail

Prowadzi przez kilkadziesiąt świątyń i dawnych bojkowskich osad – część z nich, jak kościoły w Łopienka, Równia oraz Chmielu, należy do najcenniejszych zabytków w Polsce. Kilka obiektów, m.in. cerkwie św. Michała Archanioła w Smolniku oraz św. Paraskewy w Uściu Gorlickim, jest na liście UNESCO. Wiele z nich powstało bez użycia gwoździ, a ich konstrukcje opierają się na precyzyjnie łączonych elementach.

The trail leads through dozens of churches and former Boyko settlements – some of which, such as the churches in Łopienka, Równia, and Chmiel, are among the most valuable historical buildings in Poland. Several sites, including the Orthodox churches of St. Michael the Archangel in Smolnik and St. Paraskeva in Uście Gorlickie, are on the UNESCO World Heritage List. Many of them were built without the use of nails, their structures relying on precisely joined elements.



3. Torfowisko Tarnawa
Tarnawa Peat Bog

Najstarszy w okolicy ekosystem z absolutną ciszą, bo torf pochłania dźwięki. Mamy tu podmokłe łąki mchów, kępy traw, rośliny takie jak rosiczka czy żurawina błotna i maleńkie oczka wodne. Przez środek tego cuda prowadzi drewniana kładka – trasa liczy 2,4 km.

This, the oldest ecosystem in the area, is completely silent because the peat absorbs sound. There are wet patches of moss, tufts of grass, plants like sundew and marsh cranberry, and tiny ponds. A wooden footbridge runs through the centre of this 2.4 km natural wonder.



4. *Jeziro Solińskie* Lake Solina

Ten największy pod względem pojemności zbiornik retencyjny położony na rzece San zachwyca nieregularnym kształtem przypominającym rozgałęzione fiordy. Można po nim pływać kajakiem, żaglówką, supem albo wybrać się w rejs statkiem czy przejazd kolejką gondolową. Wokół jeziora czekają małe plaże, punkty widokowe i spokojne zatoki dostępne tylko od strony wody. A wieczorem tafla zamienia się w złote lustro, które trudno zapomnieć.

This reservoir, the largest in terms of capacity, on the San River, gives the appearance of branching fjords. You can kayak, sail, or stand-up paddleboard (SUP), or you can take a boat or gondola cruise. All around the lake, there are small beaches, viewpoints, and tranquil bays accessible only from the water. And in the evening, the surface transforms into a golden mirror – a sight that will stay with you.

5.

Rękodzieło Handicrafts

W Bieszczadzkiej Szkole Rzemiosła (tzw. ginących zawodów) w Uhercach Mineralnych spróbujecie kaligrafii, garncarstwa, a nawet upieczenie proziaki w tradycyjnym piecu. Na warsztaty można przyjść także z dziećmi, warto jednak wcześniej zarezerwować miejsce.

At the Bieszczady Craft School (also known as the vanishing crafts) in Uherce Mineralne, you can try your hand at calligraphy, pottery, and even bake proziaki in a traditional oven. Children are welcome to attend the workshops, but it's recommended to book in advance.



6.

Skansen w Sanoku Sanok Open-air Museum

Kuźnia, olejarnia, młyn wodny, XVIII-wieczne chałupy bojkowskie i łemkowskie czy zagroda z 1800 r. – w tym muzeum na wolnym powietrzu zobaczycie ponad 150 obiektów i poczujecie zapach świeżych wypieków z muzealnej piekarni (tutejsze jagodzianki są już legendarne).

There is a forge, an oil mill, a water mill, 18th-century Boyko and Lemko cottages, and a farmstead built in 1800. You can also savour the aroma of freshly baked goods from the museum bakery (the blueberry cakes are legendary).



Ze szczytu Małej Rawki (1272 m n.p.m.), na którą najlepiej dotrzeć drogą przez las z Przełęczy Wyżniańskiej, widać połoniny Caryńską i Wetlińską, a przy dobrej pogodzie nawet Tatry. From the summit of Mała Rawka (1,272 m asl), which is best reached by a forest road from the Wyżniańska Pass, you can see the Caryńska and Wetlińska Połoninas, and (weather permitting) even the Tatra Mountains.



8. Proziaki

Wheat pancakes

Tradycyjne placki z mąki, mleka i sody oczyszczonej (kiedyś „prozy”, stąd nazwa). Dawniej pieczono je na żeliwnej blasze nad paleniskiem, bez drożdży – miały być sycącą przekąską. Najlepiej smakują jeszcze ciepłe, z masłem, miodem albo konfiturą.

Traditional pancakes made from flour, milk, and baking soda (formerly "prosy"; hence the name). Historically, they were baked on a cast-iron baking sheet over a hearth, without yeast, and were intended as a filling snack. They taste best warm, with butter, honey, or jam.



9.

Zapora Solina Solina Dam

Jej skala robi wrażenie: betonowa ściana ma 82 m wysokości i ponad 600 m długości, a waży (bagatela) 2 mln ton. U jej stóp znajduje się ogromna elektrownia wodna. To właśnie ta konstrukcja zatrzymała wody Sanu i Solinki, tworząc Jezioro Solińskie. The scale is impressive: the concrete wall is 82 meters high, over 600 metres long, and it weighs in at (a paltry) 2 million tonnes. At its foot is a massive hydroelectric power plant. This structure retained the waters of the San and Solinka rivers, creating Lake Solina.





10.

Drezyny rowerowe Bicycle Draisines

Siadasz jak na rowerze, naciskasz pedały i jedziesz przed siebie – po starych nieużytych torach kolejowych. To świetna zabawa dla rodzin i grup znajomych, trasa startuje w Uhercach Mineralnych i liczy ok. 13 km (2,5 godz.). Warto zarezerwować je wcześniej.

You sit down as you would on a bicycle, and pedal along old, disused railway tracks. It's great fun for families and groups of friends. The route starts in Uherce Mineralne and is approximately 13 km (2.5 hours). It's advised to book in advance.



11. Bacówki Mountain Shelters

Kuszą prostotą i spokojem. Ta pod Małą Rawką słynie z naleśników z jagodami i serem, Jaworzec karmi legendarnymi fuczkami (łemkowskie placki z kiszzonej kapusty), a Bacówka pod Honem – pierogami. Wszystkie zachowały bieszczadzki klimat: drewniane ściany pachną żywicą, wnętrza sprawiają, że czujesz się jak u dobrych znajomych, są suszarnie butów, przechowalnie sprzętu, na Jaworcu działają nawet wypożyczalnia rowerów i plac zabaw.

Their simplicity and tranquillity beckon you in. The one under Mała Rawka is famous for its blueberry and cheese pancakes, Jaworzec serves legendary fuczkas (Lemko pancakes made with sauerkraut), and Bacówka pod Honem serves pierogi. All have retained their Bieszczady atmosphere – the wooden walls smell of resin, and the interiors make you feel as if you're here to stay. There are boot-drying rooms and equipment storage facilities, and at Jaworzec there is even a bike rental and a playground.



12.

Park Gwiezdnego Nieba Starry Sky Park

Bieszczady to jedno z najciemniejszych miejsc w Europie. Dlatego w 2013 r. powstał tu Park Gwiezdnego Nieba – po zmroku można zobaczyć w nim nawet 7 tys. gwiazd. Ma też zadanie chronić nocny ekosystem (żyje tu wiele gatunków zwierząt bardzo wrażliwych na światło). Polecam wybrać się na zorganizowaną obserwację nieba (z teleskopami).

The Bieszczady Mountains are one of the darkest places in Europe – as many as 7,000 stars are visible here. That's why the Starry Sky Park was established in 2013. The Park also aims to protect the nocturnal ecosystem (many species of animals highly sensitive to light live here). An organized sky tour (with telescopes) is highly recommended.





15.

Baligród

Ta kameralna miejscowość w sercu Bieszczad znana jest nie tylko z dawnej, ale dobrze zachowanej zabudowy, ale też z wyjątkowo aktywnego... Nadleśnictwa Baligród. Na

social mediach prowadzi ono najpopularniejszy w Polsce profil z nagraniami z fotopułapek, ciekawostkami o zwierzętach, pokazujący codzienność pracy leśników.

This intimate village in the heart of the Bieszczady Mountains is known not only for its ancient, yet well-preserved architecture, but also for the exceptionally active Baligród Forest District. It runs the most popular social media profile in Poland, featuring camera trap footage, interesting animal facts, and the day-to-day life of foresters.

MY POLAND Podkarpacie



Klasztor Karmelitów w Zagórzcu

Carmelite Monastery in Zagórze

Ruiny XVIII-wiecznej budowli stoją na wzgórzu, z którego rozciąga się widok na dolinę Osławy. Miejsce ma w sobie coś filmowego: poszarpane kamienne mury, samotna wieża i cisza. To jeden z tych zakątków, w których aparat sam ląduje w dłoni, a każdy kadr wygląda jak gotowa pocztówka.

The ruins of an 18th-century building stand on a hill overlooking the Osława River Valley. The place has a cinematic quality – jagged stone walls, a solitary tower, and silence. It's one of those places where the camera lands on your hand, and every frame looks like a picture postcard.

15. Cichy Memoriał

Silent Memorial

Otwarta przestrzeń, w której pamięć o ludziach związanych z Bieszczadami została zapisana w formie desekali, czyli dużych, malowanych na deskach portretów. Każde dzieło to osobna opowieść: o kimś, kto kiedyś tu żył, tworzył, działał, zostawił ślad. To miejsce, które zaprasza, żeby na chwilę się zatrzymać i przyjrzeć historii ludzi, o których pamięć wciąż tu żyje.

An open space where the memory of people connected to the Bieszczady Mountains is preserved in the form of deskalas (large portraits painted on wood). Every one of them tells a separate story about someone who once lived here, created, acted, and left their mark. This is a place that invites us to pause for a moment and consider the stories of those whose memories still live on here.



Połączenia
Connections

WAW → RZE
WARSAWA RZESZÓW

Sprawdź
Check

LOT.COM

LOT
POLSKA LINIA LOTNICZA

M

MURANO

ANIELEWICZA 15A

ZAMIESZKAJ NA WARSZAWSKIM
MURANOWIE

W SĄSIEDZTWIE MUZEUM POLIN I OGRODU KRASIŃSKICH



ZAPOZNAJ SIĘ Z OFERTĄ APARTAMENTÓW
I UDOGODNIENÍ

 **509 440 077**

WWW.MURANO.PROFBUD.PL

PROFBUD





Odkryj tajemnicze podziemia Dolnego Śląska

Discover the underground secrets
of Lower Silesia

Dolny Śląsk to jeden z najbardziej różnorodnych regionów w Polsce. Znajdziemy tu pasma górskie znane z unikalnych form skalnych i szlaków turystycznych, zamki, pałace oraz miejscowości uzdrowiskowe. Ale to nie wszystko – jedną z głównych atrakcji regionu jest Szlak Tajemniczych Podziemi.

Oto kilka punktów na trasie.

Lower Silesia is one of the most diverse regions in Poland. It is home to mountain ranges known for their unique rock formations and scenic hiking trails, as well as castles, palaces, and spa towns. But that's not all – one of the region's key attractions is the Trail of Mysterious Underground Sites. Here are a few highlights along the route.



Góry Sowie i sztolnie

W Górach Sowich natrafimy na pochodzącą z lat 1943–1945 sieć podziemnych tuneli, korytarzy i bunkrów, jakie powstawały w ostatnich etapach II wojny na rozkaz Adolfa Hitlera. Sztolnie Walimskie to zaś kompleks Rzczałka tworzony przez trzy połączone ze sobą poprzecznymi halami korytarze o długości ok. 500 m.

The Owl Mountains and underground adits

In the Owl Mountains, visitors encounter a network of underground tunnels, corridors, and bunkers dating from 1943–1945, built in the final stages of World War II on the orders of Adolf Hitler. The Walimskie Adits, in turn, include the Rzczałka complex – three corridors connected by transverse halls, with a total length of around 500 metres.



Kopalnia Złota w Złotym Stoku

Ma blisko 800 lat – jej zwiedzenie obejmuje przejście przez fragment Sztolni Gertrudy, skarbiec przedstawiający ilość wydobytego w kopalni złota, tzw. chodnik śmierci oraz Muzeum Przestróg, Uwag i Apeli.

Złoty Stok Gold Mine

With a history spanning nearly 800 years, the mine tour includes a walk through part of the Gertruda Adit, a treasury showcasing the amount of gold extracted over the centuries, the so-called "Death Gallery", and the Museum of Warnings, Cautions and Appeals.



Podziemne Miasto Osówka w Głuszyca

Tu odwiedzający mają do przejścia ok. 1500 m tuneli, hal, bunkrów i wyrobisk. To jedno z najciekawszych miejsc w Górach Sowich.

Osówka Underground City in Głuszyca
Visitors can explore around 1,500 metres of tunnels, halls, bunkers, and excavations. It is one of the most fascinating sites in the Owl Mountains.



Twierdze w Kłodzku i Srebrnej Górze

Pochodzące z czasów pruskich twierdze warowne wchodzą w skład linii umocnień, jakie w XVIII w. budowano na zajętych przez wojska Fryderyka Wielkiego Dolnym Śląsku. Udostępnione turystom kłodzkie podziemia obejmują wydrążone pod twierdzą tunele oraz korytarze pod starówką. Z kolei w Srebrnej Górze można zwiedzać, poza dziedzińcem i koroną fortu, m.in. usytuowane pod ziemią kazamaty.

Kłodzko Fortress and Srebrna Góra Fortress

Dating back to the Prussian era, these fortresses form part of the defensive system built in the 18th century in Lower Silesia, then occupied by the forces of Frederick the Great. The underground routes open to visitors in Kłodzko include tunnels carved beneath the fortress as well as corridors running under the old town. In Srebrna Góra, visitors can explore not only the courtyard and the fort's crown, but also underground casemates.



KREATYWNOŚĆ W BIZNESIE: KONFERENCJE W OTOCZENIU, KTÓRE INSPIRUJE

CREATIVITY IN BUSINESS: CONFERENCES IN AN INSPIRING SETTING

Współczesny lider wie, że najbardziej przełomowe pomysły rzadko rodzą się przy biurku. Powstają tam, gdzie umysł może odetchnąć, a zespół buduje relacje w atmosferze swobody i komfortu. Binkowski Resort w Kielcach to miejsce, gdzie biznesowa precyzja spotyka się z kojącą energią natury, tworząc idealny ekosystem dla rozwoju Twojej firmy.

PROFESJONALNE ZAPLECZE W SKALI MAKRO

Fundamentem każdego udanego wydarzenia w Binkowski Resort jest infrastruktura, która nie ogranicza organizatorów. Tutejsze centrum konferencyjne to synonim elastyczności – szereg klimatyzowanych sal, dzięki systemowi mobilnych ścian, dopasowuje się do wydarzeń o dowolnej skali. Najnowocześniejsze rozwiązania multimedialne i wsparcie techniczne na miejscu dają organizatorom komfort skupienia się na merytoryce.

KONCENTRACJA PROSTO Z NATURY

To, co wyróżnia ten obiekt na tle innych, to lokalizacja w sercu Parku Baranowskiego. Otoczenie lasu działa na uczestników konferencji jak naturalny katalizator kreatywności. Przerwa kawowa na tarasie, wśród szumu drzew, pozwala na błyskawiczną regenerację sił i powrót do obrad.

INTEGRACJA, KTÓRA NAPĘDZA ZESPÓŁ

W Binkowski Resort doskonale rozumieją, że wspólne doświadczenia budują silniejsze więzi niż godziny spędzone w sali wykładowej. Resort przygotował ofertę rekreacyjną, która staje się częścią każdego eventu.

BASENY TROPICALNE I SAUNY ŚWIĘTOKRZYSKIE

Prawdziwe palmy i błękitna woda tworzą egzotyczny mikroklimat dostępny przez cały rok. Dodatkowo w sezonie letnim goście mogą korzystać z basenu infinity na dachu, który oferuje relaks z widokiem na las – to idealne miejsce na wieczorny koktajl pod gołym niebem. Strefa Saun Świętokrzyskich to zaś miejsce wyciszenia, zaprojektowane z myślą o odzyskaniu równowagi i odpężeniu po dniu pełnym strategicznych decyzji.

ZORGANIZOWANE WYPRAWY E-BIKE

Hotel w pełni wykorzystuje potencjał okolicznych lasów, oferując firmom grupowe wycieczki na rowerach elektrycznych. Pod opieką instruktora zespoły przemierzają leśne szlaki, co stanowi doskonałą formę integracji. Słowem, Binkowski Resort to miejsce, w którym granica między obowiązkiem a przyjemnością zaciera się w sposób przynoszący wymierne korzyści dla efektywności zespołu.

A modern leader knows that the most groundbreaking ideas rarely emerge at a desk. They arise where the mind can breathe and teams build relationships in an atmosphere of ease and comfort. Binkowski Resort in Kielce is a place where business precision meets the soothing energy of nature, creating the perfect ecosystem for your company's growth.

PROFESSIONAL FACILITIES ON A GRAND SCALE

The foundation of every successful event at Binkowski Resort is infrastructure that does not limit organisers. The conference centre here is synonymous with flexibility – a range of air-conditioned rooms, thanks to a system of movable walls, can be adapted to events of any scale. State-of-the-art multimedia solutions and on-site technical support allow organisers to focus comfortably on content.

FOCUS INSPIRED BY NATURE

What sets this venue apart is its location in the heart of Baranowski Park. The forest surroundings act as a natural catalyst for creativity. A coffee break on the terrace, accompanied by the rustle of trees, allows for instant regeneration and a smooth return to the sessions.

TEAM-BUILDING THAT DRIVES THE TEAM

At Binkowski Resort, they understand that shared experiences build stronger bonds than hours spent in a lecture hall. The resort has prepared a range of recreational activities that become an integral part of every event.

TROPICAL POOLS AND ŚWIĘTOKRZYSKIE SAUNAS

Real palm trees and blue water create an exotic microclimate available year-round. Additionally, during the summer season, guests can enjoy the rooftop infinity pool, offering relaxation with a view of the forest – an ideal place for an evening cocktail under the open sky. The Świętokrzyskie Sauna Zone is a space for tranquillity, designed to restore balance and provide relaxation after a day full of strategic decisions.

ORGANISED E-BIKE TOURS

The hotel fully utilises the potential of the surrounding forests by offering group e-bike tours. Under the guidance of an instructor, teams explore forest trails, making it an excellent form of team integration. In short, Binkowski Resort is a place where the line between duty and pleasure blurs in a way that brings tangible benefits to team performance.



POLISH
TOURISM
ORGANISATION

#TASTEPLAND

POLSKIE PRODUKTY REGIONALNE. SMAK, KTÓRY OPOWIADA HISTORIĘ

POLISH REGIONAL PRODUCTS – A TASTE THAT TELLS A STORY

Polska kuchnia regionalna oraz polskie produkty regionalne stanowią jedno z najważniejszych ogniw dziedzictwa kulturowego kraju – są zapisem relacji między człowiekiem a naturą i historią. To opowieść o zwyczajach, klimacie oraz pokoleniach, które przez lata kształtowały smak w rytmie sezonowości. Właśnie ta wielowarstwowość sprawia, że polska kuchnia regionalna nie poddaje się łatwej standaryzacji i pozostaje przestrzenią nieustannego odkrywania.

Produkty regionalne to nośniki tożsamości, świadectwa historii oraz efekt pracy ludzi, którzy często przez całe życie doskonalą swoje rzemiosło. Ich wiedza, doświadczenie i przywiązanie do tradycji stanowią fundament jakości oraz autentyczności. Mapa smaków Polski jest niezwykle zróżnicowana. Każdy region – od Pomorza, przez Mazowsze i Podlasie, po Małopolskę, Śląsk czy Podkarpackie – wykształcił własne produkty i potrawy będące wynikiem uwarunkowań geograficznych, dostępności surowców, lecz także wpływów historycznych, migracji ludności oraz lokalnych zwyczajów. Wśród nich znajdują się m.in.: produkty mięsne jak krupniok śląski z Opolskiego, przetwory jak powidła śliwkowe z Doliny Dolnej Wisły z Kujawsko-Pomorskiego, powidła olenderskie z Mazowieckiego, żurawina z Kaszub, z Pomorskiego, czy chrzan nadwarciański z Łódzkiego, dania i potrawy jak babka ziemniaczana z Podlaskiego, rolada wołowa śląska, proziaki z Podkarpackiego, produkty mleczne jak oscypek z Małopolskiego, ser kozí łomnicki z Dolnośląskiego, ser kozí zamkowy z Lubuskiego, wyroby cukiernicze i piekarnicze jak marcepan kró-

lewiecki z Warmińsko-Mazurskiego, cebularz lubelski, opatowska Krówka Mleczna ze Świętokrzyskiego, rogal świętomarciński z Wielkopolskiego czy ryby jak sielawa wędzona z Pojezierza Drawskiego, z Zachodniopomorskiego.

Podróźni coraz częściej odkrywają regiony poprzez smak, poszukując autentycznych doświadczeń i kontaktu z lokalną kulturą. Produkty regionalne oraz tradycyjne dania stają się integralnym elementem podróży, a ich degustacja – formą poznawania miejsca w rytmie slow.

Naturalną konsekwencją tych doświadczeń jest przeniesienie smaków do własnej kuchni. Przywożone z podróży produkty – sery, wędliny, przetwory – pozwalają odtworzyć poznane potrawy i pogłębić relację z regionem. To nie tylko kulinarna praktyka, lecz także forma dialogu z tradycją i jej współczesną interpretacją.

Istotną rolę w tym procesie odgrywają systemy ochrony produktów regionalnych, funkcjonujące zarówno na poziomie krajowym, jak i europejskim. Zwiększają one rozpoznawalność oraz gwarantują autentyczność, co ma kluczowe znaczenie dla zachowania dziedzictwa kulinarnego.

Polska kuchnia regionalna to dynamiczna przestrzeń, która pozostaje niewyczerpanym źródłem inspiracji i różnorodności. Jest zaproszeniem do podróży oraz do świadomego uczestnictwa w historii, której ciąg dalszy wciąż powstaje. To historia, która nieustannie się rozwija – i której częścią warto się stać.



Polish regional cuisine and regional products are among the most vital elements of the country's cultural heritage – a record of the relationship between people, nature and history. They tell a story of customs, climate and generations who have shaped flavour over time, guided by seasonality. It is precisely this layered complexity that makes Polish regional cuisine resistant to easy standardisation, leaving it an ever-evolving space of discovery.

Regional products are carriers of identity, testimonies of history and the result of the work of people who often spend a lifetime perfecting their craft. Their knowledge, experience and deep-rooted respect for tradition form the foundation of quality and authenticity. The map of Polish flavours is remarkably diverse. Each region – from Pomerania, through Mazovia and Podlasie, to Lesser Poland, Silesia and Podkarpatie – has developed its own products and dishes, shaped by geography, the availability of ingredients, as well as historical influences, migration and local customs. Among them are meat products such as *krupniok śląski* from the Opole region; preserves like plum butter from the Lower Vistula Valley in Kuyavian-Pomeranian Voivodeship, *Olęder* plum preserves from Mazovia, Kashubian cranberries from Pomerania or Warta-region horseradish from Łódź Voivodeship; dishes such as *babka ziemniaczana* from Podlasie, Silesian beef roulade or *proziaki* from Podkarpatie; dairy products including *oscypek* from Lesser Poland, *Lomnica* goat cheese from Lower Silesia and *Zamkowy* goat cheese from Lubusz; confectionery

and baked goods such as Königsberg marzipan from Warmia and Masuria, Lublin *cebularz*, Opatów milk fudge from Świętokrzyskie, St. Martin's croissant from Greater Poland; as well as fish-like smoked vendace from the Drawsko Lakeland in West Pomerania.

More and more travellers are discovering regions through taste, seeking authentic experiences and a connection with local culture. Regional products and traditional dishes have become an integral part of travel, and tasting them – a way of exploring a place at a slower pace.

A natural extension of these experiences is bringing flavours home. Products purchased during a journey – cheeses, cured meats, and preserves – make it possible to recreate discovered dishes and deepen one's connection with a region. This is not only a culinary practice, but also a form of dialogue with tradition and its contemporary interpretation.

An important role in this process is played by systems protecting regional products, both at national and European level. They enhance recognition and guarantee authenticity, which is crucial for preserving culinary heritage.

Polish regional cuisine is a dynamic landscape – an inexhaustible source of inspiration and diversity. It is an invitation to travel, both geographically and through flavour, and to engage consciously in a story that is still being written. A story that continues to evolve – and one well worth becoming part of.

ŻYJEMY W ZŁOTEJ KONCERTOWEJ ERZE

We Live in a Golden Age of Concerts

To nieprawda, że młoda publiczność wychowana w cyfrowym świecie nie potrzebuje tworzyć wspólnoty.

Otóż potrzebuje jak nigdy dotąd

- mówi **Mikołaj Ziółkowski**, szef agencji Alter Art i Open'er Festival w Gdyni.

"To say that young people, who have grown up in a digital world, don't need to form communities is absolute rubbish. If anything, they need them more than ever", says Mikołaj Ziółkowski, head of the Alter Art agency and the Open'er Festival in Gdynia.

tekst / by **AGNIESZKA MICHALAK**



PL

Jak to jest prowadzić – chyba to nie będzie nadużycie – najważniejszy i najmłodniejszy dziś festiwal w Polsce?

To ma być wywiad o mnie (*śmiech*)? Wiesz, że lubię stać w cieniu.

Nie wyciągnę od Ciebie, jak Snoop Dogg i Sam Smith mieli zachcianki przed koncertami w Gdyni? Lub czy Dua Lipa była bardzo zła, kiedy po odwołanym z powodu burzy koncercie w 2022 r. zgarnęliście ją do hangaru?

Nie była zła, wręcz przeciwnie, powiedziałbym, że i ona, i menedżer, którym jest jej tata, oraz cała ekipa dobrze zrozumieli sytuację całkiem niezależną od nas. Dua Lipa to świetna dziewczyna, obiecała wtedy, że wróci na Open'era, jak tylko będzie to możliwe. I słowa dotrzymała. Pojawiła się dwa lata później. Ale rzeczywiście nie chcę opowiadać o artystach, bo szanuję dyskrecję. Mogę za to powiedzieć, że wielu twórców pozytywnie mnie zaskakuje, kiedy przy okazji występu w Gdyni np. ktoś chce wybrać się do stoczni i posłuchać o upadku komunizmu. Przy okazji grania na Kraków Live Festival zdarzało się, że artysta chciał pojechać do Auschwitz, a po występie na Orange Warsaw Festival – odwiedzić Muzeum Powstania Warszawskiego czy POLIN. Taki Jack White, którego rodzina pochodzi z Polski, poprosił, by obwieścić go po kilku podgórskich miejscowościach, w których ma korzenie.

Chcesz powiedzieć, że wielu artystów, którzy grają na Open'rze, przyjeżdża na festiwal także ze względu na miejsce, kontekst historyczny?

Też. O tym, czy dany muzyk lub zespół do nas przyjedzie, decyduje kilka czynników. Po pierwsze terminy – rozmowy zwykle zaczynamy dwa, a nawet trzy lata do przodu, bo z takim wyprzedzeniem są planowane trasy koncertowe dla tych, którzy grają festiwale. Pamiętajmy, że wielu artystów chce występować wyłącznie solo, bo daje show i chce mieć scenę oraz uwagę fanów tylko dla siebie. Niektóre gwiazdy z kolei grają tylko w kameralnych przestrzeniach. I też nie ma szans ich zaprosić. Oprócz terminu i momentu w roku, czyli początek lipca, są jeszcze stawki – te negocjujemy indywidualnie, dzięki relacjom, które latami tworzymy z menedżerami. I oczywiście marka Open'er, którą budujemy od 2002 r. Kto tyle lat istnieje na rynku?

ENG

What's it like to run – and this is no exaggeration – what is arguably the most important and trendy festival in Poland today?

Is this going to be an interview about me (laughs)? You know I like to remain behind the scenes.

I'm not going to get you to divulge the whimsical demands that Snoop Dogg and Sam Smith made before their Gdynia concerts, am I? Or whether Dua Lipa was livid when you whisked her off to the hangar after her 2022 concert was on account of the weather?

She wasn't angry. On the contrary, I'd say that she, her manager (who happens to be her dad), and the whole team not only understood that the situation was beyond our control, but we also had a good laugh in that hangar. We probably just needed to let off some steam. Dua Lipa is a lovely girl. She promised that she'd come back to Open'er as soon as she could, and true to her word, she appeared two years later. But I really don't want to talk about the artists, as I respect their privacy. I can say, however, that many artists pleasantly surprise me when, while performing in e.g. Gdynia, they want to visit the Shipyard and learn about the fall of communism. When playing at the Kraków Live Festival, artists sometimes wanted to visit Auschwitz, or the Warsaw Uprising Museum or POLIN after the Orange Warsaw Festival. Jack White, whose family comes from Poland, asked to be taken on a tour of a few towns in the Podgórze region where he has roots.

Are you saying that many of the artists who perform at Open'er also come to the festival because of the venue and its historical context?

Sure. Whether a particular musician or band comes to us depends on several factors. Firstly, the dates – we usually start discussions two, or even three years in advance, because concert tours for those who play at festivals are planned that far ahead. Keep in mind that a lot of artists want to perform exclusively as solo acts, because they put on a show and want to have the stage and the fans all to themselves. Others only play in intimate venues. And there's no chance of booking them either. Apart from the date and time of year (early July) there's the fee, which we negotiate on a case-by-case basis thanks to the relationships we've built up with their managers over the years. And, of course, there's the Open'er brand, which we've been building since 2002.



Tworzymy przestrzeń do tego, by ludzie mogli być razem. Wspólnie przeżywać muzykę, płakać, krzyczeć, pisać, przytulać się. To dopiero jest piękne. To rzeczywiście zobowiązuje.

They come together to experience the music. They cry, shout, scream, jump and hug each other.

It's really beautiful. And it's real commitment.



Stonesi.

Ale Mick Jagger to wybitny marketingowiec. Powtarzają to ludzie z jego najbliższego otoczenia. Zawsze dokładnie wiedział, gdzie oraz dla kogo ma zagrać, a które imprezy należy odpuścić. To absolutny fenomen. Ale podoba mi się to porównanie.

Chciałabym jednak wrócić do Ciebie – bo to Twoja wrażliwość, wycucie rynku, nastrojów, gustów publiczności stoją za organizacją Open'era. Pamiętasz pierwszy koncert, na którym byłeś i zrobił na Tobie wrażenie? Co lub kto Cię ukształtował?

Uparta jesteś... Wywodzę się ze sceny alternatywnej, czyli z małych, niezależnych przestrzeni koncertowych, w których działałem od liceum. Wtedy też, czyli 30 lat temu, zorganizowałem pierwszy koncert. To był początek lat 90., czasy grunge'u, czyli ostatniej dużej rewolucji w muzyce. Świetny moment, kto wie, czy nie najlepszy w historii muzyki. Dobrze też pamiętam emocje na koncercie Pearl Jam w 1996 r. w Warszawie

Only the Stones have been around for that long.

But Mick Jagger is brilliant at marketing. At least, that's what those closest to him keep saying. He's always known exactly where and for whom to perform – and which gigs to turn down. He's a phenomenon. But I like your comparison.

I'd like to come back to you, though – because your sensitivity, your feel for the market, as well as the moods and tastes of the audience, stand behind the Open'er organisation. Do you remember the first concert that really made an impression on you? What or who shaped you?

You're persistent. I come from the alternative scene, i.e. small, independent venues that I've been into since high school. That's also when, 30 years ago, I organised my first gig. It was the early 90s, and grunge ruled. That was the last major revolution in music. It was a wonderful time. Who knows? It might have been the best period in the history of music. I also vividly recall



i rozmowę z Eddiem Vedderem przed ich występem. A kilka lat później ta legenda przyjeżdża do Gdyni...

Twojego miasta rodzinnego...

Wyjechałem stamtąd jako 18-latek na studia i zostałem w Warszawie. Dziś to ona jest moim miastem, które mnie muzycznie wychowało. Chociaż jako Gdynianin jestem dumny, że właśnie w tej niewielkiej przecież Gdyni udało się stworzyć festiwal, na który zjeżdżają ludzie nie tylko z całego kraju, ale też z zagranicy. Czasem gdzieś na świecie widzę plakat promujący tournée jakiegoś twórcy. Widnieją na nim najważniejsze miasta Europy, w których zagra koncerty: Paryż, Amsterdam, Londyn, Mediolan, Madryt, Barcelona i... Gdynia. Wtedy trochę bardziej dociera do mnie, że jesteśmy w absolutnej festiwalowej superlidze, i naprawdę czuję satysfakcję.

Alter Art, którą prowadzisz, organizuje kilka festiwali z Open'erem na czele. Bycie promotorem kultury to chyba duża odpowiedzialność?

Wspólnie z całą ekipą pracujemy na emocjach, które dziś są chyba ważniejsze niż wtedy, kiedy rodził się Open'er. W coraz bardziej zdigitalizowanym świecie emocje są rozproszone, a my tworzymy przestrzeń do tego, żeby ludzie mogli być razem. I to jeden z najważniejszych elementów tej układanki. To nasza namacalna zapłata – widzimy rok w rok ok. 150 tys. ludzi pod kilkoma scenami na obszarze 80 ha. Są razem, wspólnie przeżywają muzykę, płaczą, krzyczą, piszczą, skaczą, przytulają się. To jest dopiero piękne. To rzeczywistość zobowiązuje. Koncerty to jeden z ostatnich bastionów spotkań, tworzenia wspólnoty. To nieprawda, że młoda publiczność wychowana w cyfrowym świecie jej nie potrzebuje. Otóż potrzebuje jak nigdy dotąd. I mogłoby się wydawać, że jako festiwal po tylu latach osiągnęliśmy pewną stabilizację. Guzik prawda. Jest dokładnie odwrotnie, bo rzeczywistość nieustannie się zmienia, musimy stale czuć vibe miasta, przestrzeni, muzyki, która na poziomie technologii, procesów, pozycji, nowych brzmień rwie stale do przodu.

Wyczerpujące fizycznie i psychicznie.

To skomplikowana branża, którą tworzą artyści. Każdego dnia ktoś może odwołać koncert, mieć lepszy bądź gorszy moment. I do chwili, kiedy muzyk nie zejdzie ze sceny albo nie zamknijemy bram, wszystko może się wydarzyć, a my musimy się z tym zmierzyć. Od choroby przez transport, od pogody przez różne inne rzeczy. Krąży taki żart, że jeśli ktoś pracuje w tej branży z powodu pasji, to ma przed sobą dwie drogi: albo bankrutuje, albo umiera. Tutaj każdy dzień jest wyzwaniem. I niczego do końca nie da się zaplanować. Dlatego kiedy ktoś nas krytykuje, przyjmujemy to z pokorą, staramy się wyjść naprzeciw oczekiwaniom, ale nie nakręcamy się.

Mikołaj Ziółkowski

– promotor kultury,
prezes zarządu
i twórca agencji **Alter Art, która organizuje m.in. Open'er Festival i Orange Warsaw Festival.**

– cultural promoter,
CEO and founder
of Alter Art, the agency
behind events such
as the Open'er Festival
or Orange Warsaw
Festival.

Open'er Festival odbywa się w Gdyni oraz w gminie Kosakowo od 2003 r. Dotychczas wystąpili na nim m.in. Prince, Coldplay, Dua Lipa, Bruno Mars, Linkin Park, Lana Del Rey, Kendrick Lamar, The Weeknd, Foo Fighters, Arctic Monkeys, The White Stripes czy Björk i Franz Ferdinand.

The Open'er Festival has been held in Gdynia and the municipality of Kosakowo since 2003. Over the years, it has hosted artists such as Prince, Coldplay, Dua Lipa, Bruno Mars, Linkin Park, Lana Del Rey, Kendrick Lamar, The Weeknd, Foo Fighters, Arctic Monkeys, The White Stripes, as well as Björk and Franz Ferdinand.

the excitement at the 1996 Pearl Jam concert in Warsaw and the conversation I had with Eddie Vedder before they went on. And then, a few years later, this legend came to Gdynia.

Your hometown.

I left there to go to university when I was 18, and I ended up staying in Warsaw. This is now my city; the one that has raised me musically. Although, as a native of Gdańsk, I am proud that it was in Gdynia – a relatively small city – that this festival, which attracts people from all over the country, and abroad, was created. Sometimes, somewhere in the world, I see a poster promoting an artist's tour. It lists the major European cities where they will be performing: Paris, Amsterdam, London, Milan, Madrid, Barcelona and... Gdynia. That's when it really hits home that we're in the festival super league, and that gives me a real sense of satisfaction.

Alter Art, which you run, organises several festivals, Open'er being the main one. Promoting culture must be a huge responsibility.

The whole team is focused on feelings, which are probably more important now than when Open'er began. In an increasingly digitalised world, feelings are scattered, and so we create a space where people can be together. And that is one of the most important pieces of this jigsaw. That is our tangible reward – year after year, we see 150,000 people gathered around several stages on an 80-hectare site. They come together to experience the music. They cry, shout, scream, jump and hug each other. It's really beautiful. And it's real commitment. Concerts are one of the last bastions of coming together and building communities. To say that young audiences, who have grown up in a digital world, don't need them is absolute rubbish. If anything, they need them more than ever. You might think that after all these years, we've achieved a certain stability as a festival. And you'd be wrong. It's exactly the opposite, because the world is constantly changing. We have to keep abreast of the vibe of the city, the venue and the music, which is constantly advancing in terms of technology, processes, positioning and new sounds.

It's physically and mentally exhausting.

This is a complex industry created by artists. Any day can be a good one or a bad one for somebody. And until the musician steps off the stage and we close the gates, anything can happen. And we have to deal with it – illness, transport, weather, and a whole host of other things. It's a running joke that if you work in this industry out of passion, you will either go bankrupt or die. Every day is a challenge. And you can't really plan anything to the end. That's why, when someone criticises us, we take it in our stride. We try to meet expectations, but we don't get carried away.

Â propos bankructwa – udział w koncertach stale rośnie, ale rosną też koszty organizacji imprez masowych, honoraria, ceny biletów. Jak to wygląda z Twojej perspektywy?

Rzeczywiście, żyjemy w złotej koncertowej erze. Ta branża nigdy nie miała się tak dobrze, artyści nigdy nie zgarniali takich honorariów za występ. Mówię o tych, którzy osiągnęli pozycję. Chociaż można ją dziś zdobyć w miesiąc. A w kolejne trzy wyprzedać stadion – cóż, znak czasów. Jednak to, że nigdy w historii nie było tylu koncertów, artyści nie byli tak dostępni, to gigantyczny sukces promotorów, efekt ich ciężkiej konsekwentnej pracy. Dziś udział w koncercie jest modny, jest elementem stylu. Z drugiej strony boli mnie, że mniejsze kluby z muzyką alternatywną nie nadążają za tymi zmianami. Tu honoraria tak nie rosną. Powinna być większa równowaga. Kameralne kluby, małe koncerty nie mogą zniknąć z rynku. Ceny biletów też powinny być bardziej stabilne, żeby każdy mógł z nich skorzystać. Na szczęście wielu największych artystów uważa, że ceny na ich występy muszą być adekwatne do kosztów, dostępne dla wszystkich, żeby koncert nie był tylko dla najbardziej zamożnych.

Coś Cię jeszcze w branży muzycznej niepokoi?

Mamy social media, digitalizację, AI i musimy z nich korzystać. Z drugiej strony powinniśmy być w kontrze. Myślisz, że dzięki dostępowi do katalogu muzyki z całego świata ludzie słuchają więcej płyt? Lub znają więcej artystów? Nie! Badania mówią, że w okolicach trzydziestki przestajemy słuchać nowej muzyki. Koncentrujemy się na artystach, których znamy i lubimy. Dlatego naszym zadaniem jako organizatora festiwalu jest pokazać różnorodność. Wyjąć słuchaczy z ich bańki, namówić na otwarcie się na kogoś, kogo do tej pory nie znali. Ludzie! Powstaje przecież tyle dobrej muzyki na świecie, tylko trzeba po nią sięgnąć. Ta otwartość, polegająca na zrozumieniu, że muzyka cały czas się zmienia, powinna być elementarzem każdego.

I dlatego na tegorocznym Open'erze wystąpią i Nick Cave, The Cure, Addison Rae, Halsey, i Pinkpantheress.

Nigdy nie będziemy festiwalem, który pokaże wyłącznie jeden gatunek, bo akurat jest modny, albo wręcz przeciwnie – zagra tylko muzykę sprzed 15 czy 20 lat. Lubimy zderzenia. Kręci nas dobra muzyka, która prze-

Speaking of bankruptcy, concert audiences are constantly rising, but so are the costs of putting on large-scale events, e.g. artists' fees and ticket prices. How does it look from where you're sitting?

We're definitely living in a golden age of concerts. The industry has never been in such good shape, and artists have never commanded such high fees. I'm talking about artists who have made a name for themselves, although that can be achieved in a month nowadays. And stadiums can be sold out in the next three. Oh well, that's a sign of the times. However, the fact that there have never been so many concerts, and that artists have never been so accessible, show that the hard and consistent work that promoters have put in has paid off handsomely. Going to a concert is now fashionable; it's part of a lifestyle. On the other hand, it pains me that smaller clubs playing alternative music aren't keeping up with these changes. Their fees are not increasing like that. There should be a better balance. Intimate venues and small concerts cannot be allowed to disappear. Ticket prices should also be more stable, so that anyone can afford them. Fortunately, a lot of big-name artists believe that the prices for their performances should be commensurate with the costs of putting them on and so be accessible to everyone. This ensures that concerts aren't the preserve of the very wealthy

Is there anything else in the industry that bothers you?

We have social media, digitalisation and AI, and we have to make use of them. On the other hand, we should be going against the grain. Do you think that, despite having access to a catalogue of music from all over the world, people are listening to more albums? Or do they know more artists? No way. Research shows that we stop listening to new music in our thirties. We focus on the artists that we know and like. That is why our task as festival organisers is to showcase diversity. To take listeners out of their bubble. To persuade them to open up to someone they know nothing about. People! After all, so much good music is being created in the world – you just have to reach out for it. This openness, based on accepting that music is constantly changing, should be a basic principle for everyone.

That's why Nick Cave, the Cure, Addison Rae, Halsey, and Pink Pantheress are appearing this year.

We'll never be a festival that focuses exclusively on a single genre just because it's currently in vogue, or, conversely, one that only plays music from 15 or 20 years ago. We like contrasts. We're into good music that stands the test of time. Take Nick Cave – he's recording his best albums right now; The Cure's latest album is brilliant, as is the record by influencer Addison Rae, who operates in a different reality. But she's a sensation. And that's the point. You come to us and broaden your horizons.



1

Na tegorocznym Open'er Festival wystąpią m.in.
1. PinkPantheress; 2. The xx;
3. Florence + The Machine;
4. Calvin Harris; 5. The Cure;
6. Nick Cave & The Bad Seeds; 7. Zara Larsson.
 This year's Open'er Festival will feature artists such as
 1. PinkPantheress; 2. The xx;
 3. Florence + The Machine;
 4. Calvin Harris; 5. The Cure;
 6. Nick Cave & The Bad Seeds; 7. Zara Larsson.



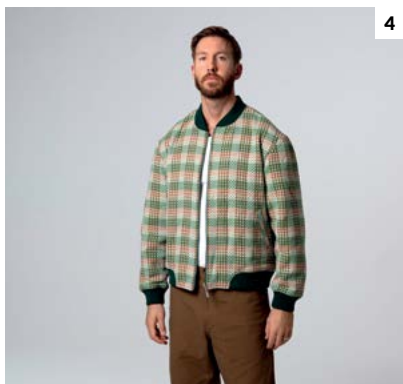
2



3



5



4

W okolicach trzydziestki przestajemy słuchać nowej muzyki. Koncentrujemy się artystach, których znamy i lubimy. Dlatego naszym zadaniem jako organizatora festiwalu jest pokazać różnorodność.

Research shows that we stop listening to new music in our thirties. We focus on the artists that we know and like. That is why our task as festival organisers is to showcase diversity.



6



7

trwa próbę czasu. Taki Nick Cave właśnie teraz nagrywa swoje najlepsze płyty, ostatni album The Cure jest genialny, podobnie jak krążek influencerki Addison Rae, która funkcjonuje w innej rzeczywistości. Ale robi furorę na rynku. I to jest to. Przyjeżdżasz do nas i rozszerzasz horyzonty.

Ubiegłoroczny koncert Massive Attack był antywojennym manifestem politycznym. Czy scena to dobre miejsce, by o tym rozmawiać? Masz jakiś wpływ na to, z czym na scenie wystąpi artysta?

Dziś wszystko jest polityką. To, jakim samochodem jeździsz, jakiego telefonu używasz, które kraje odwiedzasz i jaki masz paszport. Nie da się być apolitycznym. A artyści mają różną wrażliwość. Niektórzy w swojej twórczości koncentrują się na relacjach międzyludzkich, śpiewają o miłości czy przemijaniu. I to jest OK, musimy dawać im na to przestrzeń. Ale są też tacy, których trawią problemy społeczne, nietolerancja, wojny. I uważają, że scena to miejsce, z którego właśnie o tym też powinno się rozmawiać. Jako promotor mówię: „proszę bardzo”, bo na naszych scenach funkcjonuje wolność artystyczna. To zachodnie osiągnięcie w kulturze. Jednak jako kurator dbam też o granice tego dyskursu. Jeśli artysta nawołuje do nienawiści, to mówię „nie”. Dlatego np. Kanye West – przynajmniej na razie – u nas nie wystąpi. A wracając do Massive Attack – od lat wykorzystują bieżące tematy w swoich scenicznych wizualizacjach. Byliśmy na to przygotowani. Czy mamy wpływ na to, co wydarzy się na scenie – raczej nie. Oddajemy tę odpowiedzialność artystom. I nie chcemy tego zmieniać. ■

Last year's Massive Attack concert was an anti-war political statement. Is the stage a good place to discuss this? Do you have any influence over what an artist performs on stage?

Everything is political these days – the car you drive, the phone you use, the countries you visit, and the passport you hold. It's impossible to be apolitical. And different artists have different sensibilities. Some focus on human relationships, singing about love or the passing of time. And that's fine. We have to give them space for that. But there are also those who are consumed by social issues, intolerance, and war. And they believe that these issues should be thrashed out on the stage. As a promoter, I say “Go ahead”, because artistic freedom reigns on our stages. It's a Western cultural achievement. However, as a curator, I also ensure there are boundaries to this discourse. I say “no” to any artist who wants to incite hatred. That's why, e.g., Kanye West won't be performing here any time soon. But to get back to Massive Attack – they've been using current issues in their stage visuals for years. We were prepared for that. Do we have any influence over what happens on stage? Not really. We leave that responsibility to the artists. And we don't want to change that. ■





KSIĘŻNICZKA ODZYSKAŁA KORONĘ

*THE PRINCESS RECLAIMS
HER CROWN*

Od nastolatki w tiulowych spódnicach, przez publiczny lincz, aż po status ikony, którego nikt nie odważy się już podważyć. Anne Hathaway dokonała cudu – przetrwała w Hollywood i wróciła jeszcze silniejsza.

From a teenager in tulle skirts, through a very public takedown, to untouchable icon status. Anne Hathaway has pulled off a miracle – she survived Hollywood and came back stronger.

tekst / by **DIANA RYMUZA**

PL

Zanim zaczęła się ubierać u Prady, była po prostu dziewczyną z New Jersey z nazwiskiem, które brzmiało jak żart z podręcznika do literatury angielskiej, bo tak samo nazywała się żona Szekspira. Córka prawnika i aktorki, dorastała w katolickim domu i marzyła o tym, by zostać zakonnica. Jednak powołanie zderzyło się z rzeczywistością, kiedy jej brat, Michael, wyznał, że jest gejem. Nastolatce trudno było zrozumieć, iż instytucja, z którą wiązała swoją przyszłość, nie potrafi w pełni zaakceptować tak ważnej dla niej osoby. Dlatego postanowiła zmienić plan na życie, a habit na kostiumy i iść w ślady matki Kate McCauley, kiedyś cenionej aktorki teatralnej, która poświęciła się wychowaniu trójki dzieci.

Anne pierwsze kroki stawiała w telewizji, ale sukces przyszedł szybko, bo zaledwie po dwóch latach. Disneyowski *Pamiętnik księżniczki* (2001) z dnia na dzień zrobił z niej ulubioną nastolatkę Ameryki. To był kasting idealny – Anne naprawdę spadła z krzesła podczas przesłuchania, co zapewniło jej rolę. Miała te wielkie sarnie oczy, które kamera kochała, i tę nieszczęsną grzywkę, którą połowa świata chciała kopiować. Była jednak zbyt bystra i ambitna, by pozostać jedynie kolejną naiwną, wyluzowaną „kumpelą” z filmów familijnych.

ROZRYWANIE GORSETU

Ucieczka od wizerunku grzecznej dziewczynki, utrwalonego przez występy w *Ellie zaklętej* i drugim *Pamiętniku*, okazała się nader gwałtowna. W oscarowej *Tajemnicy Brokeback Mountain* (2005) Anga Lee nie tylko znakomicie sportretowała teksańską dziewczinkę z natapirowaną fryzurą i chłodnym spojrzeniem. Ale też po raz kolejny wystąpiła nago (kilka miesięcy wcześniej pokazała piersi w *Spustoszeniu* Barbary Kopple).

ENG

Before she started dressing in Prada, Hathaway was just a New Jersey girl who shared the name of Shakespeare's wife. The daughter of a lawyer and an actress, she grew up in a Catholic household and once dreamed of becoming a nun. That calling was abandoned when her brother Michael came out as gay. As a teenager, she struggled to accept that the institution she had planned to devote her life to could not fully accept someone so important to her. So she changed course – swapping the habit for costumes and following in the footsteps of her mother, Kate McCauley, a respected stage actress who gave up her career to raise three children.

Hathaway started out in television and found success just two years later. The Disney hit *The Princess Diaries* made her America's favourite teen overnight. It was perfect casting – she famously fell off her chair during the audition, which won her the role. She had those wide, doe eyes the camera loved, and that unfortunate fringe half the world tried to copy. But she was way too ambitious – and savvy – to remain just another breezy, girl-next-door forever typecast for family films.

TEARING OFF THE CORSET

The shedding of her good-girl image was brought about by *Ella Enchanted* and the second *Princess Diaries*. In Ang Lee's *Brokeback Mountain*, she not only delivered a brilliant portrayal of a Texas heiress with a towering hairstyle and icy gaze, but

Anne Hathaway podczas South by Southwest Film Festival w Austin, na którym promowała produkcję *Na samą myśl o tobie*.

Anne Hathaway at the South by Southwest Film Festival in Austin, where she was promoting the film *The Idea of You*.



To była artystyczna deklaracja niepodległości rzucona w twarz producentom: „Księżniczka nie mieszka już pod tym adresem”. Potem przyszedł rok 2006 oraz kultowa dziś produkcja *Diabeł ubiera się u Prady*, na podstawie bestselleru o tym samym tytule autorstwa Lauren Weisberger. Film nie tylko o modzie, bo przede wszystkim był to moment, w którym Hathaway weszła na ring z samą Meryl Streep i – ku zaskoczeniu krytyków – nie dała się znokautować. A wielka Meryl w wywiadach rozplątywała się nad talentem młodszej koleżanki, mówiąc: „Anne to aktorka, która jest w stanie zagrać wszystko”. Paradoksalnie jednak znów dała się zaszufładować, ponieważ świat zobaczył w 23-latkę nową ikonę komedii romantycznych. Stała się twarzą wielkomiejskiego szyku i miłosnych perypetii, która sprzedaje każdy bilet do kina. Ponownie musiała szukać wyjścia ewakuacyjnego.

also appeared nude once again (having shown her breasts months earlier in Barbara Kopple's *Havoc*).

It was an artistic declaration of independence to producers – “the princess no longer lives here”. Then came 2006 and the now-iconic *The Devil Wears Prada*, based on Lauren Weisberger's bestselling novel. This was a film about fashion, but above all, it got Hathaway to step into the ring with Meryl Streep. To the critics' surprise, Hathaway was not knocked out. In fact, Streep later raved about her younger co-star: “Anne is an actress who can play anything”.

Paradoxically, she found herself boxed in again – the world saw a new rom-com queen in the 23-year-old. She became the face of big-city glamour and romantic chaos, and was a guaranteed box office draw. Once again, she needed an out.



SZYBKA LEKCJA DORASTANIA

Znalazła je w oparach dymu papierosowego i niezależnym hicie *Rachel wychodzi za mąż* (2008). Jonathan Demme, twórca *Milczenia owiec*, powierzył w tym filmie Anne rolę narcomanki na przepustce z odwyku. Z zadania wywiązała się na medal, a raczej na nominację do Oscara, zaś branża filmowa rozumiała, że ta dziewczyna z tłustymi włosami i spojrzeniem pełnym autoagresji nie boi się być brzydka i nieprzyjemna. Los jednak znów okazał się kapryśny. Podczas gdy

1. Anne Hathaway i Meryl Streep w pierwszej części kultowego *Diabeł ubiera się u Prady*. 2. Kontynuację filmu zobaczymy na polskich ekranach od 1 maja. 3. W 2023 r. Anne zagrała w filmie *Eileen*. 4. A w 2014 r. w oscarowym obrazie *Interstellar* u boku Matthew McConaughey.

CRASH COURSE IN GROWING UP

She found it in cigarette smoke and the indie hit *Rachel Getting Married*. Jonathan Demme, the creator of *The Silence of the Lambs*, cast her as a recovering addict taking some time out from rehab. She delivered an Oscar-worthy performance, and the industry took notice – this girl, with greasy hair and self-destructive intensity, wasn't afraid to be ugly or unlikeable. But the wheel of fortune turned again. As her career soared, her private life became tabloid fodder. Her relationship with developer Raf-

kariera młodej gwiazdy szybować, życie prywatne zmieniło się w film z sensacyjnym scenariuszem.

Związek z deweloperem Raffaello Follierim zakończył się nalotem FBI na ich wspólny apartament. Follieri okazał się oszustem piorącym pieniądze, a Hathaway – choć tuż przed skandalem za radą rodziny zerwała z włoskim narzeczoną, a potem została oczyszczona z zarzutów – stała się bohaterką brukowców. Śledczy zarekwirowali

STAŁA SIĘ SYMBOLEM „IRYTUJĄCEJ PRYMUSKI”

- SZTUCZNEJ, ZIMNEJ I ZDYSTANSOWANEJ...

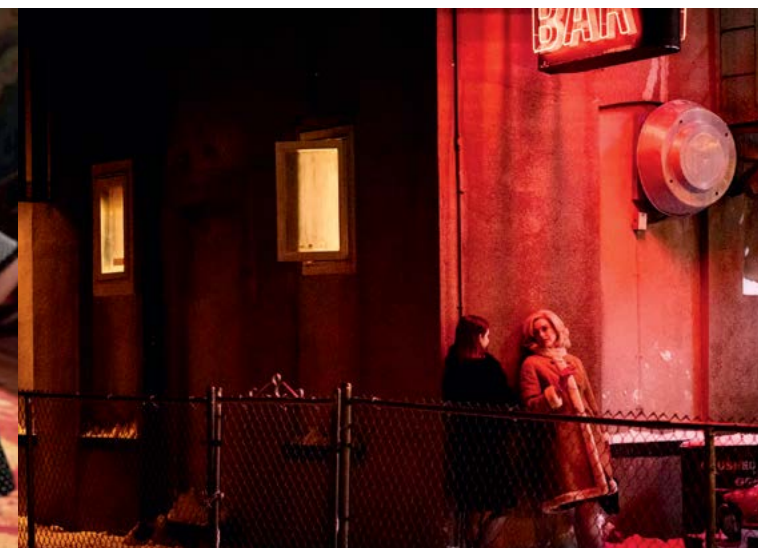
She came to epitomise the “annoying overachiever” – polished, distant, overly composed.

faello Follieri ended with an FBI raid on their shared apartment. Follieri turned out to be a fraud involved in money laundering, and Hathaway – although she had broken off the relationship just before the scandal and was later cleared of any wrongdoing – was front-page material. Investigators seized not only jewellery he had bought her, but also her private journals

“I felt like the ground had fallen out from under me”, she later told Rolling Stone, calling that period a “crash course in growing up” in Vogue. Instead of withdrawing, she threw herself into work. That’s when her almost punishing work ethic was born – if I really stand out then no one will remember my past missteps.

HATHAHATE - WHEN PERFECTION BACKFIRES

As Fantine in *Les Misérables*, Hathaway went all in. A punishing diet, cutting her hair on camera,



nie tylko biżuterię, którą kupił jej Raffaello, lecz również prywatne pamiętniki i zapiski aktorki.

„Czułam się, jakby usunął mi się grunt spod nóg” – wyznała później w rozmowie z *Rolling Stone*, a w *Vogue’u* ten okres w swoim życiu nazwała „szybką lekcją dorastania”. Zamiast jednak zniknąć, rzuciła się w wir obowiązków. To właśnie wtedy narodziła się jej etyka pracy stachanowca – jeśli będę wystarczająco dobra, nikt nie przypomni mi błędów z przeszłości.

1. Anne Hathaway and Meryl Streep in the first instalment of the iconic *The Devil Wears Prada*.

2. The sequel will hit Polish cinemas from May 1.

3. In 2023, Anne starred in *Eileen*.

4. And in 2014, she appeared in the Oscar-winning *Interstellar* alongside Matthew McConaughey.

and that one legendary take of “I Dreamed a Dream”, recorded live, without dubbing. The Academy was blown away – she won her long-awaited Oscar – but the internet turned on her. Thus was born “Hathahate”, and even universities began analysing the “Anne Hathaway syndrome”. The reason? Her perfection.

In an era of relatable clumsiness embodied by Jennifer Lawrence, Hathaway seemed too prepared, too earnest, too... theatrical. Every speech was scrutinised for insincerity. She came to epitomise the “annoying overachiever”



ANNE PRZETRWAŁA BURZĘ I DZIŚ NIE BOI SIĘ ŁŚNIĆ PEŁNYM BLASKIEM.

Today's Anne Hathaway is a woman who has not only weathered the storm, but who is not afraid to let her brilliance shine.



HATHAHATE, CZYLI NIENAWIŚĆ, KTÓRA NISZCZY

Jako Fantine w *Les Misérables*. Nędznicy poszła na całość. Drastyczna dieta (płatki owsiane i woda), obcięcie włosów przed kamerą i to jedno legendarne ujęcie *I Dreamed a Dream* nagrane na żywo, bez dubbingu. Akademia była zachwycona, młoda aktorka otrzymała wymarzonego Oscara, ale internet oszalał z nienawiści. Narodziło się zjawisko „Hathahate”, a na poważnych uczelniach zaczęły powstawać opracowania poświęcone „syndromowi Anne Hathaway”. Powód? Jej doskonałość.

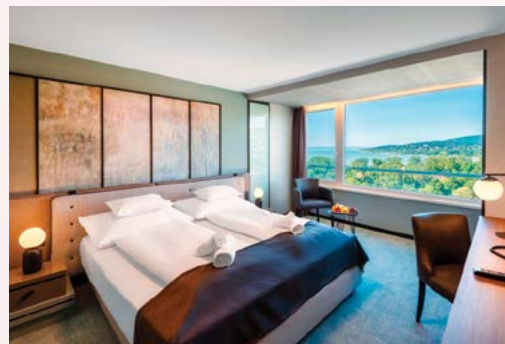
W epoce potykającej się na schodach Jennifer Lawrence, Anne wydawała się zbyt przygotowana, zbyt przejęta, zbyt... teatralna. Każde jej przemówienie analizowano pod kątem nieszczerości. Stała się symbolem „irytującej prymuski” – sztucznej, zimnej i zdystansowanej. A przecież nie zrobiła nic złego. Grzeczna i dowcipna podczas promocji filmów czy wywiadów (choć bardzo nie lubi, kiedy ktoś z dziennikarzy w czasie wywiadu zwróci się do niej per Anne

– polished, distant, overly composed. And yet she had done nothing wrong. Polite and witty in interviews (though she strongly dislikes being addressed as “Anne”, preferring “Annie”), a vegan who can laugh at herself, an outspoken supporter of feminist and LGBTQ+ causes... Still, for years she was roundly disliked online. This made her take a step back and engage in some painful self-reflection. She later admitted in an *Elle* interview that the experience had drained much of the joy of acting out of her.

COMEBACK ON HER OWN TERMS

Calm came with her marriage to jewellery designer and producer Adam Shulman and the birth of their two sons, Jonathan Rosebanks and Jack. “I knew from the second I met him that he was the love of my life”, she recalled in *Harper's Bazaar*. She has said that she used to be a people-pleaser, and credits Adam with bringing calm and balance into her life. Hathaway stopped chasing universal approval and started choosing roles that genuinely interested her. She appeared in *Interstellar*, proving that she could bring cosmic calm, and in





POWROTY NAD BALATON I DO EGERU RETURNING TO BALATON AND EGER

Balaton i Eger pozwalają odkrywać Węgry, poprzez miejsca zakorzenione we wspomnieniach przekazywanych z pokolenia na pokolenie. Dziś te destynacje nabierają nowego znaczenia dla podróżnych. Północne wybrzeże Balatonu przyciąga krajobrazem winnic i wzgórz, z widokiem na największe jezioro w Europie Środkowej.

Nad samą wodą znajduje się Hunguest BÁL Resort, miejsce stworzone do spokojnego wypoczynku na łonie natury. Poranki z widokiem na jezioro i zachody słońca łączą się tu z nowoczesnym designem oraz rozbudowaną strefą wellness. Okolica wyróżnia się także charakterystycznymi skałami czerwonego piaskowca permskiego. Natomiast w zachodniej części Balatonu leży urokliwe Hévíz, znane ze swojego uzdrowiskowego klimatu i oferty nastawionej na zdrowie i regenerację. To idealny kierunek dla osób szukających relaksu m.in. w hotelach Hunguest Hotel Panoráma i Hunguest Helios, oferujących dostęp do walorów termalnych regionu.

Eger natomiast pozostaje kierunkiem mniej oczywistym, ale coraz chętniej odkrywany przez polskich turystów. To miasto, w którym historia, tradycja winiarska i kultura termalna tworzą spójną, wielowymiarową opowieść, zdecydowanie unikalną w całej Europie.

Na miejscu warto zatrzymać się w odnowionym w 2024 roku Hunguest Flóra lub w Hotelu Eger & Park, położonym w centrum miasta. Oba obiekty łączą komfortowy pobyt z dostępem do strefy wellness i stanowią dobrą bazę do odkrywania regionu, w tym degustacji słynnego Egri Bikavér.

Balaton and Eger invite travelers to rediscover Hungary through places rooted in memories passed down from generation to generation. Today, these destinations are taking on new meaning for modern travelers. The northern shore of Lake Balaton draws visitors with its landscape of vineyards and rolling hills, offering views of the largest lake in Central Europe.

Right by the water, Hunguest BÁL Resort provides a setting designed for peaceful relaxation in nature. Mornings with lake views and sunset evenings are complemented by modern design and an extensive wellness area. The region is also distinguished by its characteristic red Permian sandstone formations. Meanwhile, in the western part of Lake Balaton lies the charming town of Hévíz, known for its spa atmosphere and a strong focus on health and regeneration. It is an ideal destination for those seeking relaxation, including stays at Hunguest Hotel Panoráma and Hunguest Helios, which offer access to the region's unique thermal benefits.

Eger, on the other hand, remains a less obvious yet increasingly popular destination among Polish tourists. It is a city where history, winemaking traditions, and thermal culture come together to create a cohesive and multidimensional experience, truly unique on a European scale.

While in Eger, it is worth staying at the renovated Hunguest Flóra, reopened in 2024, or at Hotel Eger & Park, located in the heart of the city. Both properties combine comfort with access to wellness facilities and serve as an excellent base for exploring the region, including tasting the renowned Egri Bikavér wine.

(Anno), zdecydowanie woli być Annie (Anią). Weganka umiejąca się śmiać z samej siebie i aktywnie popierająca ruchy feministyczne oraz LGBT... Mimo to przez kilka lat była najbardziej nienawidzoną osobą w sieci, co zmusiło ją do bolesnej autorefleksji i wycofania się z pierwszej linii. „Czułam się, jakby ktoś wyssał ze mnie radość z grania” – przyznała w osobistym wywiadzie, jakiego udzieliła amerykańskiemu wydaniu magazynu *Elle*.

COMEBACK NA WŁASNYCH ZASADACH

Wyciszenie przyszło wraz z małżeństwem z projektantem biżuterii i producentem Adamem Shulmanem oraz narodzinami dwóch synów: Jonathana Rosebanka i Jacka. „Wiedziałam, że zostanie moim mężem od pierwszej randki” – wspominała na łamach brytyjskiego wydania *Harper's Bazaar*. „Kiedyś starałam się uszczęśliwić wszystkich na siłę. Adam nauczył mnie luzu. Zmienił moje życie” – dodawała.

Hathaway przestała walczyć o akceptację każdego internauty, a zaczęła o role, które ją naprawdę interesują. Zagrała w *Interstellarze*, udowadniając, że ma w sobie kosmiczny spokój, i w *Praktykancie*, gdzie z wdziękiem oddała hołd kinu obyczajowemu. Była idealną Białą Królową w *Alicji po drugiej stronie lustra* i przebiegłą *Oszustką*. Najciekawsze działo się jednak na obrzeżach głównego nurtu. W *Monstrum* wcieliła się w alkoholicką, której ruchy sterują gigantycznym potworem niszczącym Seul. To była rola ryzykowna, dziwna i genialna – dowód na to, że Anne odzyskała wolność. Przestała być zakładniczką wizerunku „zbyt grzecznej dziewczynki”.

W tym roku wraca na ekrany w wielkim stylu i głośnych produkcjach. W filmie *Diabeł ubiera się u Prady 2* (polska premiera 1 maja) znów będzie Andy Sachs, lecz już pewną siebie, stylową i pozbawioną dawnych kompleksów, co idealnie rezonuje z jej prywatną metamorfozą w ikonę mody Versace. W mrocznym musicalu *Mother Mary* gra fikcyjną gwiazdę popu i sama wykonuje wszystkie utwory, udowadniając, że jej głos od czasu *Nędzników* zyskał nową, rockową głębię. Zaś w mocno oczekiwanej *Odysei* Christophera Nolana tworzy postać silnej, wręcz posągowej Penelopy. Dzisiejsza Anne Hathaway to kobieta, która nie tylko przetrwała burzę, ale wreszcie nie boi się Iłníc pełnym blaskiem. ■



JEST W STANIE ZAGRAĆ WSZYSTKO – MÓWI O ANNE KOLEŻANKA Z PLANU, MERYL STREEP.

“Anne is an actress who can play anything” - Meryl Streep raved about her co-star.

The Intern, where she paid elegant tribute to classic character-driven cinema. She was a perfect White Queen in *Alice Through the Looking Glass* and gave a convincing performance as a sly con artist in *The Hustle*.

But her most interesting work is to found outside the mainstream. In *Colossal*, she played an alcoholic whose movements control a giant monster destroying Seoul. It was bold, strange and brilliant – proof positive that she had regained her freedom and was no longer held hostage to the “too nice girl” image.

This year, she returns in style with major, high-profile projects. In *The Devil Wears Prada 2* (Polish premiere: 1 May), she reprises Andy Sachs – now confident, stylish, and free of old insecurities, mirroring her own evolution into a Versace muse. In the dark musical *Mother Mary*, she plays a fictional pop star, performing all the songs herself, her voice now richer, with a new rock edge since *Les Misérables*. And in the much-anticipated *The Odyssey*, she takes on the powerful, almost statuesque Penelope. Today's Anne Hathaway is a woman who has not only weathered the storm, but who is not afraid to let her brilliance shine. ■



Plecak próżniowy do samolotu - 239,99 zł



STYLOWA ELEGANCJA DLA PODRÓŻNIKÓW I TYCH, KTÓRZY CENIĄ MOBILNOŚĆ - KOLEKCJA RETRAVEL OD RESERVED

STYLISH ELEGANCE FOR TRAVELERS AND MOBILITY SEEKERS

- THE RETRAVEL COLLECTION BY RESERVED



Okulary przeciwsłoneczne z polaryzacją - 99,99 zł

ReTravel to garderoba zaprojektowana wokół formy i funkcji, dopracowana w konstrukcji, ale lekka w noszeniu.

Ubrania z tej kolekcji tworzą komplety, można je także nosić warstwowo, a dzięki stonowanej kolorystyce wszystko ze sobą pasuje.

Pojawiają się tu praktyczne detale: kieszenie na telefon oraz niewidoczne z zewnątrz schowki na dokumenty czy paszport.

Tkaniny? Techniczny len z dodatkiem elastanu zapewnia przewiewność, a dzięki wykończeniom easy care i wrinkle resistant ubrania mniej się gniotą i łatwiej prasują, co czyni je naturalnym wyborem „do walizki” i na co dzień.

Kolekcja dostępna jest w wybranych salonach marki, w aplikacji Reserved i na www.reserved.com

ReTravel is a wardrobe designed around form and function, refined in construction yet light and effortless to wear.

The pieces in this collection are meant to be worn as matching sets or layered, with everything working seamlessly together thanks to a muted colour palette.

Practical details play a key role: dedicated phone pockets and hidden compartments for documents or a passport.

Fabrics? Technical linen with added elastane ensures breathability, and easy care and wrinkle-resistant finishes make garments crease less and be easier to iron, making them a natural suitcase-friendly choice for travel as well as everyday wear.

The collection is available in selected stores, via the Reserved app, and at www.reserved.com



Klasyczny trencz z paskiem - 299,99 zł



Kurtka koszulowa z kołnierzem - 139,99 zł



Koszula slim fit z bawełną - 129,99 zł



Czapka baseball z naszywką - 49,99 zł



-10% na kolekcje ReTravel przy zakupie min. 2 produktów na stronie reserved.com

KOD: LOTRE10



Skórzane sneakersy - 169,99 zł

CHRYZANTEMA CHRYSANTHEMUM

Myślicie „chryzantema”, a w wasze myśli nieuchronnie wkracza zaduma? Rzeczywiście, w Polsce i wielu krajach w Europie ten kwiat postrzegany jest jako „cmentarny” i używa się go do dekoracji mogił, ale zupełnie inaczej jest w kulturze Wschodu. Tam, czyli choćby w Japonii, dostojna chryzantema jest symbolem długowieczności, godności i powagi.

You think “chrysanthemum” – and your thoughts inevitably turn to reflection. Indeed, in Poland and many European countries, this flower is associated with cemeteries and used to decorate graves. But in Eastern cultures, it carries a very different meaning. In Japan, for instance, the stately chrysanthemum is a symbol of longevity, dignity and solemnity.

A close-up photograph of several flowers, likely tulips, in shades of pink and red. The petals are layered and show some green at the base. The background is dark, making the vibrant colors of the flowers stand out.

Sekretne życie kwiatów

THE SECRET LIFE OF FLOWERS

Mogą mieć nie tylko setki kolorów, ale i znaczeń. Od wieków są ważnym elementem kultury. A maj to najlepsza pora, by je podziwiać, wąchać i wręczać innym, ale i dowiedzieć się co nieco o ich historii i tajemniczej mowie.

They come in hundreds of colours – and just as many meanings. For centuries, they have been an essential part of culture. And May is the perfect time to admire them, breathe in their scent and give them to others – as well as to discover a little about their history and their mysterious language.

tekst / by **PATRYCJA PUSTKOWIAK**





FLOWER POWER

Jak wielka jest moc kwiatów? Ogromna. Udowodnił to powstały w latach 60. w USA ruch flower power, który wykorzystywał je jako symbol buntu przeciw wojnie w Wietnamie i mieszczańskiemu stylowi życia.

How powerful are flowers? Immensely so. The flower power movement, which emerged in the United States in the 1960s, proved it – using flowers as a symbol of protest against the Vietnam War and the bourgeois way of life.

Czy wiesz, że...
Did you know that...

Dla marki Dior kwiaty to jeden ze znaków rozpoznawczych jej projektów? Fascynacja kwiatami towarzyszyła Christianowi Diorowi od dzieciństwa. Projektował ubrania tak, by choć trochę je przypominały. For Dior, flowers are one of the defining signatures of its designs. Christian Christian Dior's fascination with them dates back to childhood. He designed his garments to echo their forms.

PIĘKNE EGO BEAUTIFUL EGO

W jednej z najszlachetniejszych ksiązek świata, *Małym Księciu* A. de Saint-Exupery'ego, Róża jest pojemnym symbolem: miłości, piękna, ale też ego i niedojrzałości.

In one of the most famous books in the world, *The Little Prince* by Antoine de Saint-Exupéry, the rose is a rich symbol of love and beauty, but also of ego and immaturity.

ZAPACH TAJEMNICY THE SCENT OF MYSTERY

Bez róż nie byłoby kultowych perfum: to olejek różany jest substancją aktywną w zapachu Chanel nr 5. Kompozycję tworzą też m.in. jaśmin, irys i wanilia. Without roses, there would be no iconic perfumes – rose oil is one of the key components of Chanel No. 5. The composition also includes, among others, jasmine, iris and vanilla.





” Na ponad 200 obrazach amerykańskiej malarki Georgii O'Keeffe królują monumentalne kwiaty przypominające abstrakcyjne formy. Monumental flowers resembling abstract forms dominate more than 200 paintings by American artist Georgia O'Keeffe.

GEORGIA O'KEEFFE, L. K. BIAŁA KALA I RÓŻE, 1926, OLEJ NA PŁÓTNIE, 30 X 48 CALI, KOLEKCJA PRYWATNA, CR NR 552

REKLAMA



THAI BALI SPA

Największa sieć
wellness w Polsce

The leading wellness brand
in Poland

*Rekomenduję
Joanna
Opozda*



Masaże i kosmetyki Twoich marzeń

Massages and cosmetics of your dreams



ALEGORYCZNE ZNACZENIE ALLEGORICAL MEANING

W jednej z najsłynniejszych scen w Szekspirowskim *Hamlecie* obłąkana Ofelia rozdaje m.in. bratki i stokrotki.

In one of the most famous scenes in *Hamlet* by William Shakespeare, the mad Ophelia hands out, among other things, pansies and daisies.



„ Niektóre kwiaty są mięsożerne.

Na przykład rosiczka, która występuje też w Polsce. Innym przykładem jest dzbanecznik, który znajdziecie np. na Madagaskarze.

Some flowers are carnivorous. One example is the sundew, which can also be found in Poland. Another is the pitcher plant, native to places such as Madagascar.



Czy wiesz, że...
Did you know that...

Storczyk z rodzaju *Ophrys* umie manipulować otoczeniem? Wygląda i pachnie jak samica pszczoły, przez co samce próbują z nim... spółkować, w ten sposób przenosząc pyłek. Sprytna jest ta natura!

Can an orchid of the *Ophrys* genus manipulate its surroundings? It looks and smells like a female bee, prompting males to attempt to mate with it – and in doing so, they transfer pollen. Clever, isn't it?



NA DO WIDZENIA THE LANGUAGE OF GOODBYE

W epoce wiktoriańskiej można było spławić niechcianych zalotników, dając im odpowiedni kwiat symbolizujący rozstanie lub rezygnację, np. żółtą różę, narcyza czy cyklamen.

In the Victorian era, unwanted suitors could be dismissed by giving them a flower symbolising parting or rejection – such as a yellow rose, a daffodil or a cyclamen.



Rowenta®

NAJPIĘKNIEJSZA JESTEŚ SOBĄ



ultimate
EXPERIENCE

Nowa kolekcja Rowenta Ultimate Experience.
Lekkie, stylowe urządzenia, które łączą nowoczesny
design z zaawansowaną technologią.

” W Meksyku podczas Día de los Muertos ozdobi się ołtarze i ścieżki do domów kwiatami, by połączyć świat zmarłych i żywych.

In Mexico, during Día de los Muertos, altars and pathways to homes are adorned with flowers to connect the worlds of the living and the dead.



W RÓŻNYCH ODCIENIACH IN MANY SHADES

Andy Warhol nie byłby sobą, gdyby i kwiatów nie wykorzystał jako masowego symbolu. To one (a dokładniej kwiaty hibiskusa) są bohaterami jego popartowej serii *Flowers* z 1964 r.

Andy Warhol wouldn't be himself if he hadn't turned flowers into a mass symbol. They – more precisely, hibiscus blooms – are the subject of his pop art series *Flowers* from 1964.



Czy wiesz, że...
Did you know that...

W starożytności lilie były poświęcane Herze jako znak nadziei. W kulturze chrześcijańskiej symbolizują niewinność, czystość i zmartwychwstanie. Kwitną od czerwca do sierpnia. Ogrodnicy wyróżniają 115 odmian botanicznych.

In ancient times, lilies were dedicated to Hera as a symbol of hope. In Christian culture, they represent innocence, purity and resurrection. They bloom from June to August. Gardeners distinguish around 115 botanical varieties.

MAKI NA MONTE CASINO WHERE POPPIES REMEMBER

Czerwony mak z jednej strony jest zjawiskowym polnym kwiatem, z drugiej uznanym międzynarodowym symbolem pamięci o poległych w walkach. W polskiej kulturze przypomina o bitwie pod Monte Cassino (w czasie walk, w maju 1944 r., zbocza wzgórza były pokryte rosnącymi dziko czerwonymi makami).

The red poppy is both a striking wildflower and a widely recognised international symbol of remembrance for those who have fallen in battle. In Polish culture, it recalls the Battle of Monte Cassino – during the fighting in May 1944, the hillsides were covered with wild red poppies.





A modern hotel in the heart of Warsaw

Welcome to Warsaw's newly emerging business district.
Crowne Plaza® Warsaw - The HUB offers modern accommodation, award - winning
conference space and superb food and beverage services.

Join IHG® One Rewards and get instant access to benefits and exclusive Loyalty Member
deals at 6000 destinations globally.

cpwarsawthehub.com | +48 22 377 37 37 | ihgcom/one

CROWNE PLAZA®

— BY IHG —

Warsaw - The HUB



HANAMI

...to tradycyjny japoński zwyczaj podziwiania urody kwiatów, w szczególności kwitnących wiśni. Jest praktykowany od kilkuset lat.
...is a traditional Japanese custom of admiring the beauty of flowers – especially cherry blossoms. It has been practised for centuries.

” Kwiaty polne, takie jak nagietek czy rumianek, są wykorzystywane w medycynie. Ten pierwszy działa regenerująco, drugi przeciwzapalnie.

Wildflowers such as marigold and chamomile are used in medicine. The former has regenerative properties, while the latter is anti-inflammatory.



Czy wiesz, że...
Did you know that...

Roślina o nazwie smocza lilia zalatuje padliną? Nic dziwnego. Zadaniem tej woni jest wabienie owadów.

Does a plant known as the dragon lily smell like carrion? No wonder – the purpose of this scent is to attract insects.



ALOHA!

Lei to girlanda lub naszyjnik z kwiatów (np. goździków, jaśminu czy storczyków) wręczany na Hawajach, m.in. na powitanie (aloha!) lub pożegnanie. Taki wieniec jest symbolem szacunku. Lei is a garland or floral necklace (made, for example, of carnations, jasmine or orchids) given in Hawaii as a gesture of welcome (aloha!) or farewell. Such a wreath is a symbol of respect. ■

Twój dom, Twój scenariusz

Your home, your script



Każdy dobra historia zaczyna się od scenariusza. Inteligentny dom też ma swojego scenarzystę. W tej roli Somfy proponuje centralę **TaHoma® switch**, która łączy m.in. rolety, żaluzje, oświetlenie, ogrzewanie i napędy do bram w jeden ekosystem, którym zarządzasz z poziomu aplikacji. Tworzysz scenariusze, a dom je odgrywa - automatycznie, cicho i dokładnie wtedy, gdy trzeba. Jakie scenariusze możesz zaprojektować z **TaHoma® switch**? Somfy podpowiada:

Every good story starts with a script. A smart home has its own scriptwriter too. For this role, **Somfy** offers the **TaHoma® switch hub**, which connects roller shutters, blinds, lighting, heating and gate motors into a single ecosystem that you manage via an app. You create scenarios, and your home plays them out - automatically, quietly and exactly when needed. What scenarios can you design with **TaHoma® switch**? **Somfy** suggests:

Scena pierwsza: poranek przed podróżą

Alarm dzwoni o 4:30, o 4:35 i o 4:40. Znasz to uczucie? Kilka budzików ustawionych „na wszelki wypadek”, bo przecież nie możesz spóźnić się na samolot. Ale kiedy już wstaniesz i wyjdiesz spod kołdry, dom łagodnie przejmuje stery: zasłony rozsuwają się łagodnie, ogrzewanie osiąga docelową temperaturę zanim dotrzesz do łazienki, a dom płynnie przechodzi w tryb porannej aktywności – dając Ci chwilę oddechu przed wyjazdem. Teraz możesz spokojnie wypić kawę.

Scene one: the morning before a trip

The alarm rings at 4.30, at 4.35 and at 4.40. Do you know that feeling? Several alarms set 'just in case', because you simply can't be late for your flight. But once you've got up and left the duvet, the house gently takes over: the curtains open smoothly, the heating reaches the target temperature before you reach the bathroom, and the house seamlessly switches to morning mode – giving you a moment to catch your breath before you leave. Now you can enjoy a quiet cup of coffee.

Scena druga: wyjazd na lotnisko

Walizka spakowana, taksówka czeka, a Ty nie wracasz już myślami do tego, czy wszystko zostało wyłączone i zamknięte. Jedno kliknięcie i Twój scenarzysta gasi światła, opuszcza rolety, przełącza ogrzewanie w tryb eco i zamyka bramę. Bez nerwowego „czy na pewno wszystko wyłączone” w kolejce do odprawy. Sprawdzasz jedynie w aplikacji czy na pewno dom przeszedł w tryb nieobecności i wracasz myślami z powrotem do swojej podróży.

Scene two: off to the airport

Your suitcase is packed, the taxi is waiting, and you're no longer worrying about whether everything has been switched off or locked up. One click and your home automation system turns off the lights, lowers the blinds, switches the heating to eco mode and locks the gate. No more anxious in the check-in queue "did I really switch everything off?". You simply check the app to make sure the house has switched to 'away mode' and let your mind wander back to your trip.

Scena trzecia: powrót z wyjazdu

Każdy wyjazd ma swój własny scenariusz – od pierwszego kroku na lotnisku po ostatni zachód słońca z hotelowego balkonu. Ale nawet najlepsza urlopową historią kiedyś się kończy. Gdy już wysiadasz samolotu, a telefon znów łapie zasięg, jednym kliknięciem uruchamiasz w aplikacji TaHoma scenariusz powrotu do domu. TaHoma® switch ustawia komfortową temperaturę, włącza delikatne światło i otwiera wjazd na posesję.

Scene three: returning from your trip

Every trip has its own story – from the first step at the airport to the last sunset from the hotel balcony. But even the best holiday story at least comes to an end. Once you've stepped off the plane and your phone has signal again, with a single click you activate the 'return home' scenario in the **TaHoma app**. The **TaHoma® switch** restores a comfortable temperature, turns on soft lighting and opens the gate to the property.

At the end of the day your space winds down along with you. The blinds or shutters are lower, and the lights dim to a level that transforms the living room into an intimate cinema. The technology has been hidden in the background the whole time, but it is precisely this that has made the home exactly what you need most right now: a place of rest. When technology is invisible and the comfort is obvious, you know you've got a good scenario.

Scena czwarta: relaksujący wieczór

Pod koniec dnia przestrzeń zwalnia razem z Tobą. Żaluzje lub rolety opadają, światła przyciemniają się do poziomu, który zamienia salon w kameralną salę kinową. Technologia była cały czas schowana w tle, ale to właśnie ona sprawiła, że dom stał się dokładnie tym, czego potrzebujesz teraz najbardziej: miejscem Twojego odpoczynku. Kiedy technologia dyskretnie Cię wspiera, a komfort jest oczywisty, wiesz, że masz dobry scenariusz.

Scene four: a relaxing evening

At the end of the day your space winds down along with you. The blinds or shutters are lower, and the lights dim to a level that transforms the living room into an intimate cinema. The technology has been hidden in the background the whole time, but it is precisely this that has made the home exactly what you need most right now: a place of rest. When technology is invisible and the comfort is obvious, you know you've got a good scenario.







DESTINATION PARTNER



#TASTEPOLAND

ANDREA CAMASTRA – SZEF WARSZAWSKIEJ RESTAURACJI NUTA ROZKOCHUJE GOŚCI W POLSKICH PRODUKTACH

ANDREA CAMASTRA – CHEF OF THE WARSAW RESTAURANT NUTA

– WINS GUESTS OVER TO POLISH INGREDIENTS

Andrea Camastra – jeden z najbardziej utalentowanych i wyrazistych szefów kuchni w Polsce, który w restauracji Nuta, nagrodzonej gwiazdką Michelin, redefiniuje pojęcie fine diningu opartego na polskich produktach. Jest mistrzem łączenia technik kuchni nowoczesnej i tradycyjnej oraz komponowania smaków, które stają się prawdziwą uczta dla zmysłów. Pochodzi z Włoch, ale to właśnie Polska stała się dla niego miejscem zawodowego spełnienia i osobistego zakorzenienia. To tutaj stworzył autorską filozofię kulinarną, w której najwyższej jakości lokalne składniki stanowią fundament dla odważnych, często zaskakujących interpretacji klasyki.

W restauracji Nuta polskie składniki odgrywają rolę absolutnie centralną. Czy to świadomy manifest kulinarny?

Zdecydowanie tak. W Nucie polski produkt nie jest dodatkiem – jest punktem wyjścia. To właśnie najwyższej jakości polskie produkty stanowią o unikalności dań. Mamy dostęp do surowców o niezwykłym potencjale: od ryb, które nie wymagają dalekiego transportu, po znakomitą wołowinę z Bieszczad. Dzięki tym składnikom możliwe jest budowanie potraw o autentycznej tożsamości. Goście z zagranicy często są zaskoczeni intensywnością smaków i jakością produktów.

Jak postrzega Pan Polskę i potencjał polskiej kuchni w szerszym kontekście?

Polska ma energię, która inspirowa. Dziś mogę powiedzieć wprost: zakochałem się w Polsce – w jej naturze, klimacie, kuchni. Lasy, góry, zimno, śnieg i... kiszonki – to wszystko jest mi niezwykle bliskie. To kraj, który dał mi poczucie przynależności. Potencjał polskiej kuchni jest ogromny – ma wszystko, czego potrzeba, by funkcjonować w najwyższym segmencie gastronomii. Kwaśność, dymność, głębia smaków – to elementy, które doskonale wpisują się w nowoczesne trendy. My staramy się wynosić ją na najwyższy poziom i pokazywać światu jej możliwości. I robimy to z dumą.

W restauracji Nuta polska kuchnia staje się punktem wyjścia do odważnych, często bardzo nowoczesnych interpretacji. Jak znajduje Pan równowagę między tradycyjnymi recepturami a nadaniem im innowacyjnego charakteru?

Zaczynam od zrozumienia produktu i jego roli w tradycji – analizuję smak, strukturę i... emocje. W Nucie wychodzimy od klasyki, którą przekształcamy nowoczesnymi technikami. Forma się zmienia, ale smak pozostaje rozpoznawalny, budzi emocje i wspomnienia – i to jest dla mnie najważniejsze.

Andrea Camastra udowadnia, że kulinarna tożsamość nie jest dana raz na zawsze – można ją reinterpretować, rozwijać i opowiadać na nowo. W jego wydaniu polska kuchnia staje się językiem współczesnej gastronomii – odważnym, wyrafinowanym i głęboko zakorzenionym w lokalności i polskim dziedzictwie kulinarnym. To kuchnia przepełniona silnymi emocjami inspirującymi do kreowania wyjątkowych potraw i poszukiwania nowych, idealnych smaków. To właśnie ta autentyczność i emocje połączone z wizją i konsekwencją sprawiają, że Nuta pozostaje jednym z najciekawszych adresów na kulinarnym mapie Europy.

Andrea Camastra – one of the most talented and distinctive chefs in Poland, who redefines the concept of fine dining based on Polish ingredients at the Michelin-starred restaurant NUTA. He is a master of blending modern and traditional culinary techniques, creating flavours that become a true feast for the senses. Originally from Italy, it was in Poland that he found professional fulfilment and personal roots. Here, he created his signature culinary philosophy, in which premium local ingredients form the foundation of bold, often surprising interpretations of the classics.

At NUTA, Polish ingredients play a central role. Is this a conscious culinary manifesto?

Definitely. At NUTA, Polish produce isn't just an addition – it's the starting point. It is the highest quality Polish ingredients that define the uniqueness of our dishes. We have access to ingredients with extraordinary potential: from fish that require no long-distance transport to excellent beef from the Bieszczady Mountains. These ingredients make it possible to create dishes with an authentic identity. International guests are often surprised by the intensity of flavours and the quality of the products.

How do you perceive Poland and the potential of Polish cuisine in a broader context?

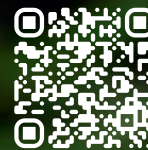
Poland has an energy that inspires. Today I can say it openly: I fell in love with Poland – its nature, climate, and cuisine. The forests, the mountains, the cold, the snow... and the fermented foods – all of this is very close to my heart. This is the country that gave me a sense of belonging. The potential of Polish cuisine is immense – it has everything needed to thrive in the highest segment of gastronomy. Acidity, smokiness, depth of flavour – these elements fit perfectly into modern trends. We aim to elevate it to the highest level and show its possibilities to the world. And we do it with pride.

At NUTA, Polish cuisine becomes a starting point for bold, often very modern interpretations. How do you find the balance between traditional recipes and giving them an innovative character?

I start by understanding the product and its role in tradition – I analyse the taste, structure... and emotions. At NUTA, we begin with the classics, which we then transform using modern techniques. The form changes, but the flavour remains recognisable, evoking emotions and memories – and that is what matters most to me.

Andrea Camastra proves that culinary identity is not something given once and for all – it can be reinterpreted, developed, and retold. In his hands, Polish cuisine becomes the language of contemporary gastronomy – bold, sophisticated, and deeply rooted in locality and Polish culinary heritage. It is a cuisine filled with strong emotions that inspire the creation of exceptional dishes and the search for new, perfect flavours. It is this authenticity and emotion, combined with vision and consistency, that makes NUTA one of the most exciting culinary destinations in Europe.





DESTINATION PARTNER

#TASTEPOLAND

POLSKA KUCHNIA REGIONALNA

RESTAURACJA *BEZ GWIAZDEK*

POLISH REGIONAL CUISINE

The *Bez Gwiazdek* Restaurant

Wyróżniona przez Michelin Guide *Bez Gwiazdek* zajmuje szczególne miejsce na kulinarnej mapie Warszawy – wyróżnia się konsekwentnym podejściem do kuchni regionalnej, traktowanej jako fundament koncepcji. Restauracja prowadzona przez **Roberta Trzópka** redefiniuje sposób myślenia o polskiej gastronomii, odchodząc od uproszczeń na rzecz pogłębionej pracy z lokalnym produktem i tradycją.

Kuchnia regionalna w interpretacji *Bez Gwiazdek* stanowi wyraz złożonego dziedzictwa kulinarnego Polski, ukształtowanego przez wielowiekowe przenikanie się tradycji lokalnych i wpływów zewnętrznych. Regionalne przepisy są tu traktowane jako nośniki kontekstu historycznego, społecznego i geograficznego, odzwierciedlające dostępność surowców oraz specyfikę danego obszaru. Ich współczesna interpretacja opiera się na analizie tych uwarunkowań i świadomym wykorzystaniu lokalnych, sezonowych produktów, co pozwala zachować autentyczność przekazu przy jednoczesnym nadaniu mu współczesnej formy kulinarnej. W *Bez Gwiazdek* każdy region analizowany jest przez pryzmat swoich naturalnych zasobów: warzyw, owoców, ziół czy produktów od lokalnych producentów. To właśnie produkt wyznacza kierunek pracy kuchni – jego sezonowość, jakość i pochodzenie stają się kluczowe dla ostatecznego charakteru potraw.

Istotą tego podejścia nie jest jednak odtwarzanie tradycyjnych przepisów, lecz ich reinterpretacja. Regionalne dziedzictwo kulinarne traktowane jest jako punkt wyjścia do tworzenia przez szefa kuchni współczesnego języka smaków – takiego, który pozostaje wierny swoim korzeniom, a jednocześnie odpowiada na oczekiwania dzisiejszego gościa.

Sezonowość wyznacza rytm funkcjonowania restauracji – decyduje o tym, co trafia do menu i w jakim momencie. Składniki pojawiają się na talerzu wtedy, gdy osiągną swoją naturalną dojrzałość i pełnię smaku, co pozwala wydobyć z nich maksimum jakości. Dzięki temu kuchnia zachowuje autentyczność i naturalność.

Bez Gwiazdek buduje także świadomą relację z odbiorcą – goście nie tylko degustują dania, ale poznają ich kontekst – pochodzenie składników, sezonowość czy rolę lokalnych producentów. Dzięki temu doświadczenie restauracyjne staje się pełniejsze, osadzone w realnym kulinarnym krajobrazie Polski.

Bez Gwiazdek to spójna, dojrzała wizja kuchni polskiej – różnorodnej, sezonowej i głęboko zakorzenionej w miejscu.

Recognised by the Michelin Guide, *Bez Gwiazdek* holds a distinctive place on Warsaw's culinary map. It stands out for its consistent approach to regional cuisine, treated as the foundation of its concept. Led by chef Robert Trzópek, the restaurant redefines the way Polish gastronomy is perceived, moving away from simplifications towards a deeper engagement with local products and tradition.

In *Bez Gwiazdek*'s interpretation, regional cuisine reflects the complexity of Poland's culinary heritage, shaped by centuries of interplay between local traditions and external influences. Regional recipes are treated as carriers of historical, social and geographical context, reflecting both the availability of ingredients and the specificity of each region. Their contemporary interpretation is based on analysing these conditions and consciously working with local, seasonal produce, preserving authenticity while giving it a modern culinary form.

At *Bez Gwiazdek*, each region is explored through the lens of its natural resources – vegetables, fruits, herbs and products sourced from local producers. It is the ingredient that sets the direction of the kitchen: its seasonality, quality and origin define the final character of each dish.

The essence of this approach, however, is not the replication of traditional recipes, but their reinterpretation. Regional culinary heritage becomes the starting point for creating a contemporary language of flavour – one that remains true to its roots while responding to the expectations of today's diners.

Seasonality dictates the rhythm of the restaurant, determining what appears on the menu and when. Ingredients are served at their natural peak, when they reach full maturity and flavour, allowing their quality to be expressed to the fullest. This ensures the cuisine retains both authenticity and a sense of naturalness.

Bez Gwiazdek also builds a conscious relationship with its guests – they do not simply taste the dishes, but learn their context: the origin of ingredients, their seasonality, and the role of local producers. As a result, the dining experience becomes more complete, grounded in Poland's real culinary landscape.

Bez Gwiazdek presents a coherent, mature vision of Polish cuisine – diverse, seasonal and deeply rooted in place.



RABARBAR

RHUBARB

Wcale nie jest owocem, jak to się może wydawać, a warzywem, które rośnie tak szybko, że w majowe noce słychać, jak pękają jego liście. Jest zdrowy, działa przeczyszczająco, wspomaga trawienie i ma właściwości przeciwnowotworowe. Przez wieki rabarbar był droższy od cynamonu i opium z racji swoich leczniczych właściwości, dlatego radzę dziś nie grymasić i korzystać z przystępnych cen. Dla mnie prawdziwy sztos to wiosenne uciране ciasto z kwaskowatym rabarbem i kruszonką. It may seem like a fruit, but rhubarb is in fact a vegetable – one that grows so quickly that, on May nights, you can hear its leaves unfurling. It is healthy, has a mild laxative effect, supports digestion and is believed to have anti-cancer properties. For centuries, rhubarb was more expensive than cinnamon and even opium due to its medicinal value – so today, it's worth making the most of its affordability. For me, nothing beats a spring crumble cake with tart rhubarb.

SZPARAGI

ASPARAGUS

To zgrabne warzywo o wszechstronnym zastosowaniu, wciąż ma sławę afrodyzjaka. Na dodatek zdrowe, od wieków leczono nim cukrzycę i kaca, jadano dla regeneracji i dobrego krążenia. Urok szparagów docenił nawet impresjonista Manet, który uwiecznił je na obrazie *Pęczek szparagów*. Nieważne, czy zielone, czy białe, smakują mi najlepiej w najprostszej formie, krótko gotowane bądź grillowane z masłem i solą, czasami tartą bułką i jajem sadzonym.

Elegant and versatile, this vegetable still carries a reputation as an aphrodisiac. It is also valued for its health benefits – for centuries, it has been used to treat diabetes and hangovers, and eaten to support recovery and circulation. Even the Impressionist Édouard Manet appreciated its charm, immortalising it in his painting *Bunch of Asparagus*. Whether green or white, I like it best in its simplest form – briefly cooked or grilled with butter and salt, sometimes served with breadcrumbs and a fried egg.



Nowalijki na start Spring's First Greens

Kusza kolorami i świeżością, są zdrowe i pachną słońcem. Ale przede wszystkim przypominają, że najprostsze składniki potrafią stworzyć najbardziej wyrafinowane dania sezonu.

They tempt with their colours and freshness, are full of goodness and carry the scent of sunshine. But above all, they remind us that the simplest ingredients can create the most refined dishes of the season.



tekst / by
KATARZYNA KACHEL

dziennikarka NG Traveler, pisarka
NG Traveler journalist, a writer



” Choć o chłodniku pierwszy raz dowiedziałam się z *Pana Tadeusza*, spróbowałam dużo później. Jem w ciepłe dni, ale ten pierwszy, wiosenny, z nowalijek: rzodkiewki, ogórka, młodych ziemniaków i koperku, smakuje najlepiej. Do jogurtu warto dolać śmietanę lub kefir.

Although I first came across chłodnik while reading *Pan Tadeusz*, I didn't try it until much later. I eat it on warm days, but the first one of spring – made with young vegetables such as radishes, cucumber, new potatoes and dill – tastes the best.

↓ SZPINAK

SPINACH

Chwała niebiosom, że nie mam traumy szpinakowej po przedszkolu. Uwielbiam to warzywo w każdej wersji, na surowo, gotowane, smażone, duszone. Szaleję na punkcie jego zgrabnych liści i koloru. I choć kiedyś nazywano szpinak z lekka pogardliwie perskim zielem lub trawą z Persji, doczekał się należytego szacunku. Rano lubię podduścić go na maśle i dodać roztrzepane jaja z mlekiem. Taki omelet – niebo w gębie.

Thank heavens I didn't develop a childhood aversion to spinach. I love it in every form – raw, boiled, sautéed or braised. I'm obsessed with its neat leaves and vibrant colour. And although it was once rather dismissively referred to as the Persian herb or the grass of Persia, it has since gained the respect it deserves. In the morning, I like to sauté it in butter and add beaten eggs with a splash of milk – an omelette that tastes like heaven.



↑ RZODKIEWKA

RADISHES

Rzodkiewka ma niesamowite szczęście. I bogata w witaminy, i z ciekawą historią. Uprawiana już 2 tys. lat temu w Egipcie, ceniona przez Rzymian, dziś nadal cieszy się poważaniem.

Nie jedzcie wyłącznie korzenia, jej liście są o wiele zdrowsze.

W Meksyku jest festiwal rzodkiewek, podczas których rzeźbi się w nich artystyczne figurki. Co za marnotrawstwo.

Radishes have it all – they're rich in vitamins and come with a fascinating history. Cultivated as early as 2,000 years ago in Egypt and prized by the Romans, they remain highly regarded to this day.

Don't eat just the root – the leaves are even more nutritious.

In Mexico, there's even a radish festival where they are carved into intricate figures. What a waste.



” Zawijam te wiosenne spring rolls z uwielbieniem. Są lekkie, zdrowe, no i chrupiące. Marchewka, ogórek, szparagi, rzodkiewka, do tego kolendra, szczypiorek, rzeżucha i mięta.

I love wrapping these spring rolls. Light, healthy and wonderfully crisp, they bring together carrot, cucumber, asparagus and radish, with coriander, chives, cress and mint.



” Młoda zasmażana kapusta z koperkiem to prawdziwy majstersztyk. Delikatna, kremowa, podkręcona sokiem z cytryny. Ponadto zdrowa i pożywna. W Polsce zdobyła uznanie już w średniowieczu, gdzie na jej uprawę przeznaczano specjalne ogrody zwane kapustnikami.

Young sautéed cabbage with dill is a true masterpiece – delicate, creamy and lifted with a touch of lemon juice. It is also healthy and nourishing. In Poland, it gained popularity as early as the Middle Ages, when special gardens known as kapustniki were dedicated to its cultivation.

↓ MŁODE ZIEMNIAKI

NEW POTATOES

Początkowo w Polsce traktowano je z nieufnością, choć dziś trudno w to uwierzyć. Przywędrowały do nas z Andów i od lat cieszą się niezmierną renomą. Wiedzieliście, że to pierwsze warzywo wyhodowane na pokładzie promu kosmicznego? Co do jedzenia, ja preferuję najprostsze wersje, czyli młode ziemniaki z masłem, szczypiorem i maślanką.

At first, they were met with distrust in Poland – hard as that may be to believe today. They came to us from the Andes and have enjoyed an almost legendary reputation ever since. Did you know they were the first vegetable to be grown aboard a space shuttle? As for eating them, I prefer the simplest version – new potatoes with butter, chives and buttermilk.



← BOTWINKA

YOUNG BEET GREEN

Nadal niedoceniana panna, a szkoda, bo to sezonowy superfood i eliksir młodości. W medycynie ludowej botwinę stosowano jako idealny środek na czyszczenie krwi po zimie, ale dobrze też robi na odporność, wzrok, wspomaga układ nerwowy i trawienie. Do tego smaczna, a tego już nie można lekceważyć. Uwielbiam na ciepło, ze śmietaną i koperkiem.

Still an underappreciated beauty – and undeservedly so, as it's a seasonal superfood and a true elixir of youth. In folk medicine, beet greens were used as a natural way to cleanse the body after winter, but they also support immunity, benefit eyesight, and aid the nervous system and digestion. And they're delicious too – which shouldn't be overlooked. I love them served warm, with cream and dill.



Fukier.

ALICJA GALEK

POCZUJ MAGIĘ, KTÓRA DZIEJE SIĘ PRZY STOLE. FEEL THE MAGIC THAT UNFOLDS AT THE TABLE.

Odkryj poezję smaków i zanurz się w kulinarnej magii Magdy Gessler – ikony polskiej gastronomii, charyzmatycznej osobowości telewizyjnej, jurorki programu „MasterChef” oraz niezrównanej gospodyni kultowych „Kuchennych rewolucji”. To właśnie ona – kreatorka smaków, podróżniczka i ambasadorka polskiej kuchni – przez lata promowała polskie dziedzictwo kulinarne na całym świecie, by po powrocie do kraju tchnąć nowe życie w zapomniane receptury i smaki.

Wielokrotnie wyróżniona przez „Guide Michelin” restauracja „U Fukiera” to kulinarne serce Warszawy, w którym historia łączy się z pasją, a tradycja z wyrafinowanym kunsztem kulinarnym. Dziś „U Fukiera” jest jedyną, historyczną restauracją w Warszawie, która z niezmiennym oddaniem pielęgnuje dawne smaki, nadając im współczesny blask. Miejsce to od lat zachwyca gości z całego świata – artystów, polityków, koronowane głowy.

Poznaj kuchnię, która stała się legendą.

Discover the poetry of flavour and step into the culinary world of Magda Gessler – an icon of Polish gastronomy, a charismatic television personality, a judge on *MasterChef* and the unmistakable host of the cult series *Kuchenne Rewolucje*. A creator of taste, a traveller and an ambassador of Polish cuisine, she has spent years showcasing Poland's culinary heritage around the world, only to return home and breathe new life into forgotten recipes and traditions.

Her restaurant “U Fukiera,” honoured many times by the Michelin Guide, is the culinary heart of Warsaw, where history meets passion and tradition blends with refined craftsmanship. Today, “U Fukiera” stands as the city's only historic restaurant devoted to preserving age-old flavours while giving them a contemporary glow. For years it has captivated guests from across the globe – artists, politicians and royalty alike.

Discover the cuisine that has become a legend.

Magda Gessler



ZDJĘCIE MAGDY GESSLER IZA GRZYBOWSKA/TVN

↓ KOMPOT Z RABARBARU**RHUBARB COMPOTE**

Polskie gospodynie kochają robić kompoty, także ze świeżo zebranych owoców.

Świetne są z truskawek i wiśni. Ja kocham ze wspomnianego już rabarbaru, który w Chinach od wieków stosowany jest jako środek wspomagający trawienie. Uwaga, liście ma trujące. Dlatego do kompotu tylko łodygi. By zbalansować kwaskowaty smak, dodają wanilii i goździków.

Polish home cooks love making compotes, especially from freshly picked fruit – strawberry and sour cherry are classics. I'm particularly fond of rhubarb, which has been used in China for centuries to support digestion. A word of caution: its leaves are poisonous, so only the stalks should be used. To balance its tartness, I like to add vanilla and cloves.



” Katarzyna Medycejska kochała szpinak i jadła go niemal do każdego posiłku. Ja uwielbiam świeży, zwłaszcza kiedy liście są młode i sprężyste. To doskonały detoks i bomba witaminowa. Piję koktajle ze szpinakiem, kiwi i pietruszką.

Catherine de' Medici loved spinach and ate it with almost every meal. I love it fresh, especially when the leaves are young and springy. It's a perfect detox and a vitamin boost. I like it in smoothies with spinach, kiwi and parsley.

**→ KWIATY Z TWAROŻKIEM****FLOWERS WITH COTTAGE CHEESE**

Kwiaty to nowalijki, które z najprostszego dania uczynią dzieło sztuki. Mnie najbardziej smakują delikatne jak jedwab jadalne bratki, nasturcje i nagietki. Świetnie smakują na przykład z białym serem.

Flowers are the spring's freshest additions – capable of turning even the simplest dish into a work of art. I especially love edible blooms such as silky pansies, nasturtiums and marigolds. They taste wonderful, for example, with fresh white cheese. ■



EXPERIENCE THE BEST OF WARSAW

gfc-grupa.pl



MUZEUM WÓDKI
VODKA MUSEUM
WARSAW

The world's famous spirit still has a few secrets
11 Wierzbowa St., Warsaw, T: +48888600805

elixir
RESTAURANT BY DOM WÓDKI

Modern Polish cuisine
with vodka pairing experience

9/11 Wierzbowa St., Warsaw, T: +48228282211

THE ROOTS
BAR
& MORE

The roots of bartending with polish twist
11 Wierzbowa St., Warsaw, T: +48 888 600 805

**CZERWONY
WIEPRZ**

The last secrets of communist cuisine
68 Żelazna St., Warsaw, T: +48228503144

PRIMITIVO
KUCHNIA I WINO

Mediterranean siesta in the city heart
13 Waliców St., Warsaw, T: +48606444462



RUSZYŁA PRZEDSPRZEDAŻ

BUDYNEK NOWEJ GENERACJI

CU Przełącz codzienność
na komfort

- CU** 2 min do Stacji Metro Imielin
- CU** siłownia TechnoGym z nagłośnieniem
- CU** zaawansowany system parkingowy i kontroli dostępu

Wizualizacje nie stanowią oferty w rozumieniu prawa i opublikowane są w celach informacyjnych.





Spokój. Miasto. Ty.

Calm. The City. And You.

**Codziennosc w dobrym rytmie: 2 min do metra Imielin,
10 min do Lasu Kabackiego i technologia, która ułatwia życie.**
Everyday life in a good rhythm: 2 minutes to Imielin metro station,
10 minutes to Kabaty Forest, and technology that makes life easier.

Cynamonowa to kameralne osiedle realizowane przez firmę Monting Development przy ul. Cynamonowej 23 na warszawskim Ursynowie – blisko zieleni i miejskich wygod. Do metra Imielin dojdiesz pieszo w 2 minuty, a do Lasu Kabackiego dojedziesz rowerem w 10 minut.

Trzy nowoczesne budynki oferują 187 mieszkań i 16 lokali usługowych. Szlachetna elewacja i duże przeszklenia ze szklanymi balustradami zapewniają światło i lekkość bryły.

Codziennosc ułatwiają: rozbudowany system smart home, kontrola dostępu i monitoring, prywatny automat paczkowy, winda techniczna dla rowerów, miejsca pod ładowarki aut elektrycznych, strefa KidsPlay i siłownia dla mieszkańców.

Cynamonowa is an intimate development by Monting Development, located at 23 Cynamonowa Street in Warsaw's Ursynów district – close to greenery and urban amenities. The Imielin metro station is a 2-minute walk away, while Kabaty Forest can be reached by bike in 10 minutes.

Three modern buildings offer 187 apartments and 16 commercial units. The elegant façade and large glazing with glass balustrades provide plenty of light and give the architecture a sense of lightness.

Everyday life is made easier by a range of amenities: an advanced smart home system, access control and monitoring, a private parcel locker, a technical lift for bicycles, spaces for electric car chargers, a KidsPlay zone, and a residents' gym.



Monting Development 2 Sp. z o.o.
ul. Rondo Daszyńskiego 1
00-843 Warszawa



Dowiedz się więcej: / Find out more:
CU23.PL

Przedstawione wizualizacje i inne elementy graficzne mają charakter wyłącznie poglądowy i stanowią materiał pomocniczy dla przyszłych nabywców. Ostateczny wygląd budynków oraz zagospodarowania terenu mogą podlegać zmianom na etapie realizacji projektu w zakresie dozwolonym przez obowiązujące przepisy. Wizualizacja nie jest oświadczeniem woli ani nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 par. 1 kodeksu cywilnego.

The presented visualizations and other graphic elements are for illustrative purposes only and constitute supplementary material for prospective purchasers. The final appearance of the buildings and site development may be subject to change during the project implementation stage within the scope permitted by applicable laws and regulations. The visualization does not constitute a declaration of intent nor does it constitute an offer within the meaning of Article 66 §1 of the Civil Code.

KAŻDY SPEKTAKL TO DLA NAS ŚWIĘTO

EVERY PERFORMANCE
IS A CELEBRATION

O jubileuszu 65-lecia Warszawskiej Opery Kameralnej, spektakularnych premierach i kulminacji sezonu rozmawiamy z dr hab. Alicją Węgorzewską-Whiskerd, dyrektorką instytucji.

On the 65th anniversary of the Warsaw Chamber Opera, its spectacular premieres, and the culmination of the season, we speak with Dr Alicja Węgorzewska-Whiskerd, the institution's director.



Alicja Węgorzewska-Whiskerd,
dyrektorka Warszawskiej Opery Kameralnej,
director of the Warsaw Chamber Opera.

tekst / by MARIANNA KUCHARSKA

PL

W tym roku kierowana przez Panią Warszawską Opera Kameralna obchodzi 65-lecie, a Festiwal Mozartowski 35-lecie. Czy szykuje

Pani coś wyjątkowego?

Przyzwyczajaliśmy widzów do tego, że każdy nasz spektakl, koncert są świętem sztuki. Ale oczywiście każdy dyrektor instytucji kultury chce w szczególny sposób podkreślić wyjątkowość takiego sezonu czy danego roku. Mamy już za sobą premierę opery Leszka Możdżera *Bal w operze*. Nadkomplety publiczności, frenetyczne przyjęcie przez publiczność i entuzjastyczne recenzje to najlepsza miara sukcesu. Punktem kulminacyjnym obchodów będzie Festiwal Mozartowski. Rozpoczynamy 7 maja premierą *Così fan tutte* w reżyserii Pawła Szkotaka, pod batutą Adama Banaszaka. Czekają nas także gwiazdorskie wykonanie *Don Giovanniego* w Filharmonii Narodowej z udziałem znakomych artystów: Andrzeja Filończyka, Krzysztofa Bączyka, Adama Palki oraz Alexandry Nowakowski – a także klasyczna inscenizacja tego dzieła w naszym teatrze. Zobaczymy również *Urowadzenie z seraju* w interpretacji Teatru Marionetek z Dusseldorfu oraz całą koronę oper Mozartowskich z *Czarodziejskim fletem* i *Weselem Figara* na czele. Na najmłodszych melomanów czekają odrębny cykl *Mozart Junior* oraz premiera *Dyrektora teatru* Jakuba Przebindowskiego. Na zakończenie zaplanowaliśmy Galę *Mozart Night* w ramach Centralnego Placu Muzyki. Oznacza to, że przed PKiN wystąpi jedna z najwybitniejszych śpiewaczek, multilaureatka nagrody Grammy – Joyce DiDonato.

ENG

This year, the Warsaw Chamber Opera, under your direction, is celebrating its 65th anniversary, and the Mozart Festival its 35th. Are you preparing anything special?

We've accustomed audiences to each of our performances and concerts being a celebration of art. But of course, every director of a cultural institution wants to highlight the exceptional nature of a given season in a special way. We've already staged the premiere of *Ball at the Opera* by Leszek Możdżer. Sold-out audiences, an electrifying reception, and enthusiastic reviews are the best measure of success. The highlight of the celebrations will be the Mozart Festival. We open on 7 May with the premiere of *Così fan tutte*, directed by Paweł Szkotak and conducted by Adam Banaszak. We are also expecting a star-studded performance of *Don Giovanni* at the National Philharmonic, as well as a classical staging of this work at our theatre. There will also be *The Abduction from the Seraglio* performed by the Marionette Theatre of Düsseldorf, alongside a whole range of Mozart operas, including *The Magic Flute* and *The Marriage of Figaro*. For our youngest music lovers, we have a dedicated "Mozart Junior" series and a premiere directed by the theatre's director, Jakub Przebindowski. Finally, we have planned a *Mozart Night Gala* as part of the Central Music Square. This means that Joyce DiDonato, one of the world's most outstanding singers and a multi-Grammy Award winner, will perform in front of the Palace of Culture and Science.

The Warsaw Chamber Opera's auditorium on Solidarności Avenue is small, yet interest in the events is enormous. How do you manage this?

This is a global phenomenon. When we hosted Branford Marsalis at one of our performances, before the overture to

Sala Warszawskiej Opery Kameralnej w teatrze przy al. Solidarności jest niewielka, a zainteresowanie wydarzeniami ogromne. Jak sobie z tym radzicie?

To jest fenomen w skali światowej. Gdy na jednym ze spektakli gościliśmy Branforda Marsalisa, jeszcze przed uwerturą do *Dardanusa* Jeana-Philippe'a Rameau, zachwyconypisało ekskluzywności naszej sali. I w zasadzie to słowo dobrze oddaje jej charakter. Niemal organiczny kontakt ze śpiewakami czyni nas teatrem niezwykłym. Liczba miejsc sprawia, że na widownię trafiają ci, którym naprawdę na tym zależy – widzowie świadomi, śledzący repertuar, odpowiednio wcześniej kupujący bilety. Zbudowaliśmy też wierną publiczność – to efekt zaufania do marki i konsekwentnych działań przez dziesięciolecia.

Opera jest formą dość sztuczną, bo przecież na co dzień do siebie nie śpiewamy. A jednak widzowie wychodzą ze spektakli poruszeni. Jak to możliwe w dzisiejszych czasach?

Opera to kraina wyobraźni, przestrzeń większej wrażliwości, emocji i refleksji. W sztuce odbijają się kwestie, o których często nie mówimy wprost – stąd tyle w niej miłości, gniewu, nienawiści, tego co ludzkie. Po spektaklach *Balu w operze* Moździerza z tekstem Tuwima krytycy napisali: *To przedsięwzięcie wymyka się prostym kategoriom, a słowo „spektakl” to za mało (...) że to wręcz hollywoodzka produkcja.*

Przed Panią kolejna kadencja w roli dyrektora Warszawskiej Opery Kameralnej. Czy to oznacza zmiany czy kontynuację dotychczasowej drogi artystycznej?

Tak, właśnie podpisałam kontrakt na kolejne 40 miesięcy. Jestem zaszczyczona i szczęśliwa. Przed nami kolejne niezwykle sezony. Teatr – także operowy – rozwija się poprzez ewolucję. Nie lubi gwałtownych zmian. Dyrektor musi patrzeć w przyszłość, jednocześnie stabilnie opierając się na tym, co jest, i potrafiąc docenić to, co już zostało zbudowane. Żaden dyrektor nie zdradza szczegółowych planów – to jak opowiedzieć pointę dowcipu na początku. Mogę jednak zapewnić, że nie zabraknie spektakularnych premier, wielkich nazwisk i wielkich dzieł.

Pojawiają się opinie, że opera i balet umierają. Tymczasem sale są pełne, także młodych widzów...

Nie rozumiem tej opinii. Owszem, teatry muszą dbać o dotychczasowego widza i zabiegać o nowego. Jeśli jednak miernikiem są wyprzedane sale – i w Polsce, i na świecie – trudno mówić o agonii gatunku. Zmieniają się środki wyrazu i technologie, czego dowodem są nasze sceny. Teatr operowy otworzył się na multimedia, wychodząc ze scenicznej klaustrofobii, a Basen Artystyczny to wręcz technologiczny „statek kosmiczny”. Coraz bardziej wymagający widzowie chcą uczestniczyć w czymś szczególnym. A każdy spektakl czy koncert jest właśnie taki – drugi identyczny już się nie wydarzy. ■

” Niemal organiczny kontakt ze śpiewakami czyni nas teatrem niezwykłym.

The almost organic connection with the singers makes us an extraordinary theatre.

Dardanus, he wrote with delight about the exclusivity of our hall. And in fact, that word perfectly captures its character. The almost organic connection with the singers makes us an extraordinary theatre. The limited number of seats ensures that the audience consists of those who truly care – engaged, conscious listeners who follow the repertoire and buy tickets early. We have also built a loyal following – the result of trust in the brand and consistent work over decades.

Opera is a rather artificial form, as we don't usually sing to one another. And yet audiences leave performances deeply moved. How is that possible today?

Opera is a realm of imagination, a space for heightened sensitivity, emotion, and reflection. Art reflects issues we often do not speak about directly – hence the abundance of love, anger, hatred, and the human condition. After Moździer's Ball at the Opera, based on the text by Julian Tuwim, critics wrote: "This undertaking defies simple categories, and the word 'spectacle' is insufficient (...), it is practically a Hollywood production."

You have another term ahead of you as director of the Warsaw Chamber Opera. Does this mean change or a continuation of the current artistic path?

Theatre – including opera – develops through evolution. It resists abrupt change. A director must look to the future while remaining firmly grounded in what exists and appreciating what has already been built. No director reveals detailed plans – it would be like telling the punchline of a joke at the beginning. However, I can assure you that there will be no shortage of spectacular premieres, big names, and great works.

There are opinions that opera and ballet are dying. Yet, auditoriums are full, including with young audiences.

I don't understand this view. Yes, theatres must nurture existing audiences and cultivate new ones. However, if sold-out halls are any measure – both in Poland and worldwide – it is difficult to speak of the genre's decline. Means of expression and technology are evolving, as our stages clearly show. Opera has opened up to multimedia, overcoming the limitations of the stage, and Basen Artystyczny is a virtual technological "spaceship." Increasingly discerning audiences want to be part of something truly special. And every performance or concert is exactly that – there will never be another one quite the same. ■

Najpierw relaks

First Relax

...a dopiero potem pielęgnacja całego ciała – poleca ekspertka kosmetologii Kamila Wrzodak-Frydrych.
...and only then move on to full-body care, recommends Kamila Wrzodak-Frydrych.

tekst / by LENA IWAŃSKA



PL

Od czego zawsze powinna zaczynać się świadoma pielęgnacja ciała?

Od holistycznego kroku, czyli wyciszenia organizmu. Co to oznacza – najpierw powinniśmy postarać się zredukować stres, skupić na odzyskaniu równowagi układu nerwowego, a później włączyć działania pielęgnacyjne, które dzięki pierwszemu krokowi przynoszą dużo lepsze efekty.

Jakie zabiegi na ciało rekomenduje Pani zatem na początek?

Szczególne miejsce zajmuje endermologia LPG Alliance. To nieinwazyjna metoda, która pobudza

ENG

Where should conscious body care always begin?

With a holistic step – calming the body. This means that we should first try to reduce stress, focus on restoring the balance of the nervous system, and only then introduce skin-care treatments, which, thanks to this first step, bring much better results.

So what body treatments do you recommend to start with?

A special place is held by LPG Alliance endermology. It is a non-invasive method that stimu-

krążenie, wspiera redukcję cellulitu, poprawia jędrność skóry, redukuje poziom kortyzolu nawet o 52 proc. Kluczem jest właściwe, indywidualne dopasowanie terapii do potrzeb organizmu. Kolejnym ważnym elementem są zabiegi o działaniu detoksykującym i odżywczym, takie jak: body wrapping czy rytuały spa. Następnym jest zaplanowanie terapii tak, aby przyniosła możliwie najlepsze efekty, bez bólu. W praktyce oznacza to, że regeneracja zaczyna się od odprężenia, detoksykacji, a potem wzmacniana jest działaniem składników aktywnych.

Na czym polega nowoczesna kosmetologia?

Powinna łączyć technologie. Właśnie dlatego zabiegi modelujące sylwetkę – jak eximia, kriolipoliza, masaż czy drenująca endermologia to nie tylko odchudzanie, ale wspieranie skóry i organizmu na każdym poziomie. Jednak zanim poddamy się jakimkolwiek zabiegom, w każdej klinice lub SPA powinna być przeprowadzona indywidualna analiza potrzeb, nawyków i kondycji organizmu, które pozwalają osiągnąć trwałe efekty. Dbanie o ciało to nie luksus, lecz odpowiedzialność za własne zdrowie i samopoczucie. ■



Kamila Wrzodak- Frydrych

ekspertka kosmetologii,
właścicielka
Hamak SPA

cosmetology expert,
owner of Hamak SPA

lates circulation, supports the reduction of cellulite, improves skin firmness and reduces cortisol levels by up to 52 per cent. The key is proper, individually tailored therapy suited to the body's needs. Another important element is detoxifying and nourishing treatments, such as body wrapping or spa rituals. The next step is to plan the therapy in such a way that it brings the best possible results without pain. In practice, this means that regeneration begins with relaxation and detoxification, and is then strengthened by the action of active ingredients.

What is modern cosmetology all about?

It should combine technologies. This is why body-contouring treatments – such as eximia, cryolipolysis, massage or drainage endermology – are not only about slimming, but about supporting the skin and the body on every level. However, before undergoing any treatments, every clinic or spa should carry out an individual analysis of the patient's needs, habits and condition, which allows for lasting results. Taking care of the body is not a luxury, but a responsibility for one's health and well-being. ■

REKLAMA

Wakacje na lata

 **Almatur**® lat

Od 70 lat tworzymy najpiękniejsze wspomnienia z kolonii, obozów młodzieżowych i kursów językowych.





1

2

MAJÓWKA

MAY GETAWAY

To nie tylko kilka dni wolnego. To stan ducha, chwila relaksu, spontaniczny wypad za miasto, który warto dobrze przeżyć i podczas którego warto dobrze wyglądać.

It's not just a few days off. It's a state of mind – a moment of relaxation, a spontaneous escape from the city, one worth fully enjoying and looking your best for.



8



3



4



6



7

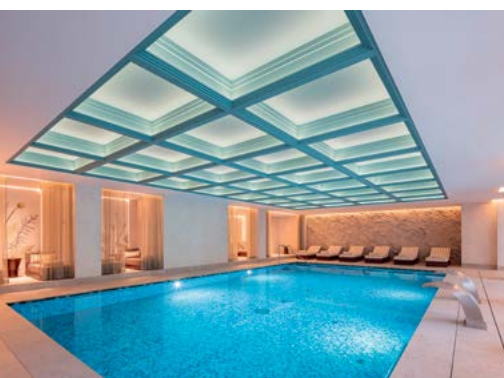


5



1. Sukienka Tahiti, 299,99 zł, Tahiti dress PLN 299,99, **REGATTA 2. Broszka, 845 zł, Broche,** PLN 845, **FEDERICA TOSI 3. Lakier do paznokci Goldie Red, 124 zł, Goldie Red** nail polish, PLN 124, **GUCCI 4. Torebka, 1543 zł, Bag,** PLN 1543, **GANNI 5. Pas, 844 zł, Belt,** PLN 844, **ERIKA CAVALLINI 6. Portfel podróżny Marshall Mara, 3590 zł, Marshall Mara travel wallet,** PLN 3590, **SMYTHSON 7. Kolczyki, 1139 zł, Earrings,** PLN 1139, **HUGO KREIT 8. Perfumy FORTUNA 50 ml, 405 zł, FORTUNA eau de toilette,** PLN 405, **JAN BARBA 9. Naszyjnik, 679 zł, Necklace,** PLN 679, **MONICA VINADER 10. Świeca zapachowa, 117 zł, Scented candle,** PLN 117, **NOW YOU 11. Perleki rozświetlające, 335 zł, Light revealing pearls,** PLN 335, **GUERLAIN 12. Kapelusz, 115 zł, Hat,** PLN 115, **LIPSY 13. Sandały, 3330 zł, Sandals,** PLN 3330, **KHAITE 14. Zegarek Aviator Swiss Made, 3500 zł, Aviator Swiss Made watch,** PLN 3500, **AVIATOR 15. Kosz piknikowy, 320 zł, Picnic basket,** PLN 320, **BOLTZE 16. Kostium kąpielowy, 1902 zł, Swimsuit,** PLN 1902, **SOFIA ERHAN 17. Chusta, 980 zł, Scarf,** PLN 980, **FABIANA FILIPPI 18. Okulary przeciwsłoneczne, 1799 zł, Sunglasses,** PLN 1799, **GUCCI**

Dobry adres
Good Address



MARIAŃSKIE ŁAŻNIE

GOŚCINNOŚĆ PREMIUM PREMIUM HOSPITALITY

Mariańskie Łaźnie, należące do stowarzyszenia Great Spa Towns of Europe i wpisane na listę UNESCO, od ponad dwustu lat przyciągają gości z całego świata. Zaprojektowana jako „uzdrowisko w parku” architektoniczna perła Czech fascynowała takie postaci historyczne jak Johann Wolfgang von Goethe, Fryderyk Chopin czy król Edward VII. Właśnie tu w marcu tego roku otwarto hotel premium Swissôtel Mariánské Lázně. Na gości czekają tu wygodne apartamenty, strefa spa, basen oraz restauracja z lokalną autorską kuchnią. Obiekt funkcjonuje pod marką Accor. – Swissôtel Mariánské Lázně idealnie oddaje nasze zaangażowanie w dbałość o życiowy balans i dobre samopoczucie. Łącząc charakterystyczną dla marki szwajcarską jakość z bogatym dziedzictwem i uzdrowiskowymi tradycjami tego miejsca, oferujemy gościom pobyt, który regeneruje ciało i umysł – tłumaczy Jean Wendling, Vice President Operations Management for Premium, Midscale and Economy brands Eastern Europe w Accor.

Mariánské Lázně, part of the Great Spa Towns of Europe and a UNESCO World Heritage Site, has been attracting visitors from around the world for over two hundred years. Designed as a “spa in a park”, this architectural gem of the Czech Republic captivated figures such as Johann Wolfgang von Goethe, Frédéric Chopin and Edward VII. It was here that the premium hotel Swissôtel Mariánské Lázně opened in March this year. Guests can enjoy comfortable suites, a spa area, a swimming pool and a restaurant serving locally inspired signature cuisine. The property operates under the Accor brand. “Swissôtel Mariánské Lázně perfectly reflects our commitment to life balance and well-being. By combining the Swiss quality that defines the brand with the rich heritage and spa traditions of this destination, we offer guests a stay that rejuvenates both body and mind,” explains Jean Wendling, Vice President Operations Management for Premium, Midscale and Economy brands Eastern Europe at Accor.

więcej | more: [accor.com](https://www.accor.com)

Letnisko

Najbardziej letni bar Warszawy

Letnisko nad Wisłą, to smak lata w jego najlepszym wydaniu – autorskie koktajle, street food z charakterem i wieczory, które płyną własnym rytmem. To tutaj, spontaniczne spotkania zyskują oprawę, a zwykły wypad na miasto zmienia się w chwilę, do której chce się wracać.

Warsaw's ultimate summer bar

Letnisko on the Vistula captures summer at its finest – signature cocktails, street food with character, and evenings that move to their own rhythm. Here, spontaneous get-togethers feel elevated, and a simple night in the city becomes something worth returning to.



Wybrzeże Gdylskie 2, Warsaw
www.letniskozoliborz.pl
IG: letnisko_zoliborz

REKLAMA



DR BARBARA JERSCHINA

FACE & BODY CLINIQUE

Warszawska Face & Body Clinique specjalizuje się w procedurach z zakresu medycyny estetycznej i pielęgnacji skóry. W praktyce klinicznej wykorzystywane są certyfikowane technologie oraz wyroby medyczne zgodnie z ich przeznaczeniem i obowiązującymi normami. Każda procedura poprzedzona jest indywidualną konsultacją oraz kwalifikacją specjalisty – wyjaśnia właścicielka kliniki, dr Barbara Jerschina.

W ofercie znajdują się m.in. **technologie Endolift, Ulthera Prime, Thermage FLX oraz Ultraformer MPT.**

Warsaw's Face & Body Clinique focuses on aesthetic medicine procedures and advanced skin care.

The clinic uses certified technologies and medical devices in accordance with their intended use and applicable regulations. Each procedure is preceded by an individual consultation and professional qualification, explains the clinic's founder, Dr Barbara Jerschina.

The clinic's offer includes technologies such as **Endolift, Ulthera Prime, Thermage FLX and Ultraformer MPT.**



ul. Topiel 18, Warszawa-Powisłe

tel. +48 662 886 601
drjerschina.pl



Dobry adres

Good Address



ENERGIA. NIE TYLKO NA TALERZU ENERGY. NOT ONLY ON THE PLATE

WARSAW

MOXO High Energy Restaurant w Fabryce Norblina to unikalne miejsce, gdzie kuchnia itameshi łączy japońską precyzję z włoską fantazją, a jakość sushi potwierdza certyfikat JETRO. W weekendy przestrzeń ożywa dzięki spektakularnym show akrobatyczno-tanecznym i koncertom, tworząc doświadczenie wykraczające daleko poza klasyczną kolację. Całość dopełnia najwyższy bar w Polsce, z wyjątkową selekcją autorskich koktajli, które idealnie wpisują się w energetyczny, wielowymiarowy charakter miejsca.

MOXO High Energy Restaurant at Fabryka Norblina is a unique destination where itameshi cuisine blends Japanese precision with Italian flair, while the quality of the sushi is potwierdza by the JETRO certificate. On weekends, the space comes alive with spectacular acrobatic and dance performances, as well as concerts, creating an experience that goes far beyond a traditional dinner. The whole concept is completed by the highest bar in Poland, offering an exceptional selection of signature cocktails that perfectly match the venue's energetic, multi-dimensional character.

więcej | more: www.moxo.pl



WARSAW

KOLEKCJA BEZ KOMPROMISÓW

COLLECTION WITHOUT COMPROMISE

W warszawskiej modernistycznej kamienicy przy ul. Wilczej pojawiło się nowe miejsce dla miłośników sztuki współczesnej – Maison D'Art Gallery. To kameralna przestrzeń, która powstała z pasji do sztuki i potrzeby otwarcia polskiego rynku na międzynarodowych twórców. Założyciel Chris Zerbone i dyrektor artystyczna Magdalena Lewko stworzyli miejsce, gdzie dobór artystów i ich prac jest przemyślany i bezkompromisowy, niczym w prywatnej kolekcji.

In a modernist tenement building on Wilcza Street in Warsaw, a new destination for contemporary art lovers has emerged – Maison D'Art Gallery. This intimate space was born out of a passion for art and a desire to open the Polish market to international artists. Founder Chris Zerbone and artistic director Magdalena Lewko have created a place where the selection of artists and their works is thoughtful and uncompromising – much like a private collection.



SPA APHRODITE RAJECKÉ TEPLICE, SLOVACJA

- TOP europejska destynacja uzdrowiskowa
- leczenie układu mięśniowo-szkieletowego i chorób neurologicznych
- naturalna woda lecznicza i balneoterapia
- 11 basenów termalnych z całoroczną działalnością
- nowoczesny i wysoce profesjonalny SPA REHAB CLINIC
- zabiegi lecznicze, profilaktyczne i relaksacyjne
- największy zespół Świata saun i strefa Natural SPA
- MEJAL - nowe studio beauty
- zakwaterowanie w 3 - 5**** standardzie

+421 41 549 42 56

spa@spa.sk

www.spa.sk



SPA APHRODITE
RAJECKÉ TEPLICE



UDANE UZDROWIENIE PANA ADAMÍKA PO UDARZE ...

Pan Adamík od dawna odwiedza nasze uzdrowisko i jest żywym przykładem tego, jak nasza termalna woda mineralna naprawdę pomaga i ratuje zdrowie. Minęło ponad 20 lat, odkąd pan Adamík doznał udaru mózgu. Odcisnęło to piętno na wrażliwości jego nóg. Jakiś czas po tym nieszczęśliwym zdarzeniu otrzymał od bliskich prezent w postaci pobytu w SPA Aphrodite w Rajeckich Teplicach. Ką-

piąc się w naszej mineralnej, leczniczej wodzie podczas podwodnego masażu strumieniowego, po dziesięciu latach nagle odzyskał czucie w nogach. „Jeździliśmy do Państwa regularnie i stało się coś niesamowitego! Dziesięć lat po udarze nagle odzyskałem czucie w nodze. Dzięki właściwie ukierunkowanej rehabilitacji mogłem znów w pełni nią poruszać” – mówi Pan Karel Adamík.





KRZESK

GDZIE RODZI SIĘ SMAK WHERE THE TASTE IS BORN

Wśród łąk, sadów i pól, nieco ponad godzinę drogi od Warszawy, w niewielkiej miejscowości Krzesk znajdziemy absolutnie unikatowe miejsce. Mowa o Gorzelnicy Chopin należącej do Podlaskiej Wytwórni Wódek Polmos S.A., gdzie można zobaczyć, jak powstają wyjątkowe alkohole, ale też poznać dawne receptury przekazywane z pokolenia na pokolenie, etapy produkcji oraz historię tego miejsca. Pierwotnie mała gorzelnia była częścią zespołu dworskiego obejmującego m.in. pałac, park i kościół. Od tamtej pory sporo się zmieniło, ale gorzelnia nie straciła nic ze swego uroku. Dziś na cały kompleks składają się: część historyczna z tradycyjną miedzianą kolumną destylacyjną i część nowoczesna, oddana do użytku w 2019 r. Tu oprócz alembików znajdują się: sala konferencyjno-kinowa, bar oraz piwnica, w której leżakują alkohole. Zwiedzanie Gorzelnicy Chopin zakończone jest zazwyczaj degustacją, która pozwala na poznanie smaku i różnic w poszczególnych alkoholach.

więcej | more: tours@chopinvodka.com

Among the meadows, orchards, and fields, just over an hour's drive from Warsaw, in the small town of Krzesk, lies an absolutely unique place. We are talking about the Chopin Distillery, owned by Podlaska Wytwórnia Wódek Polmos S.A., where you can see how exceptional spirits are made, learn about traditional recipes passed down through generations, and discover the various stages of production as well as the history of this remarkable location. Originally, the small distillery was part of a manor complex, which included a palace, a park, and a church. A lot has changed since then, but the distillery has not lost its charm. Today, the entire complex consists of a historical section, featuring a traditional copper distillation column, and a modern facility, opened in 2019. In addition to the alembics, the site includes a conference and cinema hall, a bar, and a cellar where the spirits mature. A visit to the Chopin Distillery typically ends with a tasting, offering guests the opportunity to explore the flavors and nuances of individual spirits.

Wizyta w Gorzelnicy Chopin jest możliwa po wcześniejszej rezerwacji terminu. A visit to the Chopin Distillery is available by prior appointment.





NIE CHODZI WYŁĄCZNIE O EFEKT „PRZED I PO”,
LECZ O TRWAŁĄ ZMIANĘ, SPÓJNĄ Z NATURĄ PACJENTA.
DLATEGO DZIŚ W TRENDZIE JEST NIE HOLLYWOOD,
A ITALIAN SMILE – NIEWYMUSZONY, PODKREŚLAJĄCY
URODĘ, A NIE PRÓBUJĄCY DOMINOWAĆ NATURĘ UŚMIECH
– MÓWI DOKTOR TOMASZ KUPRYŚ Z KUPRYŚ DENTAL CLINIC.

*"IT'S NOT JUST ABOUT THE "BEFORE AND AFTER" EFFECT,
BUT ABOUT A LASTING CHANGE THAT REMAINS IN HARMONY WITH
THE PATIENT'S NATURAL FEATURES. THAT'S WHY TODAY,
IT'S NO LONGER THE HOLLYWOOD SMILE THAT DEFINES
THE TREND, BUT THE ITALIAN SMILE – EFFORTLESS, ENHANCING
RATHER THAN OVERPOWERING NATURAL BEAUTY".*
SAYS DR TOMASZ KUPRYŚ OF KUPRYŚ DENTAL CLINIC.



Licówki bez szlifowania, czyli naturalne piękno No-Prep Veneers – A Natural Approach to Beauty

„Współczesna stomatologia estetyczna nie powinna tworzyć uśmiechów, które widać z daleka. Tylko takie, które trudno odróżnić od natury” – to Pana dewiza

Bo nie chodzi wyłącznie o efekt „przed i po”, lecz o trwałą zmianę, spójną z naturą pacjenta. Dlatego dziś w trendzie jest nie Hollywood, a Italian smile – niewymuszony, podkreślający urodę, a nie próbujący dominować naturę. Warto pamiętać, że ładne zęby to zdrowe zęby, więc oczekiwania estetyczne pacjenta powinny korespondować ze strategią kompleksowego leczenia.

Wokół licówek narosło wiele obaw, zwłaszcza dotyczących tzw. piłowania zębów.

Jako entuzjasta małoinwazyjnej stomatologii powtarzam pacjentom: współczesna stomatologia opiera się na minimalnej preparacji. W wybranych przypadkach możliwe jest wykonanie licówek bez opracowania.

Jak ważna jest jakość materiałów?

Najważniejsza. W Kupryś Dental Clinic mamy laboratorium protetyczne – zespół techników, ale też lekarzy wszystkich specjalności, którzy pozwalają na pełną personalizację uśmiechu na miejscu w klinice. Współpracujemy z najlepszymi pracownikami w Polsce i we Włoszech. Każdy pacjent otrzymuje kompleksowy plan leczenia zawierający ceny i procedury obowiązujące przez cały czas trwania leczenia. Zabiegi przygotowujące z zakresu innych dziedzin stomatologii, zachowawczej, endodoncji, chirurgii czy ortodoncji, wykonywane są na miejscu – także w narkozie.

Czy licówki to rozwiązanie na lata?

Na pewno trwalsze, bardziej estetyczne niż popularny dziś bonding. Choć bonding nie jest złym rozwiązaniem, licówki dają większą precyzję w kształtowaniu koloru, proporcji czy przezierności. Nie ulegają przebarwieniom, zachowują pierwotny połysk, a przy prawidłowej higienie oraz wizytach kontrolnych ich trwałość to 20 lat.

“Modern aesthetic dentistry should not create smiles that can be spotted from a distance, but ones that are almost indistinguishable from nature.” This is your guiding principle.

Because it's not just about the “before and after” effect, but about a lasting change that remains in harmony with the patient's natural features. That's why today the trend is no longer the Hollywood smile, but the Italian smile – effortless, enhancing beauty rather than overpowering it. It is also worth remembering that beautiful teeth are healthy teeth, so a patient's aesthetic expectations should align with a comprehensive treatment strategy.

There are many concerns surrounding veneers, especially about so-called “tooth shaving”.

As an advocate of minimally invasive dentistry, I tell my patients that modern dentistry is based on minimal preparation. In selected cases, veneers can be placed without any tooth reduction at all.

How important is the quality of materials?

Crucial. At Kupryś Dental Clinic, we have our own prosthetic laboratory – a team of technicians, as well as doctors across all dental specialties, allowing for full on-site personalisation of each smile. We also collaborate with leading laboratories in Poland and Italy. Every patient receives a comprehensive treatment plan, including pricing and procedures valid throughout the entire course of treatment. Preparatory procedures across other fields of dentistry – conservative, endodontic, surgical or orthodontic – are carried out on site, including under general anaesthesia.

Are veneers a long-term solution?

Certainly more durable and more aesthetic than the increasingly popular bonding. While bonding is not a bad option, veneers offer greater precision in shaping colour, proportions and translucency. They do not stain, retain their original shine, and with proper hygiene and regular check-ups, they can last up to 20 years.



Kupryś Dental Clinic,
ul. Kazimierza Brokła 2, Warszawa

22 699 60 42

kuprysdentalclinic.pl

Proste nawyki, duże efekty

Simple Habits, Big Impact

Picie wody, podobnie jak ruch, powinny być świadomą strategią zdrowotną – tłumaczy dr hab. Piotr Merks. "Drinking water, much like physical activity, should be a conscious health strategy," explains Piotr Merks.

tekst / by **MARIANNA KUCHARSKA**

PL

Rozmawiamy wczesnym popołudniem. Ile wody już Pan dziś wypił?

Popijam cały dzień i myślę, że jakieś 1,5 litra.

Zresztą pilnuje mnie aplikacja IKP, ale jest też wiele innych, również darmowych. Warto pamiętać, że zdrowe nawadnianie nie polega na tym, że ktoś wieczorem wypije jednym haustem dwa litry wody. Organizm potrzebuje płynów regularnie, w małych porcjach, rozłożonych równomiernie w ciągu dnia. To szczególnie ważne u osób starszych, bo one często tracą naturalne odczuwanie pragnienia. U nich picie wody przestaje być odruchem, a zaczyna świadomą strategią zdrowotną. I to dotyczy całych rodzin. Trzeba pić systematycznie, zanim pojawi się uczucie silnego pragnienia. Pamiętam własną babcię, która z wiekiem po prostu zapomniała pić. To nie wynikało z braku rozsądku, tylko z fizjologii starzenia. Kończyły się to okresami znacznego osłabienia, zawrotami głowy, a nawet omdleniami i pobytami w szpitalu.

Ale kiedy tak popijamy tę wodę cały dzień, chyba łatwo ją przedawkować?

Nadmiar wody wypity w krótkim czasie może rzeczywiście doprowadzić do hiponatremii, czyli nad-

ENG

It's early afternoon. How much water have you had so far today?

I sip throughout the day – I'd say around 1.5 litres. I also have the IKP app keeping an eye on me, although there are plenty of others, including free ones. It's worth remembering that healthy hydration isn't about downing two litres of water in one go in the evening. The body needs fluids regularly, in small portions, spread evenly throughout the day. This is especially important for older people, as they often lose their natural sense of thirst. For them, drinking water stops being a reflex and becomes a conscious health strategy. And this applies to entire families. You need to drink consistently, before strong thirst kicks in. I remember my own grandmother, who would simply forget to drink. It wasn't a lack of common sense – it was the physiology of ageing. It led to periods of significant weakness, dizziness, even fainting and hospital stays.

But if we're sipping water all day, isn't it easy to overdo it?

Drinking excessive amounts of water in a short time can indeed lead to hyponatremia – an excessive dilution of sodium in the body, which can disrupt brain function, cause nausea, confusion, and even seizures. In my experience, however, especially among older people, the far more common – and insidious – problem is insufficient fluid intake.

What are the first signs of dehydration?

They're usually subtle, which is why we tend to ignore them. Most often you'll see dry mouth, fatigue, headaches, reduced concentration, dizziness, darker urine and less frequent urination. The typical symptoms of dehydration are often absent

miernego rozcieńczenia sodu w organizmie, a to z kolei może zaburzać pracę mózgu, wywoływać nudności, dezorientację, a nawet drgawki. Natomiast z mojego doświadczenia wynika, że zwłaszcza u osób starszych zdecydowanie częstszym i podstępny problem jest za mało płynów.

Jakie są zatem pierwsze objawy odwodnienia?

Są zwykle mało spektakularne, dlatego je lekceważymy. Najczęściej pojawia się suchość w ustach, osłabienie, ból głowy, pogorszenie koncentracji, zawroty głowy, ciemniejszy mocz i rzadsze oddawanie moczu. U seniorów odwodnienie często nie daje klasycznego obrazu. Zamiast silnego pragnienia pojawia się splątanie, senność, osłabienie, gorsza tolerancja wysiłku, a czasem nawet omdlenie. Zaś przewlekłe odwodnienie może prowadzić do poważnych chorób, np. sprzyjać kamicy nerkowej, zakażeniom układu moczowego, zaparciom, pogorszeniu funkcji poznawczych czy zaburzeniom pracy układu krążenia. Zdarza się, że u pacjentów starszych i wielochorobowych przewlekły niedobór płynów uruchamia dekompensację całego organizmu. To nie jest drobiazg. Bywa, że to pierwszy krok do hospitalizacji. Powiedziałbym nawet mocniej: u seniora, a coraz częściej przedstawicieli właśnie tej grupy wiekowej widać w podróżach po całym świecie, odwodnienie potrafi być punktem zapalnym dla całej kaskady powikłań. Jeżeli pacjent i tak ma ograniczoną rezerwę nerkową, gorszą tolerancję zmian ciśnienia, przyjmuje leki hipotensyjne, moczopędne, przeciwkukrzykowe, przeciwbólowe czy przeciwkrzepliwie, to brak odpowiedniej podaży płynów szybko pogarsza sytuację kliniczną. Wtedy cierpi cały układ krążenia i inne narządy.

Które napoje najlepiej nawadniają organizm? A jakie wręcz przeciwnie?

Najlepszym napojem pozostaje woda. Dobrze sprawdzają się także płyny z elektrolitami, zwłaszcza podczas upałów, biegunki, wymiotów, gorączki czy podróży. Dobre nawodnienie mogą wspierać również niektóre lekkie napary czy zupy. Natomiast alkohol działa odwadniająco i w praktyce pogarsza sytuację. Duża ilość słodzonych napojów także nie jest dobrym rozwiązaniem. U pacjentów starszych szczególnie niebezpieczne jest myślenie, że „herbatka, kawa i nic więcej” załatwiają sprawę. Czasem bilans płynowy jest wtedy pozornie obecny, ale klinicznie niewystarczający.

A teraz odwieczne pytanie: kranówka czy z butelki?

W Polsce w większości miejsc woda z kranu spełnia normy jakości i jest bezpieczna do picia. Wybór między kranówką a wodą butelkowaną jest więc najczęściej kwestią wygody, smaku i sytuacji. Natomiast podczas podróży sytuacja się zmienia. W po-



Dr hab. n. med. i n. o zdr. Piotr Merks

farmaceuta, naukowiec, ekspert w zakresie opieki farmaceutycznej oraz zdrowia publicznego.

W 2024 r. znalazł się w gronie Top 100 najbardziej wpływowych osób w systemie ochrony zdrowia

w Polsce. Specjalizuje się w m.in. w szczepieniach. pharmacist, scientist, and expert in pharmaceutical care and public health.

In 2024, he was named among the Top 100 most influential figures in Poland's healthcare system.

He specialises, among other areas, in vaccinations.

in the elderly. Instead of strong thirst, there may be confusion, drowsiness, weakness, poorer tolerance to exertion, sometimes even fainting. Chronic dehydration, meanwhile, can lead to serious conditions – it may contribute to kidney stones, urinary tract infections, constipation, cognitive decline, or cardiovascular dysfunction. In older, multi-morbid patients, a long-term lack of fluids can trigger a decompensation of the entire body. This is not trivial. It can be the first step toward hospitalisation. I would go further – in seniors, a group we increasingly see travelling worldwide, dehydration can be the spark that sets off a cascade of complications. If a patient already has limited renal reserve, poorer tolerance to blood pressure fluctuations, and is taking antihypertensives, diuretics, antidiabetics, painkillers or anticoagulants, inadequate fluid intake can quickly worsen their clinical condition. The entire circulatory system and organ perfusion suffer.

Which drinks hydrate best – and which do the opposite?

Water is the best option. Fluids with electrolytes also work well, especially during heat, diarrhoea, vomiting, fever or travel. Some light infusions or soups can also support hydration. Alcohol, on the other hand, is dehydrating and therefore worsens the situation. Large amounts of sugary drinks are not a good solution either. In older patients, it can be particularly misleading to think that tea and coffee alone will suffice. The fluid balance may seem adequate on paper, but clinically it often isn't.

And the eternal question: tap or bottled water?

In most places in Poland, tap water meets quality standards and is safe to drink. The choice between tap and bottled water is therefore usually a matter of convenience, taste and context. When travelling, however, the situation changes. You always need to consider local sanitary standards and microbiological safety. Outside Europe, tap water shouldn't be trusted blindly – you should rely on safe, verified sources. The rule is simple: if in doubt, don't risk it. This applies not only to tap water, but also to ice cubes, drinks diluted with unknown water, or raw foods washed in it. Personally, after security and before boarding, I already have a bottle of water with me, or I refill a bottle at a drinking fountain – most airports have several.

Why is hydration especially important during long flights?

The air inside an aircraft has very low humidity, which means we lose water faster than usual, often without noticing. Add to that fatigue, time



dróży zawsze trzeba brać pod uwagę lokalny standard sanitarny i bezpieczeństwo mikrobiologiczne wody. Poza Europą nie należy pochopnie ufać wodzie z kranu i trzeba się opierać na źródłach pewnych i sprawdzonych. Zasada jest prosta: jeżeli nie mamy pewności co do bezpieczeństwa, nie ryzykujemy. Dotyczy to nie tylko samej wody z kranu, ale również kostek lodu, napojów rozcieńczanych wodą niewiadomego pochodzenia czy surowych produktów płukanych taką wodą. Realnie z mojej perspektywy, po odprawie i przed wejściem do samolotu mam już kupioną butelkę wody lub napełniam bidon wodą z poidelka – tych jest zwykle kilka na większości lotnisk.

Dlaczego zwłaszcza podczas długiego lotu nawodnienie jest takie ważne?

Samolot to środowisko o bardzo niskiej wilgotności powietrza, co oznacza, że tracimy wodę szybciej niż na co dzień, często tego nie zauważając. Do tego dochodzi zmęczenie, zmiana strefy czasowej, stres i ograniczona aktywność. Organizm pracuje w warunkach, do których nie jest przyzwyczajony. Pamiętam sytuację, kiedy leciałem z zimnej Finlandii do Kuala Lumpur. Byłem ubrany w ciepły wełniany garnitur. Po otwarciu drzwi samolotu uderzyła mnie fala gorąca i wilgoci. W ciągu kilku sekund pot zaczął spływać po nogach, zrobiło się ciężko, pojawił się zawrót głowy. To był czysty szok dla organizmu.

”

Podczas lotu trzeba pić regularnie, nawet jeśli nie odczuwamy pragnienia.

You need to drink regularly during a flight, even if you don't feel thirsty.

zone changes, sometimes stress, and limited movement. Remember: the body is operating in unfamiliar conditions. I remember flying from Finland to Kuala Lumpur. I was wearing a warm wool suit. The moment the plane door opened, I was hit by a wave of heat and humidity. Within seconds, sweat was running down my legs, I felt heavy, dizzy. It was a real shock to the system. That's when the importance of proper hydration becomes all too apparent. If you are already dehydrated, an abrupt change like that can cause a precipitous drop in well-being. That's why you need to drink regularly during a flight, even if you don't feel thirsty.

Since we're talking about flying – why is movement so important on long flights?

Our bodies are not designed to sit for hours without changing position. When we sit for long periods, the leg muscles are barely working. This matters greatly, because the calf muscles help "pump" blood from the legs back toward the heart. Without movement, blood circulation slows and begins to pool in the lower limbs. At first, this shows up as heaviness or swelling in the legs, but in more advanced cases it can increase the risk of clot formation. Even small amounts of movement during a flight can make a real difference to safety.





Tysiące hoteli z widokiem na morze!



TURCJA | GRECJA | HISZPANIA | CYPR | BUŁGARIA
EGIPT | TUNEZJA | CZARNOGÓRA **NOWOŚĆ**

Sprawdź nasze inne kierunki wakacyjne na coraltravel.pl

I wtedy bardzo wyraźnie widać, jak ważne jest odpowiednie nawodnienie. Jeżeli ktoś wchodzi w takie warunki już odwodniony, ryzyko nagłego pogorszenia samopoczucia rośnie bardzo szybko. Dlatego podczas lotu trzeba pić regularnie, nawet jeśli nie odczuwamy pragnienia.

Skoro jesteśmy przy lataniu – dlaczego ruch jest tak ważny podczas długiego lotu?

Nasze ciało nie jest stworzone do wielogodzinnego siedzenia bez zmiany pozycji. Kiedy siedzimy przez kilka godzin, mięśnie nóg praktycznie nie pracują. To ma ogromne znaczenie, ponieważ to właśnie mięśnie łydek pomagają „przepompowywać” krew z nóg w kierunku serca. Gdy tego ruchu brakuje, krew zaczyna krążyć wolniej i dochodzi do jej zastój w kończynach dolnych. Na początku objawia się to uczuciem ciężkości czy obrzękiem nóg, ale w bardziej zaawansowanych sytuacjach może zwiększać ryzyko powstawania zakrzepów. Dlatego nawet niewielka aktywność podczas lotu ma realne znaczenie dla bezpieczeństwa.

Jak w ogóle dbać o prawidłowe krążenie?

Najważniejsze jest połączenie ruchu i odpowiedniego nawodnienia. Ruch aktywuje mięśnie, które wspomagają powrót krwi do serca, natomiast nawodnienie zapewnia odpowiednią objętość i „płynność” krwi. Jeżeli jednego z tych elementów brakuje, organizm jeszcze sobie radzi, ale gdy brakuje obu, ryzyko problemów wyraźnie rośnie. W praktyce oznacza to, że nie wystarczy tylko siedzieć i „przeczekać lot”. Trzeba świadomie wspierać organizm, nawet prostymi działaniami.

Jakie ćwiczenia można wykonywać w samolocie?

Wystarczy poruszać stopami, wykonywać ich krążenia, naprzemiennie unosić palce i pięty, napinać mięśnie łydek czy prostować i zginać nogi. Nawet drobne ruchy pobudzają krążenie i zmniejszają zastój krwi. Jeżeli tylko jest taka możliwość, warto co jakiś czas wstać i przejść się po pokładzie. To naprawdę robi różnicę i nie wymaga dużego wysiłku.

Czy warto stosować pończochy uciskowe podczas długich lotów?

Tak, pończochy uciskowe są bardzo dobrym i niedocenianym rozwiązaniem. Działają w prosty sposób – poprzez kontrolowany ucisk wspomagają powrót krwi z nóg do serca. Dzięki temu zmniejszają zastój krwi, redukują obrzęki i obniżają ryzyko powikłań zakrzepowych. Szczególnie warto je rozważyć przy długich lotach, u osób starszych, u osób z problemami krążeniowymi lub przyjmujących leki wpływające na układ krążenia. ■



”

Nawet drobne ruchy pobudzają krążenie i zmniejszają zastój krwi.

Even small amounts of movement during a flight can make a real difference to safety.

How can we support proper circulation overall?

The key is to combine movement with proper hydration. Movement activates the muscles that help blood return to the heart, while hydration ensures adequate blood volume and flow. If one of these elements is missing, the body can still cope – but when both are lacking, the risk of problems increases significantly. In practice, this means you shouldn't just sit and “wait out the flight.” You need to consciously support your body, even with simple actions.

What exercises can you do on a plane?

Just move your feet or rotate your ankles. Alternately, you can lift your toes and heels, tense your calf muscles, or straighten and bend your legs. Even small movements stimulate circulation and reduce blood pooling. If possible, it's worth standing up and walking up and down the aisle from time to time. It really makes a difference and doesn't require a lot of effort.

Are compression stockings worth using on long flights?

Yes, compression stockings are a very good and underrated solution. They work in a simple way – through controlled pressure, they support the return of blood from the legs to the heart. This reduces blood pooling, minimises swelling, and lowers the risk of thrombotic complications. They're especially worth considering on long flights, for older individuals, people with circulatory issues, or those taking medication that affects the cardiovascular system. ■

LOT info



DOŁĄCZ DO GRONA ŁOWCÓW OKAZJI!

Join the group of bargain hunters!

 Sprawdź



Będziemy Cię informować o nowościach i promocjach. Przyłącz się do naszych podróżników i nie pozwól by ominęły Cię najlepsze oferty.

 Scan me



We will inform you about news and promotions. Join our travelers and always stay up to date! Don't let the best offers pass you by.

SIATKA POŁĄCZEŃ

Route network

126

FLOTA

Fleet

130

LOT DLA FIRM

LOT dla firm

138

ROZRYWKA POKŁADOWA

In-flight entertainment

140

PORADNIK PASAŻERA

Passenger handbook

144

Zapraszamy na lot.com



SIATKA POŁĄCZEŃ LOT

LOT route network

-  połączenia regularne LOT-u z portu przesiadkowego w Warszawie | LOT schedule services from LOT Warsaw Hub
-  regularne połączenia regionalne LOT-u | LOT schedule services
-  kierunki rozkładowe | schedule destinations
-  kierunki code-share | code-share destinations
-  kierunki czarterowe | charter destinations
-  kierunki sezonowe | seasonal destinations

Połączenia czarterowe średniego i dalekiego zasięgu na sezon zimowy 2025/2026
 Medium & long haul charter services for winter 2025/2026 season

z Katowic do... | from Katowice to:
 Sharm el Sheikh, Bangkok, Cancun, Hurgada, Phu Quoc, Punta Cana, Phuket,

z Warszawy do... | from Warsaw to:
 Agadir, Bangkok, Cancun, Ho Chi Min, Hurghada, Langkawi, Marsa Alam, Mauritius, Phu Quoc, Punta Cana, Puerto Plata, Phuket, Sharm El Sheikh

Połączenia krajowe | Domestic services



SIATKA POŁĄCZEŃ LOT

LOT route network

- połączenia regularne LOT-u z portu przesiadkowego w Warszawie | LOT schedule services from LOT Warsaw Hub
- regularne połączenia regionalne LOT-u | LOT schedule services
- kierunki rozkładowe | schedule destinations
- kierunki rozkładowe i czarterowe | schedule and charter destinations
- kierunki sezonowe | seasonal destinations
- kierunki czarterowe | charter destinations
- kierunki code-share | code-share destinations

Połączenia czarterowe bliskiego zasięgu na sezon zimowy 2025/2026 | Short haul charter services for winter 2025/2026 season

z Warszawy do... | from Warsaw to:
Antalya, Kayseri

*tymczasowo zawieszono | temporarily suspended
Stan na 13/02/2026 | Status as of 13FEB26



SAMOLOTY DALEKODYSTANSOWE

Long-haul aircraft

Boeing 787-9 Dreamliner

Zasięg max | Range 13 350 km



Długość | Length 62,82 m

Liczba
Number in fleet 7

V przelotowa
Cruising speed 875 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 60,17 m

Liczba miejsc BC/PEC/EC
Capacity 24/21/249

Boeing 787-8 Dreamliner

Zasięg max | Range 12 650 km



Długość | Length 56,72 m

Liczba
Number in fleet 8

V przelotowa
Cruising speed 875 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 60,17 m

Liczba miejsc BC/PEC/EC
Capacity 18/21/213

SAMOLOTY ŚREDNIO- I KRÓTKODYSTANSOWE

Medium and short-haul aircraft

Boeing 737 MAX 8

Zasięg max | Range 5 750 km



Długość | Length 39,52 m

Liczba
Number in fleet 26

V przelotowa
Cruising speed 839 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 35,92 m

Liczba miejsc
Capacity 186/189**

Boeing 737-800 NG

Zasięg max | Range 5 435 km



Długość | Length 39,47 m

Liczba
Number in fleet 6

V przelotowa
Cruising speed 834 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 35,78 m

Liczba miejsc
Capacity 186

Embraer E195 E2

Zasięg max | Range 4 815 km



Długość | Length 41,60 m

Liczba
Number in fleet 3

V przelotowa
Cruising speed 876 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 35,12 m

Liczba miejsc
Capacity 136

Embraer 195

Zasięg max | Range 3 990 km



Długość | Length 38,65 m

Liczba
Number in fleet 15

V przelotowa
Cruising speed 870 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 28,72 m

Liczba miejsc
Capacity 118/112**

Embraer 190

Zasięg max | Range 3 461 km



Długość | Length 36,64 m

Liczba
Number in fleet 8

V przelotowa
Cruising speed 863 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 28,72 m

Liczba miejsc
Capacity 106

Embraer 175

Zasięg max | Range 3 300 km



Długość | Length 31,68 m

Liczba
Number in fleet 13***

V przelotowa
Cruising speed 870 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 26,00 m

Liczba miejsc
Capacity 82/88**

Embraer 170

Zasięg max | Range 3 700 km



Długość | Length 29,90 m

Liczba
Number in fleet 2

V przelotowa
Cruising speed 870 km/h

Rozpiętość skrzydeł
Wing span 26,00 m

Liczba miejsc
Capacity 76

** w zależności od wersji **depending on the version

*** w tym dwa do dyspozycji rządu ***including two aircraft at the government's disposal

POLISH AIRLINES

LOT

A STAR ALLIANCE MEMBER

WHAT'S NEW
ON BOARD

MILANOWSKA KRÓWKA / CREAMY FUDGE

Milanowska Krówka to słodki akcent uprzyjemniający rejsy długodystansowe. Pasażerowie LOT Business Class i LOT Premium Economy mogą delektować się nią między serwisami. To idealna chwila przyjemności w trakcie lotu. Ten kultowy polski smakołyk dodaje podróży wyjątkowego, lokalnego charakteru.

Milanowska Krówka - Creamy Fudge adds a sweet touch to long-haul flights. Available to LOT Business Class and LOT Premium Economy passengers between meal services, it offers a perfect moment of indulgence. This iconic Polish treat brings a unique local flavor to the journey.



NOWOŚCI W KATALOGU SHOP&MORE

RABANNE MILLION GOLD FOR HIM



Million Gold Intense to męski zapach pełen blasku i charakteru. Soczysta mandarynka, ciepłe drewno i przyprawy tworzą zmysłową kompozycję. Odkryj elegancję, która przyciąga uwagę i zostaje w pamięci.



CHOCORIGAMI

Chocorigami to czekoladowy żuraw inspirowany sztuką origami. Łączy symbolikę podróży z subtelną słodyczą, tworząc moment uważnej przyjemności.

Chocorigami is a chocolate crane inspired by the art of origami. It fuses the symbolism of travel with subtle sweetness, creating a moment of mindful pleasure.

Million Gold Intense is a men's fragrance full of radiance and character. Juicy mandarin, warm woods, and spices create a sensual composition. Discover elegance that attracts attention and leaves a lasting impression.



BELKIN ŁADOWARKA / 70W WALL CHARGER + TRAVEL ADAPTER KIT US/ UK/UE

Trzy-portowa ładowarka sieciowa Belkin 70W pozwala zasilić kilka urządzeń jednocześnie, niezależnie od tego czy to telefon, tablet czy laptop. Wymienne wtyczki sprawiają, że adapter działa w większości krajów świata. Wykorzystuje nowoczesną technologię GaN, dzięki której ładowanie jest szybkie, wydajne i bez nadmiernego nagrzewania.

Belkin 3-port 70 W Wall Charger allows you to power multiple devices at the same time, whether it's a phone, tablet, or laptop. Interchangeable plugs make the adapter compatible in most countries around the world. It uses modern GaN technology, which enables fast, efficient charging without excessive heat.

SHOP&MORE
BY **LOT**

WYKORZYSTAJ MILE
na zakupy
- łatwo, szybko
i wygodnie!

REDEEM MILES
online
- fast, convenient,
rewarding!



lot.com/shop-and-more

POLISH AIRLINES

LOT

A STAR ALLIANCE MEMBER 


MICHELIN
2025
POLAND


POLISH
TOURISM
ORGANISATION
DESTINATION PARTNER



Łosoś Label Rouge
w szafranowej emulsji

Label Rouge Salmon
in Saffron Emulsion



Wołowina
z Gratin Dauphinois

Braised Beef
with Gratin Dauphinois



Perliczka „Coq au Vin”
z truflowym purée

Guinea Fowl “Coq au Vin”
with Truffled Purée



Gnocchi z dyni Hokkaido
z gruszką w porto

Hokkaido Pumpkin Gnocchi
with Pear in Port Wine

**Spróbuj smaków z Gwiazdką Michelin
w LOT Business Class**

Enjoy Michelin-starred flavors
in LOT Business Class

SKANUJ



SCAN



POLISH AIRLINES

LOT

A STAR ALLIANCE MEMBER 

Śniadanie nowojorskie
New York style breakfast

Poke Bowl z wołowiną
Beef poke bowl



Koktajl truskawkowy
Strawberry cocktail

Tort czekoladowy
Chocolate cake

Wegetariańskie spring rolls
Vegetarian spring rolls

A Ty na co masz ochotę? What are you in the mood for?

Odkryj nowe menu na lotach krajowych i krótkodystansowych
Discover the new menu on domestic and short-haul flights



Zamów, zanim wystartujesz!
Usługa dostępna na 24–48 godzin
przed lotem w zależności
od lotniska wylotowego.



Order before you take off!
Service available within
24–48 hours, depending
von the departure airport.

POLISH AIRLINES

LOT

A STAR ALLIANCE MEMBER

Startujemy z Wi-Fi na pokładzie

Your onboard Wi-Fi experience starts now

POŁĄCZ / CONNECT



Sprawdzaj wiadomości, rozmawiaj z bliskimi, pracuj lub oglądaj ulubione treści. Już teraz na wybranych rejsach dalekodystansowych naszych Boeingów 787 możesz korzystać z pokładowego Wi-Fi już od momentu wejścia na pokład aż do lądowania.

Check messages, talk with friends and family, work, or enjoy your favorite content. Now on selected long-haul flights operated by our Boeing 787 aircraft, you can use onboard Wi-Fi from the moment you board until landing.

Jak się połączyć?



Połącz się z siecią **FlyLOT Wi-Fi** na swoim urządzeniu i zaloguj się przez portal pokładowy (instrukcję znajdziesz w kieszeni fotela).



How to connect?

Simply connect your device to the **FlyLOT Wi-Fi** network and log in through the onboard portal (instructions can be found in the seat pocket).

Dostępne pakiety:



Chat – komunikatory, np. Messenger czy WhatsApp



Streaming – pełny dostęp do internetu: strony, filmy, praca online



Available packages:

Chat – messaging apps such as Messenger or WhatsApp



Streaming – full internet access, including browsing, watching videos, or working online

Bezpłatny dostęp otrzymują pasażerowie LOT Business Class oraz uczestnicy programu Miles & More ze statusem Senator i HON Circle.

Usługa jest stopniowo wprowadzana na pokładach Dreamlinerów. Na niektórych trasach mogą wystąpić krótkie przerwy w dostępie do sieci.

Pozostań w kontakcie
– nawet na wysokości przelotowej

Complimentary access is available for LOT Business Class passengers and Miles & More members with Senator or HON Circle status.

The service is gradually being introduced on Dreamliner aircraft. On some routes, short interruptions in connectivity may occur.

Stay in touch
– wherever you fly

STAR ALLIANCE 

The world, effortlessly
connected to all of Italy.



Star Alliance is proud to welcome ITA Airways as a new member in the world's largest airline network. This means that your journeys with us will be more connected than ever.

With ITA Airways, you can now explore more route options into and across Italy, continuing to enjoy hassle-free transits and loyalty benefits with all 26 airlines.

staralliance.com



San Francisco

Mallorca

Oslo

Bergen

Barcelona

Rome

POLISH AIRLINES

LOT

A STAR ALLIANCE MEMBER

NEW ROUTES

Leć po marzenia!
Fly for your dreams!

Więcej kierunków z lotnisk w Krakowie, Gdańsku i Warszawie.
More destinations from Krakow, Gdansk and Warsaw airports.

Zarezerwuj bilet na
Book your trip at

lot.com

BOLOGNA

THE BEATING HEART OF
EMILIA-ROMAGNA, ITALY



Poleć do Bolonii,
by odkryć kwintesencję
Włoch - od smaków Food Valley
i energii Motor Valley, przez
średniowieczne miasteczka,
aż po słońce Adriatyku.

VISIT **EMILIA**
ROMAGNA
ITALY



VISITEMILIAROMAGNA.COM

Fly to Bologna and discover
the true essence of Italy -
from Food Valley flavors
and Motor Valley energy,
through medieval towns,
to the sunshine of the Adriatic coast.

LOT
DLA FIRM

LOT
DLA PASAŻERA
INDYWIDUALNEGO

Podróże firmowe z LOT-em się opłacają!

Zgromadzone Punkty możesz wymienić między innymi na:

- bilety lotnicze i usługi podwyższające komfort podróży
- bon zniżkowy do sklepu Shop&More
- wynajem auta lub pobyt w hotelu

Uczestnictwo w programie LOT Dla Firm umożliwi również gromadzenie mil i punktów w programie Miles & More, a także możliwość odpłatnej zmiany nazwiska osoby podróżującej!



usługi premium
premium services



bilet lotniczy
airline ticket



parking
car park



pobyt w hotelu
hotel stay



wynajem auta
car rental



ubezpieczenie podróżne
travel insurance

Business travel with LOT brings benefits!

You can exchange your Points for:

- flights and additional services that enhance your travel experience
- discount coupon for Shop&More
- car rental or hotel stay

Participation in the program allows you to simultaneously earn miles in the Miles & More program.

A unique benefit – it is possible to change the name of the passenger free of charge!

Zarejestruj się na stronie
lotdlafirm.com

Register at
lotdlafirm.com



Miles & More

LOT POLISH
AIRLINES

Odkryj korzyści programu Miles & More

Dołącz do Miles & More – największego programu lojalnościowego w Europie! Zbieraj mile i punkty i ciesz się licznymi przywilejami. Mile i punkty możesz gromadzić podróżując PLL LOT, liniami z sojuszu Star Alliance oraz u ponad 300 innych partnerów.

Zyskujesz już na starcie!

- zainstaluj aplikację mobilną i zgromadź 500 mil;
- zarejestruj się na stronie miles-and-more.pl i nalicz wstecznie mile i punkty za przeloty z ostatnich sześciu miesięcy.

Wyjątkowe oferty Miles & More:

- gromadź mile za transakcje Kartami Kredytowymi z Żubrem Banku Pekao S.A., dodatkowo ciesz się ochroną mil przed wygasaniem;
- zgromadzone mile możesz wykorzystać na lot.com korzystając z usługi Cash & Miles oraz bezpośrednio w sklepie SHOP&MORE, a także na bilet-nagrodę, pobyt w hotelu lub wynajem auta;
- w **NajMILszym poniedziałku** masz możliwość wykorzystania mil na bilety w klasie ekonomicznej już od 7 000 mil;
- **okazje milowe**: co miesiąc wybieraj nowe kierunki w atrakcyjnych stawkach milowych, dostępne już od 15 000 mil!

Explore the benefits of The Miles & More programme

Join Miles & More – Europe's biggest loyalty programme! Earn miles and Points and enjoy privileges! You can earn miles and Points with PLL LOT, Star Alliance member airlines and with over 300 non-airline partners.

Benefits from the start!

- install our mobile app and receive an extra 500 miles,
- register at miles-and-more.pl and earn miles and points for flights for the past six months.

Unique Miles & More offers:

- earn miles for transactions made with Bank Pekao S.A. Use the Credit Card with the Bison, and enjoy mileage expiry protection,
- spend your miles on lot.com with the Cash & Miles, directly in the SHOP&MORE store, or for an award-flight, hotel stay, or car rental.
- with the **Monday sMILEs** offer you have the opportunity to exchange your miles for economy class tickets from as little as 7,000 miles
- **mileage bargains**: choose a new destinations every month at attractive mileage rates, starting from 15,000 miles!

Zarejestruj się na stronie
miles-and-more.com/pl/rejestracja

Register at
miles-and-more.com/pl/rejestracja





Valet Parking
Parkowanie zostaw nam

Valet Parking
– let us take care of your car



ZAREZERWUJ ONLINE / BOOK ONLINE:
[LOTNISKO-CHOPINA.PL](https://lotnisko-chopina.pl)

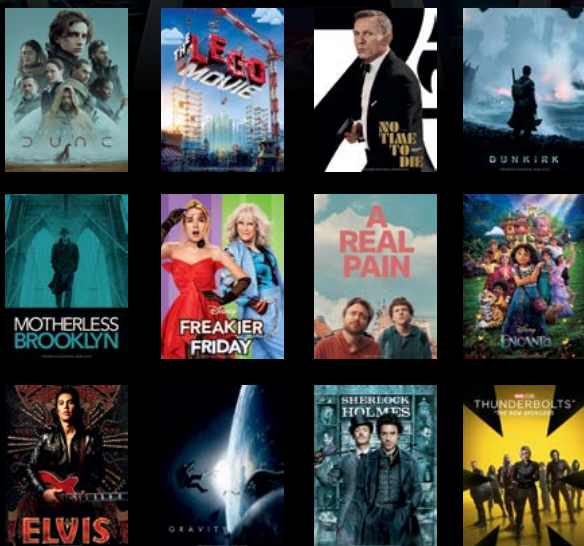


LOTNISKO
CHOPINA
WARSZAWA

ROZRYWKA POKŁADOWA

In-flight entertainment

NOWOŚCI NA POKŁADZIE
NEW ONBOARD



**KORZYSTAJ Z E-PRASY
W TRAKCIE TWOJEJ
PODRÓŻY!
ENJOY DIGITAL PRESS
DURING YOUR FLIGHT!**

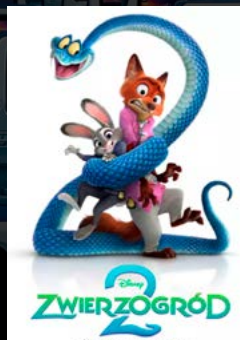
Podróżując z LOT-em, masz dostęp do ponad 1000 tytułów o różnorodnej tematyce w kilkudziesięciu językach. Możesz je łatwo pobrać na swój smartfon, tablet lub inne urządzenie przenośne. Usługa dostępna 72 godziny przed lotem i do 6 godzin po przylocie na lotnisko docelowe. Zapraszamy do lektury.

When travelling with LOT, you have access to over 1,000 titles on various topics in dozens of languages. You can easily download them to your smartphone, tablet or other mobile device. The service is available 72 hours before the flight and up to 6 hours after arrival at the destination airport. We invite you to read our e-press.



lot.com/eprasa
lot.com/digitalpress

POLECAMY
RECOMMEND



HITY NA POKŁADZIE Hits on board

Szanowni Państwo,

Na zaproszenie Polskich Linii Lotniczych LOT® redakcja portalu Filmweb – jednego z największych serwisów filmowych na świecie – ma przyjemność zabrać Państwa w podróż do świata X muzy. Wystarczy rozsiąść się wygodnie w fotelu i wybrać film do oglądania. Jeśli macie dużo czasu, spróbujcie którejs z serii: mamy sagę fantasy (trylogia *Władca Pierścieni*), dwa komediowe klasyki (*Depresja gangstera*, *Nawrót depresji gangstera*) oraz dwa idealne filmy na dobre samopoczucie (*Hotel Marigold*, *Drugi Hotel Marigold*). Jeśli szukacie cenionych reżyserów, postawcie na *KIMI*, *Jedną bitwę po drugiej* albo *Marię Callas*. Nie przegapcie też polskich perełek: *Ziemi obiecanej* albo *LARPa*. *Miłości*, *trolli* i *innych kwestów*. Jest też coś dla młodych widzów: *Zwierzogród 2*, *Toy Story 4* i *Zaplątani*. Miłego oglądania!

Dear Passengers,

At the invitation of LOT® Polish Airlines, the editorial team of Filmweb – one of the largest film websites in the world – is pleased to take you on a trip through the world of cinema. Just sit comfortably and choose a film to spend your flight with. If you have a lot of time on your hands, try some of the series: there's a fantasy saga (*The Lord Of The Rings* trilogy), two comedy classics (*Analyze This*, *Analyze That*) and two ultimate feel-good movies (*The Best Exotic Marigold Hotel*, *The Second Best Exotic Marigold Hotel*). If you're looking for acclaimed directors, you should try *KIMI*, *One Battle After Another* or *Maria*. Don't miss out on some polish gems: *Ziemia obiecana* and *LARP*. *Miłość*, *trolle* i *inne kwesty*. There's also something for young viewers: *Zootropolis 2*, *Toy Story 4* and *Tangled*. Have a nice watch!

Jakub Popielecki

zastępca redaktora naczelnego Filmweb
Filmweb deputy editor-in-chief

polecają | recommend



oraz | and





APART.pl

Partner of
Miles & More

LOT POLISH
AIRLINES

SERDECZNIE ZAPRASZAMY DO SALONÓW I NA APART.PL
WSZYSCY UCZESTNICY PROGRAMU MILES & MORE
ZA KAŻDE 5 ZŁ WYDANE W APART OTRZYMAJĄ
1 MİLĘ W PROGRAMIE MILES & MORE.

SHOP&MORE

BY **LOT**



Zrób zakupy i wykorzystaj mile w sklepie online SHOP&MORE – łatwo, szybko i wygodnie!

Zobacz dlaczego warto wykorzystać mile w naszym sklepie:

- proste zarządzanie zgromadzonymi milami,
- dostęp do szerokiej oferty produktów, w tym kolekcji sygnowanej logiem LOT, a także kosmetyków, elektroniki i wielu innych,
- szybkie i komfortowe zakupy, również z możliwością dostawy na pokład.

ZESKANUJ



Dowiedz się więcej:
lot.com/shop-and-more

Redeem your miles easily online at SHOP&MORE

– fast, convenient, rewarding!

See why it's worth redeeming your miles in our store:

- simple management of your collected miles,
- access to a wide range of products, including the LOT-branded collection, as well as cosmetics, electronics, and much more,
- fast and comfortable shopping, also with the option of on-board delivery.

SCAN



Find out more:
lot.com/shop-and-more

Partner of

Miles & More

LOT POLISH
AIRLINES

aelia  DUTYFREE

PROMOCJA MIŁOWA W AELIA DUTY FREE

WARSAWA | KRAKÓW | GDAŃSK



ADDITIONAL MILES FOR YOUR PURCHASE

WARSAW | CRACOW | GDANSK

1 PLN = 1 mila

perfumy | kosmetyki | słodycze | moda
perfume | cosmetics | confectionary | fashion



Oferta obowiązuje do 30 czerwca 2026

The offer is valid until 30 June 2026

THE FASHION GALLERY

Warszawa, Gdańsk

THE GALLERY IN KRAKÓW
THE FASHION PLACE ACCESSORIES

Warszawa, Kraków



aelia.pl

PORADNIK PASAŻERA

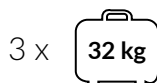
Passenger handbook

BAGAŻ REJESTROWANY PRZEWOŻONY W LUKU BAGAŻOWYM

Checked baggage allowances

LOT BUSINESS CLASS

na długie dystanse
on long haul flights



na krótkie dystanse
on short haul flights



Suma trzech wymiarów bagażu rejestrowanego nie powinna przekroczyć 158 cm
The sum of the three dimensions should not exceed 158 cm

W taryfie Saver brak bagażu rejestrowanego
There is no baggage in Saver class

LOT PREMIUM ECONOMY

na średnie i długie dystanse
on mid and long haul flights



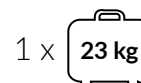
*Na rejsach z/do Indii do/z USA i Kanady, oraz z Japonii i Chin obowiązuje limit 2 x 23 kg

There is a limit of 2x23 kg on flights from/to India to/from the USA and Canada and from Japan and China

W Taryfie Full-Flex i Flex z/do Chin/Japonii do/z Europy, Egiptu, Azerbejdżanu, Izraela, Libanu, Zjednoczonych Emiratów Arabskich obowiązuje limit 2 x 23kg
In a Full-Flex and Flex tariff there is a limit of 2x23 kg on flights from/to China and Japan to/from Europe, Egypt, Azerbaijan, Israel, Liban and United Arab Emirates

LOT ECONOMY CLASS

na krótkie i długie dystanse*
on short and long haul flights



BAGAŻ DLA DZIECI DO LAT DWÓCH

Luggage allowances for children up to 2 years of age

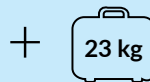


wózek składany
folding buggy

LUB
or



fotelik samochodowy
car seat



o maksymalnym wymiarze do 158 cm
maximum dimensions of up to 158 cm

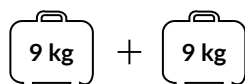
*zależy od taryfy rodzica depending on parents' tariff

BAGAŻ PODRĘCZNY

Carry-on baggage

LOT BUSINESS CLASS

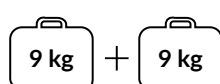
na krótkie i długie dystanse*
on short and long haul flights



*Na rejsach z/do USA obowiązuje limit 1 x 12 kg
There is a limit of 1x12 kg on flights to / from the USA

LOT PREMIUM ECONOMY

na średnie dystanse**
on mid haul flights



**Na rejsach z/do USA obowiązuje limit 1 x 10 kg
There is a limit of 1x10 kg on flights to / from the USA

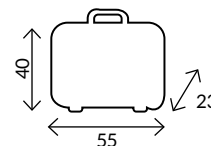
na długie dystanse**
on long haul flights



^ 1 sztuka maks. 8 kg
1 piece max. 8 kg

LOT ECONOMY CLASS

na krótkie i długie dystanse
on short and long haul flights



Suma trzech wymiarów bagażu podręcznego (długości, szerokości i wysokości) nie może przekroczyć 118 cm
The sum of three dimensions of carry-on baggage (length, width and height) should not exceed 118 cm

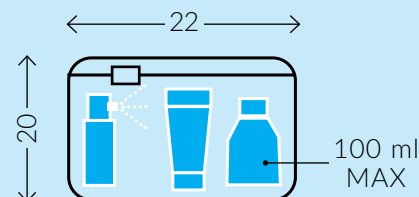
Dodatkowo do kabiny można zabrać albo torbę z laptopem, albo torebkę damską o maksymalnych wymiarach 40 x 30 x 8 cm oraz o maksymalnej wadze 2 kg. Ze względów bezpieczeństwa cały bagaż kabinowy musi zmieścić się w schowkach nad głowami lub pod poprzedzającym fotelem. Wszystkie bagaże przekraczające dozwolone wymiary będą musiały być przepakowane lub zostaną nadane jako bagaż rejestrowany i będzie pobrana opłata według cennika.

In addition, one of the following items (max. 40 cm x 30 cm x 8 cm; max. 2 kg) may be taken on board free of charge: a laptop case or a women's handbag. For safety reasons, all carry-on baggage must fit in the overhead compartments or under the seat in front. All baggage exceeding the permitted size, will have to be repackaged or will be checked in subject to the relevant fee specified in the price list.

PŁYNY W BAGAŻU PODRĘCZNYM

Liquids in your carry-on baggage

Szczegółowe informacje na temat wymienionych ograniczeń na stronie lot.com
Detailed information regarding the abovementioned limitations is available at lot.com



ZWIERZĘTA NA POKŁADZIE *Animals on board*

Ze względów bezpieczeństwa podróżujące na pokładzie samolotu zwierzęta muszą pozostać w trakcie całej podróży w przeznaczonych do tego celu torbie lub klatce.

For safety reasons, animals travelling on board the aircraft must remain in a dedicated bag or cage during the entire trip.



BEZPIECZEŃSTWO NA POKŁADZIE SAMOLOTÓW LOT

Safety on board LOT aircraft



Zakaz palenia (również papierosów elektronicznych).
No smoking (including e-cigarettes).



Zakaz picia alkoholu wniesionego na pokład lub kupionego w Duty Free.
No drinking alcohol brought on board or purchased in Duty Free.



Zakaz używania powerbanków i przenośnych baterii na pokładzie samolotu.

The use of powerbanks and spare batteries on board the aircraft is prohibited.



Wizerunek członków załóg podlega ochronie prawnej. Uprzejmie prosimy o uszanowanie prywatności i niefotografowanie/niefilmowanie naszych pracowników, a także o nierozpowszechnianie wizerunku bez ich zgody.
The image rights of cabin crew members are protected by law. Please respect their privacy and do not photograph/film our staff and do not disseminate their image without their permission.



Podczas startu i lądowania laptop musi być wyłączony i umieszczony w kieszeni fotela lub schowku bagażowym, a z telefonów komórkowych pasażerowie mogą korzystać wyłącznie w trybie samolotowym.
During take-off and landing, laptops must be switched off and placed in the seat pocket in front of you or in the overhead compartment, and mobile phones can only be used in aeroplane mode.



W trakcie rejsu personel pokładowy może udzielić wsparcia pasażerom z niepełnosprawnościami w zakresie określonym przez procedury bezpieczeństwa. Personel pokładowy nie może udzielać pomocy przy czynnościach takich jak karmienie pasażera, podawanie mu leków, przenoszenie czy udzielanie wsparcia w toalecie. Prosimy też, by pasażerowie, którzy mają zamówioną asystę specjalną, pozostali na swoich miejscach aż do opuszczenia samolotu przez pozostałych pasażerów. Pozwoli to na szybsze zlokalizowanie i udzielenie asysty specjalnej osobom, które taką usługę zamówiły. W razie jakichkolwiek wątpliwości, dodatkowych pytań, lub gdy potrzebne jest wsparcie, prosimy o kontakt z personelem pokładowym.

During the flight, the cabin crew can provide assistance to passengers with disabilities within the limits defined by our safety procedures. Cabin crew members are unable to assist with tasks such as assistance with eating, provision of medical services, including administration of medication, lift a passenger or providing assistance in the lavatory or with elimination functions. We kindly request that passengers who have requested special assistance remain seated until all other passengers have disembarked. This will allow us to quickly locate and provide special assistance to those who have requested it. If you have any questions or concerns, or if you require assistance, please do not hesitate to contact a member of the cabin crew.



Nieprzestrzeganie powyższych zasad, niewykonywanie poleceń załogi, agresywne zachowanie, a także próby niszczenia sprzętu w samolocie będą skutkowały interwencją odpowiednich służb oraz wyciągnięciem konsekwencji prawnych.
Failure to comply with the above rules, failure to follow the crew's instructions, aggressive behavior, as well as attempts to destroy equipment in the aircraft will result in the intervention of the relevant services and legal consequences.



TRANSAKCJE BEZGOTÓWKOWE NA POKŁADZIE

Non-cash transactions on board

Uprzejmie informujemy, że w celu zapewnienia bezpieczeństwa bezgotówkowych transakcji płatniczych na pokładach swoich samolotów LOT zbiera i przechowuje niektóre z Państwa danych, np. imię i nazwisko, numer dokumentu tożsamości, adres zamieszkania i numer miejsca zajmowanego na pokładzie. W tym zakresie administratorem Państwa danych jest LOT*. W związku z powyższym przysługuje Państwu prawo wniesienia sprzeciwu, prawo dostępu do danych, prawo żądania ich sprostowania, ich usunięcia lub ograniczenia ich przetwarzania. W sprawach związanych z przetwarzaniem danych osobowych można skontaktować się z Inspektorem Ochrony Danych pisemnie pod adresem LOT lub mailowo pod adresem e-mail: iod@lot.pl.

Podawanie ww. danych osobowych podczas transakcji jest dobrowolne.

Please be advised that in order to ensure the security of payment transactions on board our aircraft, LOT is collecting and storing some of your personal data, e.g. your forename and surname, identity card number, residential address, and seat number. LOT are the controller of the personal data provided above. You have a right to object, as well as right: to withdraw your consent, access to your personal data, to demand that your personal data is rectified or limited or to be forgotten. To discuss matters related to the protection of your personal data you can contact Data Protection Officer in writing, to the address of the registered LOT office or via e-mail: iod@lot.pl.*

Administration of the above-mentioned personal data during the transaction is voluntary.

*Polskie Linie Lotnicze LOT S.A., ul. Komitetu Obrony Robotników 43, 02-146 Warszawa LOT Polish Airlines, Komitetu Obrony Robotników St. 43, 02-146 Warsaw

Informacje zamieszczone w magazynie są aktualne na dzień oddania magazynu do druku. Aktualna oferta i wysokość opłat za przewóz dodatkowego bagażu dostępne są w biurach sprzedaży, Call Center bądź na stronie internetowej lot.com. Na niektórych połączeniach obsługiwanych przez małe samoloty mogą obowiązywać dodatkowe restrykcje odnośnie do wielkości bagażu podręcznego. Torba-kosz do przewozu niemowląt lub fotelik samochodowy mogą być zabierane na pokład w miarę wolnego miejsca. Z rynku polskiego obowiązuje dodatkowa opłata serwisowa.

The information published in the magazine is valid as at the date the magazine goes to print and it does not constitute a commercial offer within the meaning of the Civil Code. In order to confirm the validity of this information please consult LOT Polish Airlines sales assistants at sales offices, contact the Call Centre or visit the website: lot.com. Additional carry-on baggage restrictions may apply to some flights operated by small aircraft. A baby basket or a car seat can be taken on board, if space is available. An extra charge applies to outbound flights from Poland.

LOT WARSAW *Transfer guide*

Zapoznaj się z informacjami, jak sprawnie przesiądziesz się na Twój kolejny rejs LOT na Lotnisku Chopina w Warszawie.
Please read the following information carefully it will help you during your transfer to LOT flights at Warsaw Chopin Airport

PRZYGOTUJ PASZPORT I KARTĘ POKŁADOWĄ. PLEASE PREPARE YOUR PASSPORT AND BOARDING PASS.

- **Przesiadka między krajami w strefie Schengen.**
Transfer from Schengen country to another Schengen country
 - Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
 - Udaj się jak najszybciej do bramki, z której odlatuje Twój następny rejs
Please proceed directly to the gate for your next flight
- **Przesiadka z kraju w strefie Schengen do kraju ze strefy Non-Schengen**
Transfer from Schengen country to Non-Schengen country
 - Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
 - Udaj się prosto do kontroli paszportowej z przygotowanymi dokumentami
Please prepare your documents and proceed to the passport control
 - Przejdź jak najszybciej do bramki, z której odlatuje Twój następny rejs
Please proceed directly to the gate for your next flight
- **Przesiadka między krajami w strefie Non-Schengen**
Transfer from Non-Schengen country to another Non-Schengen country
 - Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
 - Udaj się prosto do kontroli bezpieczeństwa
Please proceed to the security check
 - Przejdź jak najszybciej do bramki, z której odlatuje Twój następny rejs
Please proceed directly to the gate for your
- **Przesiadka z kraju ze strefy Non-Schengen do kraju w strefie Schengen**
Transfer from Non-Schengen country to Schengen country
 - Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
 - Udaj się prosto do kontroli paszportowej z przygotowanymi dokumentami
Please prepare your documents and proceed to the passport control
 - Następnie podejdź do kontroli bezpieczeństwa
Next proceed to the security check
 - Przejdź jak najszybciej do bramki, z której odlatuje Twój następny rejs
Please proceed directly to the gate for your next flight

MAPA LOTNISKA CHOPINA - poziom odlotów

Map of Chopin Airport - departures area



- LEGENDA MAP KEY**
- Kontrola paszportowa
Passport control
 - Kontrola bezpieczeństwa
Security check
 - Wejście do terminala po przyjeździe autobusem z samolotu
Entrance when arriving to the terminal by bus

- 1 LOT Business Lounge Polonez (poziom 1 level 1)
 - 1 LOT Business Lounge Mazurek (poziom -1 level -1)
 - Obowiązkowy punkt weryfikacji
Mandatory interview point
 - Dodatkowa kontrola bezpieczeństwa w rejsach do USA
Additional security check for US flight
 - Strefa zarówno Schengen, jak i Non-Schengen
Both Schengen and Non-Schengen Zone
- Numery gate Non-Schengen
Non-Schengen gate no. 05(N) - 08(N), 24(N) - 27(N)
- Strefa Non-Schengen
Non-Schengen Zone
- Albania, Armenia, Azerbaijan, Belarus, Canada, China, Cuba, Cyprus, Dominican Republic, Egypt, Georgia, India, Israel, Japan, Kazakhstan, Liban, Macedonia, Maldives, Mexico, Moldova, Montenegro, Russia, Serbia, South Korea, Thailand, Turkey, Ukraine, United Arab Emirates, United Kingdom, United States, Vietnam, Zarzibar
- Numery gate Non-Schengen
Non-Schengen gate no. 09N - 23N
- Strefa Schengen
Schengen Zone
- Austria, Belgium, Bulgaria, Croatia, Czech Republic, Denmark, Estonia, Finland, France, Germany, Hungary, Iceland, Italy, Latvia, Lithuania, Luxembourg, Malta, The Netherlands, Norway, Poland, Portugal, Romania, Slovakia, Slovenia, Spain, Sweden, Switzerland
- Numery gate Schengen
Schengen gate no. 01 - 04, 28-45
- LTC** LOT Transfer Center

Wejście do samolotu zamykamy na 15 minut przed odlotem!
Gate closes 15 minutes before departure!



W przypadku każdej przesiadki w ramach połączeń LOT, nie odbieraj swojego bagażu.
Do not collect your luggage if continue your journey with LOT

TRANSFER DO USA *Transfer to USA*

- **Przylot ze strefy Schengen**
Udaj się do kontroli paszportowej i dalej niezwłocznie do miejsca oznaczonego na mapie kolorem żółtym.
Schengen Area arrival
Proceed to passport control and then to interview point marked with yellow color as soon as possible.
- **Przylot ze strefy Non-Schengen**
Udaj się do kontroli bezpieczeństwa i dalej niezwłocznie do miejsca oznaczonego na mapie kolorem żółtym.
Non-Schengen Area arrival
Proceed to security check and then to interview point marked with yellow color as soon as possible.
- **Obowiązkowy punkt weryfikacji**
Miejsce wywiadu, do którego muszą udać się wszyscy pasażerowie lecący do Stanów Zjednoczonych.
Mandatory interview point
This point is obligatory for all passengers travelling to the United States.
- **Po rozmowie możesz być skierowany:**
Do dodatkowej kontroli bezpieczeństwa oznaczonej na mapie kolorem czerwonym. Udaj się tam jak najszybciej!
After interview you can be proceeded:
To additional security check marked with red color. Proceed there as soon as possible!

Brak wykonania obowiązkowej weryfikacji (wywiadu) oraz dodatkowej kontroli bezpieczeństwa w rejsach do USA skutkuje odmową przyjęcia na pokład samolotu!

If you skip mandatory interview or additional security check you will be denied to board your flight!



*Wypełniłam usta...
i lubię o tym mówić*



Piękno? Jest w Tobie.
OT.CO

*Przeszczepiłam włosy...
i nigdy nie byłem w Turcji*



*Zoperowałam powieki...
i lubię na siebie patrzeć*

OT.CO

PIĘKNO I ZDROWIE W JEDNYM MIEJSCU
WHERE BEAUTY MEETS HEALTH

OT.CO Hospital i OK Clinic to więcej niż medycyna. To doświadczenie, które zaczyna się od pierwszego spojrzenia i kończy na efekcie, który wygląda... jakby zawsze był Twój.

W sercu Warszawy powstała przestrzeń, w której zaawansowana chirurgia plastyczna spotyka się z nowoczesną medycyną estetyczną i kosmetologią. Miejsce stworzone dla kobiet i mężczyzn, którzy oczekują czegoś więcej niż standardu - oczekują perfekcji.

OT.CO Hospital to najwyższy poziom chirurgii plastycznej: przeszczepy włosów, operacje piersi, nosa, liftingi twarzy czy modelowanie sylwetki. Każdy zabieg to precyzja, doświadczenie i bezpieczeństwo - od konsultacji po pełną opiekę pooperacyjną.

OK Clinic to z kolei świat świadomej pielęgnacji i estetyki. Zaawansowane technologie, indywidualnie dobrane terapie i efekty, które nie krzyczą - tylko subtelnie podkreślają to, co najpiękniejsze.

Za tym miejscem stoją eksperci, którzy nie podążają za trendami - oni je wyznaczają.

Bo prawdziwy luksus to nie zmiana.

To poczucie, że jesteś najlepszą wersją siebie.

OT.CO Hospital and OK Clinic are more than medicine. They are an experience that begins at first glance and ends with a result that looks... as if it has always been yours.

In the heart of Warsaw, a space has been created where advanced plastic surgery meets modern aesthetic medicine and cosmetology. A place designed for women and men who expect more than the standard - they expect perfection.

OT.CO Hospital represents the highest level of plastic surgery: hair transplants, breast and nose procedures, facelifts and body contouring. Each treatment is defined by precision, expertise and safety - from consultation to comprehensive post-operative care.

OK Clinic, in turn, is a world of conscious skincare and aesthetics. Advanced technologies, individually tailored therapies and results that don't shout - but subtly enhance what is most beautiful.

Behind this place are experts who don't follow trends - they set them.

Because true luxury is not about change.

It's the feeling that you are the best version of yourself.



Bartycka 24B/U1
00-716 Warszawa - Mokotów

ul. Zgrupowania AK Żmija 12
01-876 Warszawa - Bielany

☎ 22 123 03 33
✉ kontakt@klinikaotco.pl



Luksusowy, pięciogwiazdkowy GrandHotel ■ Tiffi położony jest w samym sercu Iławy, nad Jeziorakiem, najdłuższym jeziorem w Polsce. Kucharze z Włoch i Tajlandii gwarantują niezapomniane wrażenia kulinarne i oryginalne potrawy, a prawdziwą perłą tego miejsca jest Tiffi ■ Spa Dharma z terapeutkami z Tybetu, Indii i Bali, paletą zabiegów orientalnych i ajurwedyjskich. Trzypoziomowa strefa dla dzieci Tiffi ■ Landia zapewni rozrywkę dla najmłodszych pod opieką zespołu animatorek. 1200m² strefy eventowo – konferencyjnej gwarantuje doskonałą obsługę konferencji i bankietów. Dojazd do Iławy ułatwia nowoczesny pociąg pendolino (1h40min z Warszawy, 55min z Gdańska).

Serdecznie zapraszamy.

ul. Dąbrowskiego 9 | 14-200 Iława | Poland | tel.: +48 89 651 97 97 | repcja-ght@tiffi.com | www.grandhotel.tiffi.com
ul. Żeglarska 7 | 10-160 Olsztyn | Poland | tel.: +48 89 555 20 01 | repcja-tbh@tiffi.com | www.tiffiboutiquehotel.com

