

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



TENERIFE

A STAR ALLIANCE MEMBER



SUNTAGO

SAMSUNG



PURE ReLAXATiON ALL the time

Visit the biggest indoor water park in Europe

Buy tickets

suntago.com



Szanowni Państwo,

we wrześniu zazwyczaj wracamy do naszej codziennej rutyny, sięgając po wakacyjne wspomnienia. Ale wrzesień może być też doskonałym czasem na krótsze, weekendowe podróże. Z myślą o naszych pasażerach, dla których Warszawa nie jest końcowym celem podróży, ale tylko miejscem przesiadki, wspólnie z Polską i Warszawską Organizacją Turystyczną wprowadziliśmy usługę LOT Stopover. Umożliwia ona zatrzymanie się w Warszawie od jednego aż do ośmiu dni i późniejsze kontynuowanie podróży. W jej ramach można skorzystać z szerokiej listy benefitów oferowanych przez PLL LOT oraz partnerów projektu. A są to m.in. Elektrownia Powiśle, gdzie w zrewitalizowanych murach dawnej elektrowni z 1904 r. czekają na Państwa zniżki w niemal 20 punktach – od kuchni świata, przez lokalne marki, autorskie galerie sztuki czy klimatyczny Food Hall. Szczegóły i pełną listę partnerów znajdą Państwo na naszej stronie internetowej.

Nie tylko korzystających z usługi Stopover, ale wszystkich naszych pasażerów zachęcam do spaceru po warszawskiej Starówce, gdzie warto odwiedzić muzeum mieszczące się w domu rodzinnym Marii Skłodowskiej-Curie – wybitnej polskiej noblistki. Jej szczególne zasługi o odkrycie dwóch pierwiastków: radu oraz – nazwanego na cześć Polski – polonu. Otworzyły one zupełnie nowy obszar badań fizycznych i chemicznych oraz przyczyniły się do rozwoju współczesnej medycyny. Odkrycie radu umożliwiło zastosowanie radioterapii, która do dziś jest wykorzystywana w diagnostyce i terapii chorób nowotworowych. W tym numerze zabieramy Państwa w kulinarną podróż po najwyższych pasmach górskich świata, by odkryć, jak smakują górskie specjalności w różnych zakątkach globu i jak wiele wspólnego mają tradycje górali, mimo dzielących ich odległości. Jak zawsze dziękuję Państwu za zaufanie i za każdy rejs pod naszymi gościnnymi skrzydłami. Zachęcam również do rezerwowania kolejnych podróży w LOT. 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,

September often marks a return to daily routines, filled with recollections of summer holidays.

Yet, it can also be the perfect time for shorter, weekend getaways.

For passengers for whom Warsaw is a transit point rather than a final destination, we are pleased to introduce the LOT Stopover service. Developed in collaboration with the Polish Tourist Organization and the Warsaw Tourist Organization, this program allows you to extend your layover in Warsaw for one to eight days. As a participant, you gain access to an array of exclusive benefits from LOT Polish Airlines and our partners.

One of our key partners is Elektrownia Powiśle, a stunning revitalized power plant from 1904. There, you can enjoy discounts at nearly 20 unique venues, from international cuisine and local brands to independent art galleries and the vibrant Food Hall. For complete details and a full list of partners, please visit our website.

Beyond the Stopover program, we also encourage all our passengers to explore Warsaw's historic Old Town. We highly recommend visiting the museum in the family home of Marie Skłodowska-Curie, the exceptional Polish Nobel laureate. Her monumental discoveries of two new elements, radium and polonium (named in honour of her native Poland), pioneered entirely new fields in physical and chemical research and contributed to the development of modern medicine. The discovery of radium, in particular, led to the use of radiotherapy, a treatment still crucial today in the diagnosis and fight against cancer.

In this issue, we invite you on a culinary journey across the world's highest mountain ranges to discover the flavours of alpine specialties in distant corners of the globe and to see how much unites highland traditions despite the vast distances that separate them.

As always, I thank you for your trust and for every journey taken under our hospitable wings. I warmly encourage you to plan your next adventures with LOT. Because...

*...it's who you
travel with!*



do dziś pamiętam nocne niebo nad Saharą – tak pełne gwiazd, że wydawały się światłami jakiejś kosmicznej supermetropolii, czymś tajemniczym, fascynującym, niezmiernym. Te wszystkie błyszczące punkty od pradziejów nawigowały naszych przodków, wskazywały im kierunek niczym drogowskazy. Żałuję, że dziś, żeby oglądać gwiazdy, mieniające się barwami mgławice czy galaktyki, trzeba szukać specjalnych miejsc, nie wystarczy tak jak kiedyś wyjść z domu, bo to doświadczenie metafizyczne, coś, czego się nie zapomina. Nasi przodkowie byli bliżej gwiazd, bo mieli je po prostu nad swoimi głowami, ale my dzięki przełomowym technologiom i nieustraszonej pracy naukowców mamy je szansę poznać z innej perspektywy. Teleskopy Hubble'a czy Webba otworzyły przed nami okno na kosmos, ukazując jego piękno. Ich zdumiewające zdjęcia – polecam *Inspiracje* w tym wydaniu magazynu *Kaleidoscope* – to niemal wizualne poematy, coś, czym nie sposób się nie zachwycić. Kosmos z jego bezmiarem i niewyobrażalnymi zjawiskami zawsze będzie dla nas źródłem inspiracji. Przypomina, że granice istnieją tylko po to, żeby je przesuwać. A technologie, które rozwijamy, badając tę przestrzeń, znajdują również zastosowanie na Ziemi i napędzają rozwój wielu dziedzin. To ekscytujące żyć w epoce, gdzie science fiction staje się rzeczywistością. Nowe materiały, technologie, sztuczna inteligencja – to wszystko pcha nas do przodu jak nigdy wcześniej. A każdy start rakiety, każda udana misja to wielki krok w przyszłość i nowe poziomy naszego zrozumienia świata. W tej kosmicznej podróży inspirowe nas Sławosz Uznański-Wiśniewski, który również gości na naszych łamach. Jego narodziny 12 kwietnia, w rocznicę lotu Jurija Gagarina w kosmos, wydają się więcej niż zbiegiem okoliczności. Jego historia to opowieść o ambicji, odwadze i ciężkiej pracy. Pokonał aż ponad 22 tys. kandydatów, aby dołączyć do elitarnego grona astronautów projektowych Europejskiej Agencji Kosmicznej. Wierzymy, że dzięki takim ludziom będziemy kontynuować tę naszą niesamowitą podróż ku innym wymiarom.

ENG

I still remember the night sky over the Sahara.

The myriad of stars could have been the lights of a cosmic megalopolis – something mysterious, fascinating, and immeasurable. From prehistoric times, all these shiny dots directed our ancestors, showing the way like signposts. Now, we have to seek out special places if we want to look at stars, glittering nebulae, or galaxies. It is not enough to leave the house, as it once was. And that saddens me, as it is a metaphysical and unforgettable experience. Our ancestors were closer to the stars because they simply had them overhead, but we can get to know them from a different perspective through ground-breaking technologies and the tireless work of scientists. The Hubble and Webb telescopes have opened a window into the cosmos and revealed its beauty. Their breath-taking photos (I recommend those in this issue of *Kaleidoscope*) are virtually visual poems that cannot help but captivate and enthrall. With its immensity and

Kosmos przypomina, że granice istnieją tylko po to, żeby je przesuwać.

The cosmos reminds us that boundaries are there to be crossed.

unimaginable phenomena, the cosmos will forever be a source of inspiration. It reminds us that boundaries are there to be crossed. Moreover, the technologies developed to explore space invariably find applications here on earth, and drive progress in many areas. It is exhilarating to live in an era where science is becoming reality. New materials, technologies, and AI are propelling us forward like never before. Every rocket launch and every successfully completed mission is a leap into the future that takes our understanding of the world to another level. Sławosz Uznański-Wiśniewski, who features in this issue, is an inspiration in this cosmic journey. His birthday (12 April), which coincides with Yuri Gagarin's flight into space seems more than fortuitous. His story is one of ambition, courage and hard work. He beat out more than 22,000 applicants to join the European Space Agency's elite group of project astronauts. We believe that thanks to people like him, we will continue this amazing journey towards other dimensions.



Agnieszka Frenus

redaktor naczelna | editor in chief



AVIATOR

SWISS MADE
WATCHES



◀ Nr ref. V.4.40.0.351.4 PL - 9500 PLN



TRIMETERTM

Puls + Czas + Odległość

- Zakrzywione szkło szafirowe
- Szwajcarski mechanizm automatyczny
- Kaliber Sellita SW-510 BH a
- Rezerwa chodu około 62 h



HERITAGE CHRONOGRAPH

Polska  *Edycja*

LIMITOWANA EDYCJA 250 SZTUK

APART.pl

Eleganckie i imponujące.

Nowe Audi A6 Limousine.
Nowy standard w klasie biznes.



A6

W zależności od wariantu i wersji zużycie paliwa w cyklu mieszanym wynosi od 4,8 do 7,8 l/100 km, emisja CO₂ wynosi od 125 do 177 g/km (dane na podstawie świadectw homologacji typu). Zużycie paliwa i emisja CO₂ zostały określone zgodnie z procedurą WLTP. Materiał prezentuje elementy wyposażenia opcjonalnego dostępnego za dodatkową opłatą. O szczegółach zapytaj Partnera Marki Audi lub sprawdź na stronie www.audi.pl/danewltp. Informacje na temat odzysku i recyklingu pojazdów znajdują Państwo na stronie vw-group.pl/volkswagen-group-polska/homologacja-i-ekologia.html.

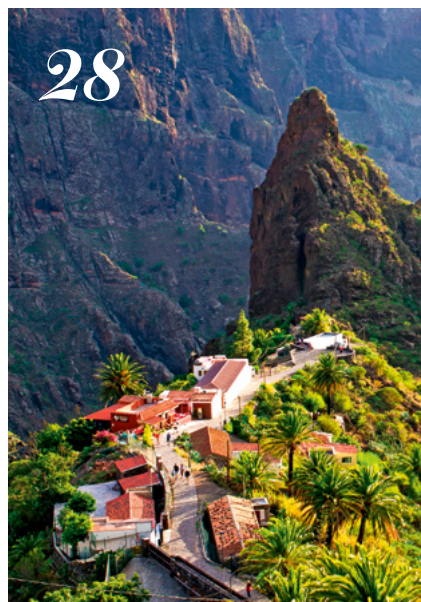


Audi
Przewaga
dzięki
technice



Dowiedz się więcej
o modelu lub porozmawiaj
z Audi Ekspert Online





What's on

- 10 Wydarzenia kulturalne**
Cultural Events

Business

- 20 Nowości**
News

Travel

- 28 Podróż życia: Teneryfa**
Journey of a Lifetime: Tenerife
- 38 Dlaczego warto odwiedzić Naritę oraz Tokio**
Why? Narita and Tokyo
- 44 Inspiracje: Kosmos**
Inspirations: Cosmos
- 50 Dlaczego warto odwiedzić Tallin**
Why? Tallinn
- 52 Sposoby na Szwajcarię**
How to do Switzerland
- 62 Polska: Rowerem przez pruski szlak**
My Poland: by bike along the Prussian Trail

Polish Hits

- 78 Sławosz Uznański-Wiśniewski**

People & The World

- 86 Maratony świata**
World Marathons

Interview

- 98 Damian Syjczak**

Good Food

- 108 Kuchnia gór**
Mountain cuisine

Trends

- 116 Must have**
118 Dobry adres
Good Address

Travel a LOT

- 122 Komfortowe podróżowanie**
Comfortable travelling

kaleidoscope

e-mail: kaleidoscope@burdamedia.pl

redaktor naczelna: Agnieszka Franus
redaktor prowadząca: Agnieszka Michalak
dyrektor artystyczna: Wioletta Wiśniewska
fotoedytorka: Teresa Tuleja
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

ZARZĄD:
Chief Executive Officer
Maciej Klepacki
Chief Operating Officer

Tomasz Jażdżyński
REKLAMA:
Chief Commercial Officer
Michał Helman

Sales Director
Katarzyna Nowakowska
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



PODRÓŻUJ TANIEJ Z OBRĄCZKĄ PŁATNICZĄ **TRAVEL CHEAPER WITH A PAYMENT RING**

Otwórz Konto Przekorzystne
online i zyskaj nagrody o wartości **do 1000 zł**

Open the Konto Przekorzystne
Account online and gain prizes worth **up to PLN 1000**



Poznaj więcej supermocy na pekao.com.pl/konto | Discover more superpowers at pekao.com.pl/konto

[PL] Promocja dla nowych klientów, którymi w rozumieniu regulaminu promocji „Supermocna oferta dla podróżujących” są uczestnicy, którzy od 1.06.2023 r. do 29.05.2025 r. nie posiadali w banku konta i na dzień przystąpienia nie posiadają produktów kredytowych. Obrączka płatnicza umożliwia dokonywanie płatności i wypłat po podłączeniu do niej karty wydanej do konta. Bank przekazuje klientowi voucher ze zniżką 100%, który uprawnia do otrzymania obrączki po założeniu Konta Przekorzystnego online z kartą do konta, aplikacją PeoPay, bankowością elektroniczną Pekao24, dokonaniu wpływów na konto łącznie na min. 1000 zł w miesiącu przystąpienia do promocji lub w następnym i spełnieniu pozostałych warunków określonych w regulaminie promocji. Liczba voucherów jest ograniczona do 31 000 sztuk. Zasady postępowania w przypadku wyczerpania puli voucherów opisane zostały w regulaminie promocji dostępnym na pekao.com.pl/konto. W ramach promocji bank wypłaci na konto klienta nagrodę, odpowiadającą 5% wartości transakcji bezgotówkowych (do 100 zł miesięcznie przez okres 6 kolejnych miesięcy) wykonanych kartą do konta lub kartą kredytową w hotelach, restauracjach, biurach podróży, na stacjach benzynowych w Polsce oraz wszystkich wykonanych za granicą po spełnieniu warunków promocji. Promocja obowiązuje do 30.09.2025 r. Materiał marketingowy nie stanowi oferty w rozumieniu kodeksu cywilnego. | **Bank Pekao S.A.**

[ENG] Promotion for new customers, who, according to the terms and conditions of the promotion “Superpower Offer for Travellers”, are participants that did not have an account with the bank from 1 June 2023 to 29 May 2025 and as of the date of participation do not have credit products. The payment ring allows payments and withdrawals to be made when the card issued with the account is connected to it. The bank provides the customer with a voucher with a 100% discount, which entitles him or her to receive a ring once the customer has set up the Konto Przekorzystne Account online with an account card, PeoPay app and Pekao24 e-banking, made deposits to the account in the amount of min. PLN 1,000 in the month of joining the promotion or in the following month, and met the other conditions specified in the terms and conditions of the promotion. The number of vouchers is limited to 31,000. The rules for dealing in the event of exhaustion of the voucher pool are described in the terms and conditions of the promotion available at pekao.com.pl/konto. Under the promotion, the bank shall pay a reward to the customer's account, equivalent to 5% of the value of non-cash transactions (up to PLN 100 per month for a period of 6 consecutive months) made with the account card or credit card in hotels, restaurants, travel agencies, gas stations in Poland and all those made abroad after meeting the conditions of the promotion. The promotion is valid until 30 September 2025. The marketing material does not constitute an offer within the meaning of the Civil Code. | **Bank Pekao S.A.**



Kultura Culture



poleca recommended by
AGNIESZKA MICHALAK

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

Festiwal / Festival

LONDON

MISTRZOWIE IMPROWIZACJI

Masters of Improvisation

Najbardziej wyraziste osobowości polskiego jazzu: Anna Maria Jopek i Leszek Możdżer, Aga Zaryan Trio i Piotr Wojtasik Quintet oraz Alice Zawadzki i Sławek Uniatowski, na najbardziej kultowych brytyjskich scenach: Cadogan Hall, Kings Place oraz PizzaExpress Club w Soho. 15 września w Londynie rusza pierwsza edycja LOT Polish Jazz Festival. – *To będzie spotkanie klasyki z nowoczesnością, duchowości z ekspresją, improwizacji z mistrzostwem wykonania. Polski jazz jest ceniony na świecie za wrażliwość i odwagę w eksperymentowaniu. I w pełnej krasie wybrzmi nad Tamizą* – tłumaczą organizatorzy imprezy. Na scenach pojawią się też goście specjali, wśród nich: trębacz Mark Kavuma, saksofonistka Emma Rawicz, perkusista Chiminyo, trębaczka Poppy Daniels, a także saksofonista Leo Richardson. Kończą się bilety!

Some of the most distinctive personalities in Polish jazz – Anna Maria Jopek and Leszek Możdżer, the Aga Zaryan Trio and Piotr Wojtasik Quintet, as well as Alice Zawadzki and Sławek Uniatowski – will perform on some of London's most iconic stages: Cadogan Hall, Kings Place, and PizzaExpress Club in Soho. The inaugural LOT Polish Jazz Festival kicks off in London on September 15. "It will be a meeting of classical and modern, spirituality and expression, improvisation and masterful performance. Polish jazz is valued worldwide for its sensitivity and courage in experimentation. And it will resound in its full glory in London," explain the event organizers. Special guests include trumpeter Mark Kavuma, saxophonist Emma Rawicz, drummer Chiminyo, trumpeter Poppy Daniels, and saxophonist Leo Richardson. Tickets are running out fast!

LOT Polish Jazz Festival, 15–29.09.2025, Londyn
polishjazzfestival.com

Ogród rozpaczy ziemskich

znak
Beatriz Serrano

VIENNA

LONDON

KRONIKARZ

Chronicler

Radical! w wiedeńskiej Galerii Belvedere zachęca do spojrzenia na modernizm z kobiecej perspektywy. Do zobaczenia rysunki, rzeźby, fotografie oraz filmy artystek z całego świata.

Radical! at Vienna's Belvedere Gallery invites viewers to explore modernism through a female lens. The exhibition features drawings, sculptures, photographs, and films by women artists from across the globe.

Radical! Women*Artists and Modernism 1910–1950, Österreichische Galerie Belvedere, do 12.10.25

Edward Burra, Tate Modern, do 19.10

Książki / Books

A JEDNAK Z UŚMIECHEM

Finding a Smile

Mieć dobre życie bez obiektywnie poważnych problemów i odczuwać pustkę? Brzmi znajomo? To uczucie z pewnością zna niejaka Marisa. Egzystuje w modnym madryckim mieszkaniu, zarabia nieźle w agencji reklamowej, ma czas na Prado i wino na balkonie. Ale... nie ma pomysłu, jak przetrwać kolejny dzień. Debiutancka powieść hiszpańskiej dziennikarki Beatriz Serrano to zgrabnie uchwycony portret współczesnej zagubionej kobiety, która szuka w sobie siły, by znów się uśmiechać. Spakujcie do walizki.

Living a good life without any objectively serious problems yet feeling empty? Sounds familiar? This feeling is certainly known to Marisa. She lives in a trendy Madrid apartment, earns well at an advertising agency, and finds time for Prado and wine on the balcony. But... she has no idea how to get through another day. The debut novel by Spanish journalist Beatriz Serrano is a deftly captured portrait of a contemporary lost woman searching for the strength to smile again. Pack it in your suitcase.

Ogród rozpaczy ziemskich Beatriz Serrano, Znak



WDZIĘCZNOŚĆ

Gratitude

Wielopiętrowy thriller psychologiczny. Jeff ratuje życie pewnemu miliarderowi, a ten odpłaca się mroczną intrygą. Trudno tę lekturę odłożyć.

A gripping multi-layered psychological thriller. Jeff saves a billionaire's life, only to be met with a sinister scheme in return. Hard to put down.

Usta-usta, Antoine Wilson, Wydawnictwo Czarne



TROCHĘ ORIENTU

Touch of the Orient

Jak wygląda tureckie wesele, co to jest halay i czy warto poprawiać urodę w Turcji? Odpowiedzi szukajcie w tym bezpretensjonalnym dzienniku-przewodniku.

What is a Turkish wedding like, what is halay, and is it worth getting beauty treatments in Turkey? Find the answers in this unpretentious diary-guide.

Turcja. Orient oswojony, Marta Abramczyk-Weder, Bezdroża





GDYNIA

JUBILEUSZOWO

Jubilee Edition

Nowe produkcje m.in. Holland, Smarzowskiego czy Domalewskiego powalczą o Złote Lwy podczas 50. edycji Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni, który otworzy *Chopin, Chopin!* Michała Kwietcińskiego. Do Gdyni! New productions by Holland, Smarzowski, and Domalewski will compete for the Golden Lions at the 50th edition of the Polish Film Festival in Gdynia, which opens with Michał Kwietciński's *Chopin, Chopin!*. See you in Gdynia!

50. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni, 22–27.09.2025

Festival / Festival



WROCŁAW

I KAMIENICE OŻYJĄ

And the Tenement Houses Will Come Alive

Stu artystów z 20 krajów i prawie tysiąc projekcji na ścianach budynków kultowego Nadodrza – we Wrocławiu startuje Kinomural. Tu widzowie sami decydują, jaki będzie kierunek oglądania. Wstęp wolny.

One hundred artists from 20 countries and nearly a thousand projections on the walls of iconic Nadodrza buildings – the Kinomural festival kicks off in Wrocław. Here, the audience chooses their own viewing path. Free admission.

Kinomural. Festiwal sztuki nowych mediów 19–20.09.2025

REKLAMA

Teatr im. J. Słowackiego
w Krakowie

SZCZEPAN
TWARDOCH
SCENA MOS
POKÓJ

REŻYSERIA ROBERT TALARCZYK I SZCZEPAN TWARDOCH

Spektakle:
18, 19, 20 WRZEŚNIA
16 LISTOPADA

TEATR WKRAKOWIE.PL

W poznańskim
Cabarecie
zobaczymy m.in.
Emila Lipskiego
oraz Macieja
Badurkę.

At the Cabaret in
Poznań we will see,
among others, Emil
Lipski and Maciej
Badurka.



POZNAŃ

TROSKI OUT Leave Worries Behind

Przenieśmy się do dekadentckiego Berlina początku lat 30. XX w. Tu życie toczy się w mrocznych podziemiach klubów, m.in. w Kit Kat. To tu Sally Bowles – brytyjska aktorka i tancerka, diwa sceny, spotyka Cliffa Bradshawa – amerykańskiego pisarza, który szuka inspiracji do najnowszej książki. Ciąg dalszy *Cabaretu* Masteroffa znacie, ale warto go sobie przypomnieć – grają w Poznaniu. Let's transport ourselves to decadent Berlin in the early 1930s. Here, life unfolds in the dark underground of clubs, including Kit Kat. This is where Sally Bowles – a British actress and dancer, a stage diva – meets Cliff Bradshaw, an American writer searching for inspiration for his latest book. You know the continuation of Masteroff's *Cabaret*, but it's worth refreshing your memory – it's playing in Poznań.

Cabaret, reż. Łukasz Brzeziński, Teatr Muzyczny w Poznaniu,
premiera: 6.09.2025

GDAŃSK



PEWNA PCHŁA

A Certain Flea

...znana z figlarnego charakteru i drobnych oszustw od lat wędruje po świecie. Aż zawędrowała na deski Teatru Wybrzeże. Propozycja nie tylko dla dzieciaków.

...known for its

mischievous nature and small tricks, has been traveling the world for years. Now it has made its way to the stage of the Wybrzeże Theatre. A show not just for kids.

Pchła Szachrajka, reż. Maćko Prusak, Teatr Wybrzeże

OLSZTYN

Ten pan po prawej to Jan Klata, jeden z najbardziej wyrazistych i bezkompromisowych polskich reżyserów teatralnych.

We wrześniu będzie o nim głośno – obejmie dyрекcję Teatru Narodowego w Warszawie i daje premierę Krzyżaków w olsztyńskim Jaraczu. A Sienkiewicz zobowiązuje, więc czeka nas ważna lekcja historii.

The gentleman on the right is Jan Klata, one of Poland's most distinctive and uncompromising theatre directors. September will see him making headlines – as he takes over the leadership of the National Theatre in Warsaw and premieres *Krzyżacy* at the Jaracz Theatre in Olsztyn. With Sienkiewicz involved, we can expect an important lesson in history.

Krzyżacy, reż. Jan Klata, Teatr Jaracz w Olsztynie, premiera: 13.09.2025



Warszawska Opera Kameralna zaprasza



Dyrektor Warszawskiej
Opery Kameralnej
Alicja Węgorzewska-Whiskerd

„Podczas uwertury, którą Benjamin Bayl dyryguje z niezwykłą dbałością o detale, prowadząc grającą na instrumentach historycznych orkiestrę MACV z ogromnym wyczuciem dynamiki, retoryki i charakteru tematów... Anna Sroka-Hryń zdaje się w pełni to rozumieć. A jednak co jakiś czas daje o sobie znać jej upodobanie do wyrazistych obrazów... ale nie przesłaniają one właściwej akcji scenicznej. Reżyserka odnajduje natomiast język ciała, gestu i formy, który sprawia, że cierpienia postaci są wiarygodne.

Adanya Dunn aktorsko znakomita... potrafi oddać ogromne cierpienie młodego człowieka, który zabija z miłości, śpiewa z niemal uwodzicielską wrażliwością i kulturą dźwięku, każdą frazę traktując jak Klejnot, z agogicznym wyczuciem i znakomitą dykcją. Imponujące!”

Jürgen Otten, Opernwelt

„Anna Sroka-Hryń odrzuciła ponadto wszelkie odniesienia do koturnowej opery seria i zrobiła spektakl o ludziach – ich namiętnościach i aspiracjach, a także o skrywanych z różnych względów uczuciach (...)

Mimo rozmachu inscenizacyjnego, powstała opowieść bardzo ludzka, momentami wręcz intymna, z bohaterami krążącymi też wśród widzów. Tę intymność wzmocnili muzycy Orkiestry Instrumentów Dawnych MACV pod wodzą Benjamina Bayla, dramatyzmu dodał zaś Zespół Wokalny WOK.”

Jacek Marczyński, Ruch Muzyczny



LA CLEMENZA DI TITO

KV 621

Wolfgang Amadeus Mozart

Spektakle:

26, 27 września 2025
godz. 19:00

28 września 2025
godz. 18:00

Teatr Warszawskiej
Opery Kameralnej
Al. Solidarności 76b
w Warszawie

ODWAŻNA PODRÓŻ

Bold Journey

Zastanawialiście się kiedyś, co by było, gdybyście mogli otworzyć magiczne drzwi i... jeszcze raz przeżyć jakiś przełomowy moment w waszym życiu? Sarah (Margot Robbie) i David (Colin Farrell), którzy po raz pierwszy spotykają się na weselu wspólnego znajomego, dostają taką możliwość.

I co z nią zrobią? Odpowiedź w kinach. Have you ever wondered what it would be like to open a magical door and relive a breakthrough moment in your life? Sarah (Margot Robbie) and David (Colin Farrell), who meet for the first time at a mutual friend's wedding, get that chance. What will they do with it? Find out in cinemas.

Wielka, odważna, piękna podróż, reż. Kogonada



Film / Film

RYZYKOWNA GRA

Risky Game

Po odsiedzeniu kilku lat w więzieniu za przestępstwa mafijne polityk Catello (wyrazisty jak zawsze Toni Servillo) dostaje szansę, by wrócić do gry. Włoska służba bezpieczeństwa składa mu propozycję, by pomógł schwytąć Matteo, ostatniego wielkiego bossa mafii, którego nasz polityk zna od dzieciństwa. Dla fanów włoskich kryminałów.

After serving several years in prison for mafia crimes, politician Catello (as striking as ever, Toni Servillo) gets a chance to return to the game. The Italian Security Service offers him a deal: help capture Matteo, the last great mafia boss, whom Catello has known since childhood. A must-watch for fans of Italian crime dramas.

Listy sycylijskie, reż. Fabio Grassadonia, Antonio Piazza



Grupa ludzi porzuca dotychczasowe życie i przenosi się na wyspy Galapagos, aby odnaleźć sens życia. Inspirujące, prawda? Tym bardziej że na ekranie m.in.

Jude Law, Ana de Armas i Sydney Sweeney.

A group of people leave their old lives behind and move to the Galapagos Islands in search of life's meaning. Inspiring, isn't it? Especially with stars like Jude Law, Ana de Armas, and Sydney Sweeney in the cast.

Eden, reż. Ron Howard



POLSKIE ŚLADY W TURCJI

Polish Traces in Turkey

W Turcji można odnaleźć wiele polskich śladów i cennych poloników. Pozostawili je inżynierowie, architekci, żołnierze, uchodźcy, misjonarze i artyści. To fragment wspólnej historii, który wciąż jest widoczny w krajobrazie i kulturze tego kraju. Jednym z najbardziej znanych miejsc jest Adampol, polska wioska położona pomiędzy Stambułem a Morzem Czarnym. Powstała w 1842 r. z inicjatywy księcia Adama Czartoryskiego i Michała Czajkowskiego jako schronienie dla uczestników powstania listopadowego. Warto odwiedzić tu polski cmentarz i zająrzeć do polskiego kościoła.

W samym Stambule, w dzielnicy Cihangir, można zaś zobaczyć willę Michała Czajkowskiego, która swojego czasu była centrum życia polskiej emigracji. Z Turcją związany był również Adam Mickiewicz, który przyjechał tu jako emisariusz idei Legionu Polskiego w czasie wojny krymskiej. W domu, w którym zmarł, mieści się dziś muzeum poświęcone poecie. Swoje miejsce w historii Stambułu ma też Stanisław Chlebowski (1835–1884), nadworny malarz sułtana Abdülaziza. Jego monumentalne obrazy batalistyczne: *Bitwa pod Mohaczem* czy *Bitwa pod Warną*, można podziwiać w pałacu Dolmabahçe nad Bosforem.

Więcej o polskim dziedzictwie za granicą na: polonika.pl.

In Turkey, many Polish traces and valuable Polonica remain. They were left by engineers, architects, soldiers, refugees, missionaries, and artists. This shared history is still visible in the country's landscape and culture. One of the best-known sites is Adampol, a Polish village between Istanbul and the Black Sea. Founded in 1842 by Prince Adam Czartoryski and Michał Czajkowski, it served as a refuge for participants of the November Uprising. The Polish cemetery and church there are well worth a visit.

In Istanbul's Cihangir district, you can find Michał Czajkowski's villa, once the heart of Polish emigration. Adam Mickiewicz also had strong ties to Turkey; he arrived as an emissary of the Polish Legion during the Crimean War. The house where he died is now a museum dedicated to the poet. Stanisław Chlebowski (1835–1884), court painter to Sultan Abdulaziz, also holds a place in Istanbul's history. His monumental battle scenes, *The Battle of Mohács* and *The Battle of Varna*, are displayed at Dolmabahçe Palace on the Bosphorus.

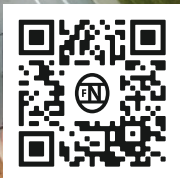
More about Polish heritage abroad at: polonika.pl



Stanisław Chlebowski, *Zeybek à Brousse (Bursa)*, 1880 r.
Stanisław Chlebowski, *Zeybek à Brousse (Bursa)*, 1880

FABRYKA NORBLINA - THE MOST ENTERTAINING STREETS IN WARSAW

51/53 Żelazna Street, Warsaw





amarBEIRUT
Lebanese Fusion

Bibi's
CAFE & BAR

Blue Cactus

BOCCA

Deep
Nature

DONKEY
SHOT

FOOD
TOWN
MARTINI HUBBARD

FOOD
TOWN
BARS

LULU
Live their night

MOXO

Paradiso

The
Pine Bar

DWAGA PIWO

WINE
FIRST

WIŚNIEWSKI



Biznes Business

tekst / by PIOTR BŁASZCZYK



Magdalena Więcek,
Zderzenia form,
1958

SZTUKA DOBREGO INWESTOWANIA ART OF GOOD INVESTING

Prace uznanych twórców i obiecujących młodych talentów, blisko 30 wyselekcjonowanych galerii z Polski i zagranicy oraz angażujące dyskusje – 5 września rusza kolejna edycja Hotel Warszawa Art Fair. Te targi sztuki są nie tylko wystawą prac, ale przede wszystkim sygnałem dla biznesu, że sztuka to świetna inwestycja kapitału. – Coraz więcej przedsiębiorców traktuje kolekcjonowanie jako strategię dywersyfikacji portfela, zyskując prestiż i potencjalny zysk – tłumaczą organizatorzy. Gościem specjalnym wydarzenia będzie amerykańska kuratorka i krytyczka sztuki Alison Gingeras.

Works by renowned artists and promising young talents, nearly 30 carefully selected galleries from Poland and abroad, and engaging discussions – the next edition of the Hotel Warszawa Art Fair begins on September 5th. This art fair is not only an exhibition of works but, above all, a signal to businesses that art is a great investment. "More and more entrepreneurs are using collecting as a strategy to diversify their portfolios, gaining prestige and potential profits," the organizers explain. The event's special guest will be American curator and art critic Alison Gingeras.
Hotel Warszawa Art Fair, 5–7.09.2025



SZANSA DLA FIRM NEW OPPORTUNITY FOR COMPANIES

Polskie start-upy z nową siłą wyruszają na światowe rynki – Europejski Instytut Innowacji i Technologii (EIT) wspólnie z Ministerstwem Rozwoju i Technologii uruchamiają w Polsce pierwszy w Europie pilotaż programu EIT Regional Innovation Booster. To szansa dla polskich firm technologicznych na ekspansję i podbój rynków nordyckich, niemieckiego lub hiszpańskiego. EIT planuje przeznaczyć na program co najmniej 30 mln euro.

Polish startups are heading to global markets with renewed strength. The European Institute of Innovation and Technology (EIT), in partnership with the Ministry of Development and Technology, is launching the first pilot of the EIT Regional Innovation Booster program in Poland. This is a chance for Polish tech companies to expand and conquer the Nordic, German, or Spanish markets. The EIT plans to allocate at least €30 million to the program.



MONITOROWANIE ŚRODOWISKA GLOBALNYM PRIORYTETEM

ENVIRONMENTAL MONITORING
AS A GLOBAL PRIORITY

Firma WATR, która oferuje zintegrowane rozwiązania do zdalnego monitoringu wody i gleby w czasie rzeczywistym, właśnie pozyskała kapitał rozwojowy na ekspansję globalnej platformy do kontroli środowiska. Innowacyjne technologie WATR są już wdrożone m.in. w brytyjskim sektorze wodnym.

WATR, a company providing integrated solutions for real-time remote monitoring of water and soil, has just secured growth capital to scale its global environmental control platform. The company's innovative technologies are already in use in sectors such as the UK water industry.

GADŻETOWE NOWOŚCI NEW IN GADGETS

Ponad 200 wystawców i 3 tys. odwiedzających – 17 września w EXPO XXI Warszawa rusza coroczna edycja Festiwalu Marketingu. To jedno z najważniejszych wydarzeń dla branży reklamowej. Inspiracje znajdują tutaj zarówno ci, którzy poszukują gadżetowych nowości, materiałów POS (Point of Sale), jak i poligrafii reklamowej, eventowej i opakowań. W ramach targów organizowane są konkursy: Pos Stars, Super Gift oraz Złoty Medal.

Festiwal Marketingu, 17-18.09,
Warszawa



Over 200 exhibitors and 3,000 visitors – on September 17, the annual edition of the Marketing Festival kicks off at EXPO XXI Warsaw. It's one of the most important events for the advertising industry. The festival is a source of inspiration for those looking for the latest in promotional gadgets, POS materials, advertising printing, event products, and packaging. As part of the fair, several competitions are held: POS STARS, SUPER GIFT, and the GOLD MEDAL.

Chat GPT 5

KOLEJNA NOWA ERA ANOTHER NEW ERA

OpenAI wprowadził GPT 5, czyli najnowszy model sztucznej inteligencji. Co potrafi? M.in. natychmiast napisać oprogramowanie, jeszcze szybciej i bardziej ekspercko rozwiązywać zadania matematyczne czy skomplikowane problemy naukowe. OpenAI has unveiled its latest artificial intelligence model, GPT-5. What is it capable of? Among other things, it can instantly write software, and solve math and complex scientific problems with greater speed and expertise.



TREND GLASS ACADEMY

...to inicjatywa edukacyjna radomskiego producenta wyrobów szklanych Trend Glass stworzona z myślą o młodych pasjonatach technologii. To nowoczesna przestrzeń dydaktyczna, w której uczniowie szkół średnich i studenci uczelni technicznych zdobywają kompetencje z zakresu programowania, automatyki i robotyki. Akademia powstała, by rozwijać talenty, inspirować do innowacji i wspierać świadome kształtowanie ścieżek zawodowych. Zapisy na: trendglass.pl.

...is an educational initiative by Radom-based glassware manufacturer Trend Glass, created for young technology enthusiasts. It's a modern learning space where high school students and technical university students gain skills in programming, automation, and robotics. The academy was established to develop talent, inspire innovation, and support thoughtful career development.

Sign up at: trendglass.pl





RAVE NA ŚNIADANIE? RAVE FOR BREAKFAST?

Co mieszkańcy dużych miast robią w niedzielne poranki? Często odsypiają po całonocnych zabawach albo... idą na poranny (sic!) rave do Rumory Bistro zlokalizowanego na parterze nowej siedziby Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie. Cykle imprez o poranku – bez alkoholu, z kawą w ręku – to nowy trend w gastronomii. W Rumorach – z ogródka i panoramicznych okien rozpościera się widok na Pałac Kultury i Nauki – za konsoletą rządzi kolektyw Niedzielní, który redefiniuje, czym może być stołeczna impreza z muzyką elektroniczną.

What do city dwellers do on a Sunday morning? They might sleep in after a night of partying, or they might head to a morning rave at the Rumory cafe, located on the ground floor of the new Museum of Modern Art in Warsaw. This series of early morning parties, without alcohol, is a new trend in the culinary scene. At Rumory, with its garden and panoramic windows overlooking the Palace of Culture and Science, the Niedzielní collective reigns supreme behind the mixing console, redefining what an electronic music party in the capital can be.



MIEJSCE NA INWESTYCJE SPACE FOR INVESTMENT

Do 5 września na Kostaryce potrwa Szczyt Handlowo-Inwestycyjny, jedno z najbardziej wpływowych wydarzeń biznesowych w Ameryce Łacińskiej. Do San José zjadą przedsiębiorcy z całego świata, by nawiązać partnerstwa i stworzyć nowe możliwości dla globalnego biznesu. The Trade and Investment Summit, one of Latin America's most influential business events, is being held in Costa Rica until September 5. Entrepreneurs from around the globe will gather in San José to forge strategic partnerships and cultivate new opportunities for global commerce.

Z LOT-EM JESZCZE WYGODNIEJ EVEN MORE COMFORT WITH LOT

Regulowane w sześciu płaszczyznach zagłówki, przedłużone podłokietniki, przesuwane stoliki, uchwyty do telefonów i indywidualne gniazda zasilania – w świebodzińskim oddziale firmy Recaro właśnie z taśmy produkcyjnej zjechały pierwsze zestawy nowoczesnych foteli zaprojektowanych specjalnie dla LOT-u. To nie tylko ukłon w stronę pasażerów. Obniżona masa wpłynie na zwiększenie zasięgu samolotów i redukcję emisji CO₂, a modułowa konstrukcja oraz lokalny wykonawca pozwolą na błyskawiczne serwisowanie. Pierwsze Boeingi 737 MAX 8 wyposażone w nowe fotele wylądują w Polsce już w listopadzie. Łącznie 14 tys. siedzeń zamówionych w Recaro Polska trafi do nowej floty, też do samolotów Airbus A220. With six-way adjustable headrests, extended armrests, sliding tables, phone holders, and individual power outlets, the first sets of modern seats designed for LOT have just rolled off the production line at Recaro's Świebodzin facility. But it's not just about passenger comfort. The reduced weight will help extend the aircraft's range and cut CO₂ emissions, while the modular design and local production will ensure fast maintenance. The first Boeing 737 MAX 8 planes with the new seats will arrive in Poland this November. A total of 14,000 seats ordered from Recaro Poland will go into LOT's new fleet, including Airbus A220 aircraft.



Podbij swoje inwestycje do lotu!

Poznaj ETF-y na GPW

Podróżuj, planuj, rozwijaj się, a Twoje finanse mogą pracować równolegle. ETF-y notowane na warszawskiej Giełdzie Papierów Wartościowych to jedno z dostępnych narzędzi umożliwiających dywersyfikację portfela i długoterminowe podejście do zarządzania kapitałem. To rozwiązanie dla tych, którzy planują swoje działania finansowe z myślą o kolejnych etapach życia.

etfnagpw.pl

Dowiedz się więcej
o **ETF-ach na GPW**



* Pamiętaj! Zainwestowany kapitał podlega ryzyku. Prezentowany materiał ma charakter wyłącznie edukacyjny i informacyjny. Nie stanowi rekomendacji inwestycyjnej ani porady finansowej.



LOT – Ambassador polskich marek i doświadczeń

LOT – The Ambassador of Polish
Brands and Experiences

Latając z PLL LOT, podróżujesz nie tylko z narodowym przewoźnikiem, ale także z esencją polskości – zamkniętą w smakach, zapachach, formach i detalach. Na pokładach naszych samolotów oraz w strefach lotniskowych prezentujemy to, co najlepsze w polskim rzemiośle, designie i kulturze gościnności. Wspierając polskich producentów, konsekwentnie sięgamy po rodzime marki – rozpoznawalne, sprawdzone, coraz częściej nagradzane także za granicą. Naszym pasażerom oferujemy bezpłatne przekąski i napoje od uznanych polskich dostawców. W klasie biznes podróż zyskuje nowy wymiar komfortu i jakości – dzięki starannie dobranym kosmetykom od Phenomé oraz selekcji polskich win z cenionych winnic Turnau, Czajkowski, Silesian i Lipowiec. Dopełnieniem są wysokiej jakości elementy użytkowe: szkło z Krosna, naczynia ceramiczne z manufaktury Bolesławiec, porcelana z Ćmielowa i Lubiany oraz sztucce marki Gerlach. Polskie Linie Lotnicze LOT to nie tylko środek transportu – to przestrzeń, w której możesz doświadczać polskości z jej autentycznością, jakością i dumą z lokalnego dziedzictwa. W najbliższych wydaniach magazynu *Kaleidoscope* zaprezentujemy Państwu polskie marki, które towarzyszą naszym pasażerom w podróży na pokładach PLL LOT.

Flying with LOT Polish Airlines is more than just traveling with the national carrier – it's an immersion into the very essence of Polish identity, captured in flavours, scents, forms, and exquisite details. Both onboard our aircraft and in airport zones, we proudly showcase the very best of Polish craftsmanship, design, and our culture of hospitality. By supporting Polish producers, we consistently choose local brands that are recognizable, trusted, and increasingly celebrated internationally. Our passengers enjoy complimentary snacks and beverages from renowned Polish suppliers. In Business Class, your journey reaches a new level of comfort and quality, enhanced by carefully selected cosmetics from Phenomé and a curated selection of Polish wines from acclaimed vineyards such as Turnau, Czajkowski, Silesian, and Lipowiec. The experience is further elevated by high-quality service elements: glassware from Krosno, ceramics from the Bolesławiec manufactory, porcelain from Ćmielów and Lubiana, and cutlery by Gerlach. LOT Polish Airlines is truly more than just a means of transport – it's a space where you can genuinely experience Polishness, appreciating its authenticity, quality, and pride in local heritage. In upcoming issues of *Kaleidoscope* magazine, we'll introduce you to the Polish brands that accompany our passengers on their journeys aboard LOT.



PHENOMÉ

Uczta dla skóry – już od ponad 10 lat to motto przyświeca polskiej marce kosmetyków z segmentu premium. A rzeczona uczta bierze się z wielości składników aktywnych pochodzących z całego świata. Ale także z ich jakości – są przebadane, o udowodnionym działaniu. Phenomé jest tworzone z myślą o kobietach, których cera zaczyna mieć nowe wymagania wraz z upływem czasu. Wszystkie receptury tworzone są przez rodzime technolożki, a produkcja odbywa się w Polsce. Właścicielka marki – Aldona Luterek – podkreśla, że tworzy kosmetyki dla osób świadomych i wymagających, które cenią jakość. Pasażerowie LOT-u mają szansę wypróbować m.in. krem do twarzy oraz balsam do ust, ale też kosmetyki w toaletach (żel do mycia rąk, krem do rąk oraz mgiełka odświeżająca).

For over a decade, "A Feast for the Skin" has been the motto of Phenomé, a Polish premium skincare brand. This philosophy is reflected in its use of a wide array of high-quality active ingredients, sourced globally and thoroughly tested for proven effectiveness. Developed by Polish technologists and produced in Poland, Phenomé's products are designed for women whose skin develops new needs over time. The brand's founder, Aldona Luterek, emphasizes that her cosmetics are crafted for conscious, discerning customers who value quality. LOT passengers have the opportunity to experience these products firsthand, including a face cream, lip balm, and lavatory amenities like hand wash, hand cream, and a refreshing mist.





BNP PARIBAS

Pierwsza taka karta dla biznesu



Karta Mastercard Business World Elite

Pierwsza w Europie karta obciążeniowa, która wyznacza nowy standard wśród liderów biznesu. Łączy w sobie prestiż i wyjątkowe przywileje. Karta zapewnia również bezpieczeństwo, wygodę płatności i komfort w podróżach służbowych.

- Członkostwo w programie Priority Pass™, które daje dostęp do saloników VIP na lotniskach na całym świecie¹
- Usługa Fast Track, czyli szybka ścieżka przejścia kontroli bezpieczeństwa na lotniskach
- Szeroki pakiet ubezpieczeń, w tym ubezpieczenie podróżne
- Bezpieczeństwo danych z usługą Mastercard ID Theft Protection™

bnpparibas.pl

¹ Członkostwo w programie Priority Pass™ daje możliwość płatnego wejścia do saloników. Opłata zostanie naliczona automatycznie na rachunek karty użytkownika i regulowana raz w miesiącu. Szczegółowe informacje o karcie obciążeniowej Mastercard Business World Elite oraz warunki ubezpieczeń dostępne są na stronie www.bnpparibas.pl/przedsiębiorstwa/obsługa-bieżąca/karty/karta-obciążeniowa-mastercard-business-world-elite i w „Regulaminie Kart Płatniczych dla Klientów Korporacyjnych oraz Klientów Segmentu Małych i Średnich Przedsiębiorstw”. Informacje o usłudze Mastercard ID Theft Protection™ dostępne są na stronie <https://mastercard.europa.idprotectiononline.com>. Materiał nie jest ofertą. BNP Paribas Bank Polska S.A. z siedzibą w Warszawie przy ul. Kasprzaka 2, 01-211 Warszawa, zarejestrowany w rejestrze przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie, XIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego pod nr. KRS 0000011571, posiadający NIP 526-10-08-546 oraz kapitał zakładowy w wysokości 147 880 491 zł w całości wpłacony.



MOKATE

Dokładnie 35 lat konsekwentnych działań, współpracy i otwartości na świat sprawiło, że Grupa Mokate należy dziś do grona największych producentów kawy, herbaty i specjalistycznych surowców dla przemysłu spożywczego w Europie Środkowej. To firma o polskich korzeniach, która z sukcesem buduje swoją pozycję na rynkach ponad 70 krajów. Produkcja zabielać do kawy, śmietanek czy komponentów do lodów – to specjalność Mokate. W portfolio ma też mieszanki kawowe i Mokate Cappuccino, kawy ziarniste i herbaty. Połączenie tradycji z innowacyjnością, profesjonalizmu z rodzinnym podejściem oraz lokalnych wartości z globalnym zasięgiem sprawia, że Mokate nie tylko produkuje, ale inspiruje – tworząc smak, który łączy ludzi na całym świecie.

After 35 years of consistent effort, collaboration, and a global outlook, the Mokate Group has become one of Central Europe's largest producers of coffee, tea, and specialized raw materials for the food industry. This company, with its Polish roots, has successfully built its market position in over 70 countries. Mokate specializes in producing coffee creamers, creamers, and ingredients for ice cream. Its portfolio also includes coffee blends, Mokate Cappuccino, whole coffee beans, and teas. By combining tradition with innovation, professionalism with a family approach, and local values with a global reach, Mokate not only produces but also inspires, creating a taste that connects people around the world.

Na pokładach samolotów LOT-u są dostępne m.in. napój czekoladowy oraz kawa rozpuszczalna Mokate.

On board LOT aircraft, you'll find, among other things, a chocolate drink and instant coffee from Mokate.



IBRiS jest współzałożycielem EUROSKOPII, pierwszego w Europie stowarzyszenia niezależnych instytutów badawczych.

IBRiS is a co-founder of EUROSCOPIA, the first association of independent research institutes in Europe.

IBRiS

Sekretem sukcesu powołanego w 2014 r. Instytutu Badań Rynkowych i Społecznych jest połączenie innowacyjnych metodologii badawczych, doświadczonego zespołu ekspertów z wieloletnim stażem w branży oraz zaangażowania w etykę badań. Te elementy docenił m.in. magazyn *Press*, przyznając IBRiS tytuł najsilniejszej marki badawczej w Polsce. Instytut był też wielokrotnie nagradzany za trafność sondaży i analiz, w tym za przewidywanie wyników kluczowych wydarzeń politycznych i społecznych. W listopadzie ub. roku firma przeprowadziła dla LOT-u badanie jakościowe z pasażerami, którzy doświadczyli opóźnień w podróży. – W rezultacie naszej współpracy wyspecjalizowane działy LOT-u mogą wdrażać jeszcze skuteczniejsze metody niwelowania negatywnych doświadczeń związanych z zakłóceniami w podróży, zwłaszcza tych, na które linie lotnicze nie mają wpływu – tłumaczy Michał Kowalczyk, dyrektor ds. badań w IBRiS.

The secret to the success of the Institute for Market and Social Research (IBRiS), established in 2014, lies in its combination of innovative research methodologies, a team of experienced industry experts, and a strong commitment to ethical research. These qualities have been recognized by *Press* magazine, which named IBRiS the strongest research brand in Poland. The institute has also received numerous awards for the accuracy of its polls and analyses, including predicting the outcomes of key political and social events. In November of last year, the company conducted a qualitative study for LOT with passengers who had experienced travel delays. As Michał Kowalczyk, the Director of Research at IBRiS, explains, "As a result of our collaboration, LOT's specialized departments can implement even more effective methods to mitigate negative experiences related to travel disruptions, especially those beyond the airline's control."

IBRiS to nie tylko agencja badawcza, ale także organizacja działająca na rzecz podnoszenia jakości badań i popularyzacji zawodu badacza.

IBRiS isn't just a research agency; it's also an organization that works to improve the quality of research and popularize the research profession.





MEET



THE MANY



FACES



OF IMPACT



BUCHAREST

Erin Meyer, Stefanie Sword-Williams, Edi Rama,
Cosmin Vladimirescu, Victor Negrescu, Ömer Tetik,
and more...

impact
BUCHAREST

17-18 SEP 2025



Stratowulkan Pico del Teide na Teneryfie mierzy 3718 m n.p.m. i jest najwyższym szczytem w Hiszpanii. The ancient volcano Mount Teide in Tenerife stands at 3,718 meters above sea level and is the highest peak in Spain.



Gwiazdy oceanu

Stars of the Ocean

Kipią twórczą energią i bogactwem natury. Teneryfę kochają miłośnicy trekkingu, a sąsiednią Lanzarote – artyści.

They brim with creative energy and natural riches. While Tenerife is beloved of hikers, artists are drawn to neighbouring Lanzarote.





PL

Wulkaniczny żwir chrzęści pod butami puls rozsadza skronie. – Szybciej, bo się spóźnimy! – Arturo spogląda na zegarek, prowadząc mnie zбочem zastygłej lawy. Światło czołówki rozdziera mrok. Wyplute przez wulkan magmowe głązy majaczą pośród pustkowia. Czerwone refleksy ślizgają się po skorupie pumeksu. Złudzenie jest dojmujące. Kosmos zdaje się być na wyciągnięcie ręki. Nagle dostrzegam coś dziwnego. Gwiazdy odrywają się od konstelacji Skorpiona, jednak zamiast opadać w deszczu Perseidów, suną w górę. – To latarki wspinaczy – wyjaśnia Arturo. – Nie tylko my ścigamy się ze słońcem, żeby zdobyć Teide przed świtem – dodaje, gdy mijamy schronisko Altavista położone na wysokości 3260 m n.p.m. Wyrębana w lawie ścieżka pnie się stromo do góry.

W powietrzu jest coraz mniej tlenu, oddech staje się ciężki. – Minuta na aklimatyzację! – zarządza przewodnik. Chronię się przed lodowatym wiatrem za skalnym wyłomem. Z oblanych siarką fumaroli, czyli otworów w skorupie wulkanu, wydostają się cuchnące opary siarkowodoru. Ogrzewam dłonie, wstrzymując oddech. – Zostało 300 m przewyż-



tekst / by

RADOSŁAW ŻYDONIK

dziennikarz *National Geographic Traveler*
journalist of *National Geographic Traveler*

ENG

Volcanic gravel crunches underfoot, my pulse pounding in my temples. "Faster, or we'll be late", Arturo checks his watch as he leads me along a slope of hardened lava. The beam of the headlamp pierces the darkness. Volcanic boulders loom in the barren landscape, and red reflections glide over the pumice crust. The illusion is striking. Space seems within reach. Suddenly, I notice something out of the ordinary. Stars are breaking away from Scorpius, but they are ascending instead of falling like the Perseids. "Climbers' headlamps", Arturo explains. "We're not the only ones racing to reach Teide before dawn", he adds as we pass the Altavista refuge, located 3,260 m. asl. The path, carved into the lava, climbs steeply. The air gets thinner and our breathing heavier. "One minute to acclimate", the guide announces. I shelter from the icy wind behind a rock crevice. Putrid hydrogen sulphide escapes from sulphur-covered fumaroles (openings in the volcano's crust). I warm my hands while holding my breath. "We have 300 metres to go", Arturo estimates. "Let's move." With every



Tenerifya to raj dla aktywnych. Plaże Las Palmeras przyciągają surferów, podwodny świat u stóp góry Guaza – nurków, a skałkarzy kuszą formacje Fantasma na wschodzie.

Tenerife is a Paradise for the Active. The Las Palmeras beaches attract surfers, the underwater world at the foot of Mount Guaza draws divers, whereas climbers go to the Fantasma formations in the east.

szenia – ocenia Arturo. – Ruszamy! – Z każdym krokiem ciemność płowieje; na czarnym bazalcie nieśmiało różowi się świt. Jeszcze 15 m, 5...

Wchodzimy na szczyt w chwili, gdy pojawiają się pierwsze promienie słońca. Staję nad czeluścią krateru i oniemiały patrzę w dal. Ławice chmur suną nad oceanem wkomponowane w niezwykle zjawisko optyczne – gigantyczny cień wulkanu. Wyczarowany blaskiem słońca przestania horyzont, wydłużając się w idealną piramidę. Pico del Teide (3718 m n.p.m.) – najwyższy punkt na mapie Oceanu Atlantyckiego, trzeci wulkan Ziemi (od zanurzonej podstawy mierzy 7500 m), wyrasta pośrodku Tenerify – największej z Wysp Kanaryjskich. Trudno o lepszy taras widokowy. Na zachodzie – surowe wzgórza Parku Narodowego Teno, na północy – zielony grzbiet rezerwatu Las Lagunetas i porośnięte wawrzynem góry Anaga, nieco bliżej – czarna kreska wąwozu Masca wdzierającego się w klify Los Gigantes. Przede mną imponujący pejzaż misternie rzeźbiony kolejnymi erupcjami Teide. Wybuchowy artysta nie odłożył dłuta. Wciąż syczy i pomrukuje, budząc lęk i rodzaj mrocznych legendy.

1. Położony w górach Teno wąwóz Masca oraz wieś o tej samej nazwie to jedno z najchętniej odwiedzanych przez turystów miejsc na Tenerifie.

Located in the Teno Mountains, the Masca Gorge and the village of the same name are among the most frequently visited places by tourists in Tenerife.

2. Wyspy Kanaryjskie to raj dla miłośników owoców morza. Na zdj.: zapiekane przegrzeczki.

The Canary Islands are a paradise for seafood lovers.

In the photo: baked scallops.

3. Kolorowe kamieniczki to znak rozpoznawczy centrum Santa Cruz, czyli największego miasta na Tenerifie.

Colourful townhouses are the hallmark of the center of Santa Cruz, the largest city on the island of Tenerife.

3. Tenerifya to świetne miejsce na trekking. Najpopularniejsze szlaki to m.in. droga na wulkan Teide i trasa przez wąwóz Masca.

Tenerife is a great place for trekking. The most popular trails include the path to Mount Teide and the route through the Masca Gorge.

step, the darkness fades; dawn begins to blush over the black basalt. Just 15 metres more, 5... We reach the summit just as the first rays of sunlight appear. I stand above the crater's abyss and gaze out, speechless. Layers of clouds glide over the ocean, framed by a stunning optical illusion – the volcano's giant shadow. Cast by the rising sun, its perfect pyramidal silhouette stretches to the horizon. Pico del Teide (3,718 m asl) – the highest point in the Atlantic and the third-largest volcano in the world (7,500 m from its underwater base) – rises from the heart of Tenerife, the largest of the Canary Islands. You won't find a better viewing terrace anywhere. To the west I can see the rugged hills of Teno National Park, to the north the green ridge of the Las Lagunetas reserve and the laurel-covered Anaga mountains, and a little closer, the dark outline of Masca Gorge, which cuts into the Los Gigantes Cliffs. Before me stretches an awe-inspiring landscape, sculpted by Teide's many eruptions. This explosive artist, which has inspired many a dark legend, continues to hiss and rumble.



GWIZDANIE W DOBRYM TONIE

– Guanczowie, pierwsi mieszkańcy Wysp Kanaryjskich, wierzyli, że w Teide uwięziony jest demon Guayota – opowiada Arturo, gdy nazajutrz w rezerwacie Teno zjadamy słodkości przyrządzone z kanaryjskiej maki gofio. – Palili ogień, by zatrzymać go wewnątrz góry, a gdy zaczynał pluć lawą, chwytała za lance – pokazuje zaostrzoną trzymetrową tykę. Okazuje się, że to nie broń, ale tradycyjny środek lokomocji. Pozwala szybko uciec przed zagrożeniem, przydaje się też do pilnowania kóz.

Arturo podrywa się od stołu. Chwyta drąg i podciągając się energicznie, daje kilkumetrowe susy, z łatwością przemierzając porośnięte kaktusami stoki. Nagle przystaje i zaczyna gwizdać, prezentując melodyjny język Guanczów (silbo) wciąż używany przez tutejszych pasterzy. – Gwiżdżę na wszystko i ruszam na szlak! – tłumaczy ze śmiechem dźwięczny świergot i znika pomiędzy większymi domami uczepionymi krawędzi wąwozu Masca. Schodzimy w głąb skalnej gardzieli, by po godzinie znaleźć się przy klifach Los Gigantes wystylizowanych z oceanu na wysokość 600 m. Zaglądają tu nie tylko turyści, ale i delfiny butlonose. Wyskakują w akrobatycznych popisach, jakby chciały dołączyć do szybujących paralotniarzy i latawców kitesurferów.

Tenerifya to raj dla aktywnych. Plaże Las Palmeras przyciągają surferów, podwodny świat u stóp góry Guaza – nurków, skałkarzy kuszą formacje Fanta-

1. Trekking przez gęsty las wawrzynowy Wiejskiego Parku Anaga na Teneryfie to pełny reset.

Trekking through the dense laurel forest of the Anaga Rural Park in Tenerife is a complete reset.

2. Teneryfa ma wiele ukrytych między skałami kąpielisk.

Tenerife has many swimming spots hidden among the rocks.

3. Ten zjawiskowy kwiat to żmijowiec rubinowy. Osiąga nawet 3 m wysokości. Występuje w Parku Narodowym Teide na Teneryfie.

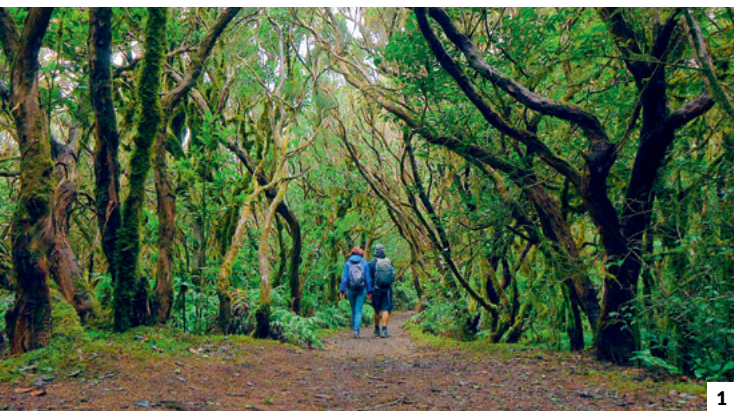
This spectacular flower is the Tower of Jewels (Echium wildpretii). It can reach up to 3 meters in height. It grows in Teide National Park in Tenerife.

TASTEFUL WHISTLE

"The Guanches, the first inhabitants of the Canary Islands, believed that a demon who went by the name of Guayota was trapped inside Teide", says Arturo, as we enjoy sweets made from Canarian gofio flour at the Teno Reserve the next day. "They lit fires to keep him sealed inside the mountain, and when he started spitting lava, they grabbed their lances." He shows me a sharpened 3-metre pole. It's not a weapon, but a means of transport. It allows for a quick escape and also comes in handy when herding goats.

Arturo leaps up out of his chair, and grabbing the pole, propels himself with energetic jumps, easily covering the cactus-covered slopes. Suddenly, he stops and begins to whistle, demonstrating the melodic Guanche language (silbo), which local shepherds still use. "I whistle at everything and hit the trail", he laughs, explaining the tuneful chirping before disappearing between the village houses clinging to the edge of Masca Gorge. We descend into the rocky throat, and an hour later, find ourselves by the Los Gigantes Cliffs, which rise 600 metres straight out of the ocean. Not only tourists come here, but also bottlenose dolphins. They leap in acrobatic displays, as if wanting to join the soaring paragliders and kitesurfers above.

Tenerife is a Paradise for the Active. The Las Palmeras beaches attract surfers, the underwa-



1



2



3



MOODSCENTBAR.COM

Największa PERFUMERIA niszowa w Polsce

Warszawa
ul. Tamka 33

Warszawa
ul. Bracka 3

Warszawa
ul. Mokotowska 9

Warszawa
Wonderberry by Mood Scent Bar
Tamka 34

Poznań
ul. Szamarzewskiego 10

Wrocław
ul. Włodkowska 19

Łódź
ul. Piotrkowska 6

Katowice
ul. Plac Miarki 2

Kraków
ul. Krowoderska 41 / 1

MOOD SCENT BAR



sma na wschodzie, a miłośników trekkingu szlaki północy – najwspanialsze wiodą przez góry Anaga, najstarszą geologicznie część Teneryfy.

Docieram tam nazajutrz, sunąc serpentynami przez morze mgieł. Skąpane w wilgoci wawrzyny (relikt trzeciorzędu!) ciemnieją intensywną zielenią na stromych zboczach. Ścieżka znika pośród drzew. Gałęzie splatają się w zwarte sklepienia, przez które sączy się kruche światło dnia. Wydobywa z półmroku dywany porostów, nad którymi pochyla się grupka botaników. Żonglują ze swadą łacińskimi nazwami endemitów (występuje tu kilkakaset rzadkich gatunków flory), nie zwracając uwagi na dokazujące w konarach skrzydlate unikaty – gniazdujące jedynie na Teneryfie gołębie wawrzynowe. Biją skrzydłami o paprocie, domagając się uwagi, w końcu niepyszne wyfruwają z zielonego tunelu.

Schodzę na plażę Benijo – spoglądam na bezkres oceanu, z którego wyrastają formacje zastygłej lawy. Chłostane wiatrem ani drgną. Co innego kubistyczne instalacje zaprojektowane przez Césara Manrique'a (1919–1992) w pobliskiej Santa Cruz – stolicy wyspy. Metalowe obręcze, piramidy, lejki wirują poruszane wiatrem, zasypując migotliwymi refleksami baseny parku morskiego. Artysta ofiarował Teneryfie jedynie próbkę geniuszu. Do reszty pochłonęła go rodzinna wyspa – Lanzarote, z której w latach 70. XX w. spędził deweloperów nasłanych przez generała Franco. Uchronił ją przed tsunami turystycznych molochów. I zamienił w fascynujące dzieło sztuki.

Długa na 1,5 km plaża Las Teresitas na Teneryfie wyłożona jest piaskiem. Jest idealna dla rodzin z dziećmi.

The 1.5 km long Las Teresitas beach in Tenerife is covered with sand. It is ideal for families with children.

ter world at the foot of Mount Guaza draws divers, climbers go to the Fantasma formations in the east, and hikers head for the northern trails, some of the most spectacular of which wind through the Anaga mountains, the geologically oldest part of Tenerife. I arrive there the next day, gliding through a sea of mist on serpentine roads. Bathed in moisture, the laurel trees (a relic of the Tertiary period) deepen to a rich green on the steep slopes. The trail vanishes among the trees. Branches intertwine to form dense vaults through which daylight filters in and draws out lichen carpets over which botanists bend. They casually rattle off Latin names (hundreds of rare plants grow here), but ignore the rare laurel pigeons (which only nest here) in the canopy. The birds flap their wings at the ferns, demanding attention, and finally fly off in defeat.

Down on Benijo beach, I gaze at solidified lava formations rising out of the endless ocean. Their stillness contrasts with the cubist installations of César Manrique (1919–1992) in nearby Santa Cruz, the island's capital. Metal rings, pyramids, and funnels spin in the wind, scattering shimmering reflections across the pools of the marine park. Tenerife only offers a glimpse of Manrique's genius, which is most evident on his native Lanzarote, which he saved from General Franco's developers in the 1970s. He protected the island from an onslaught tourist megastructures and turned it into a fascinating work of art.



BYD SEAL 5 DM-I – SMART CASUAL MOBILNOŚCI

MARKA BYD WPROWADZA NA RYNEK HYBRYDĘ, KTÓRA STANOWI PRZYKŁAD TZW. SMART CHOICE – PRZEMYSŁANEGO WYBORU DLA WYMAGAJĄCYCH KIEROWCÓW. SEAL 5 DM-I ŁĄCZY WYSOKĄ JAKOŚĆ, KONKURENCYJNĄ CENĘ I SZESZCIOLETNIĄ GWARANCJĘ.

Harmonia napędów, designu i technologii. SEAL 5 DM-i to nie kolejna hybryda, lecz nowa definicja tej kategorii – elegancka limuzyna typu plug-in, która łączy to, co najlepsze, w świecie aut elektrycznych i spalinowych, oferując jednocześnie wyjątkowy stosunek jakości do ceny.

IMPONUJĄCY ZASIĘG I DESIGN

Dzięki akumulatorowi Blade Battery potrafi przejechać do 100 km w trybie czysto elektrycznym (cykl mieszany WLTP), a gdy potrzeba więcej – uruchamia się tryb hybrydowy, oferujący imponująco niskie spalanie: zaledwie 4,8 l/100 km. W pełni naładowany i zatankowany SEAL 5 DM-i zapewnia zasięg ponad 1000 km. To auto, które dotrzyma ci kroku – w mieście, na autostradzie, na wakacjach.

Za sylwetką SEAL 5 DM-i stoi wizjonerski projekt Wolfganga Eggera, globalnego dyrektora designu BYD. Samochód oddycha stylistyką Ocean X – inspirowaną ruchem fal, płynnością i naturalną dynamiką wody. To widać i czuć: w aerodynamicznych liniach, w muskularnym, a jednocześnie zmysłowym profilu, w tylnych lampach, przypominających krople wody zatrzymane w biegu. Ta stylistyczna opowieść kontynuowana jest we wnętrzu. Kabina SEAL 5 DM-i to mistrzostwo elegancji i ergonomii, przestrzeń, w której każdy detal jest przemyślany. Harmonia form, wyrafinowane materiały i cyfrowa intuicja współistnieją tu w idealnej równowadze.

PLYNNOŚĆ FORMY I JAZDY

Centralnym punktem konsoli jest kryształowa dźwignia zmiany biegów – serce systemu BYD Heart, czyli intuicyjnego panelu sterowania funkcjami auta. Obok niej – 12,8-calowy ekran dotykowy z funkcją obrotu, który dostosujesz do własnych preferencji.



Kryształowa dźwignia zmiany biegów dodaje elegancji.



Wygodny 12,8-calowy obrotowy ekran dotykowy.

Niezależnie, czy prowadzisz, czy pasażerowie korzystają z multimedii – wszystko jest na wyciągnięcie ręki, zorganizowane i eleganckie.

W SEAL 5 DM-i zadbano o każdy aspekt codziennego komfortu – również ten cyfrowy. Na pokładzie znajdziesz wiele portów USB oraz bezprzewodową ładowarkę do smartfona, dzięki czemu wszystkie urządzenia pozostaną zawsze naładowane, a ty – w kontakcie ze światem.

SEAL 5 DM-i oferuje płynność jazdy charakterystyczną dla samochodów elektrycznych, wsparciem zaawansowanym podwoziem, które łączy dynamiczne prowadzenie z wyjątkowym komfortem. Cichy, szybki, stabilny – to pojazd dla tych, którzy nie lubią kompromisów. Dla tych, którzy oczekują, że samochód będzie czymś więcej niż tylko środkiem transportu.

KIERUNEK: JUTRO

BYD SEAL 5 DM-i to propozycja dla kierowców świadomych, nowoczesnych, wymagających. Dla tych, którzy cenią design, technologię i ekologię, ale nie chcą rezygnować z niezależności. To samochód, który łączy światy, zamiast je przeciwstawiać.

I choć SEAL 5 DM-i już teraz wyznacza nowy standard w swojej klasie, marka BYD nie mówi jeszcze ostatniego słowa, zapowiadając kolejne modele aut.



ERUPCJA SZTUKI

Na ścianie surrealistyczne maski naszkicowane ręką Picassa i Miró, obok otwarte okno, w którym zastygł jezór wulkanicznej magmy. Zbudowany wewnątrz lawowych bąbli dom Césara Manrique'a w Teguiście na wyspie Lanzarote jest architektoniczną fantasmagorią z pogranicza jawy i snu. Biel podłóg, czerń magmowych ścian, czerwień frywolnych rzeźb, a wszystko to przesklepione koronami palm, które jakimś cudem wyrosły na dnie skorupy. Człowiek i natura. Stworzyć taki majstersztyk mógł tylko wizjoner.

Jego postać pojawia się na monitorze. Twarz pororana zmarszczkami, szelmowski uśmiech. Kolejny kadr – w pracowni majstruje przy ruchomych rzeźbach, „zabawkach dla wiatru”, którymi zappełniał wyspę w miejsce znikających wiatraków. I mówi do mieszkańców: „Budujcie, jak dawniej, niskie domy o białych ścianach. Okna na wybrzeżu niech mają kolor oceanu, a w głębi wyspy zieleni opuncji”. Tak jest do dziś. Choćby w wioskach Punta de Mujeres czy Haría, które mijam w drodze do Jaskini del Agua. Mroczna grota przez wieki służyła wyspiarzom za wysypisko śmieci. W 1968 r. Manrique odpalił tu artystyczną bombę, zamieniając podziemia w awangardowe centrum sztuki – z basenami, salą koncertową, gabinetem luster. – César dopiero się rozkręca! – ekscytujesz się María z centrum promocji wyspy. Spacerując z nią po Mirador del Río, zawieszonym nad oceanem dawnym stanowisku artyleryjskim, które artysta przekształcił w kawiarnię z pacyfistycznym przesłaniem. – U podnóża tego klifu zbierał szczątki kutrów – dodaje María. Wzniósł z nich pomnik, którym ozdobił zaprojektowaną przez siebie rybacką osadę Casa Museo del Campesino. Gdy była gotowa, odłożył ołówek, kielnię i... przekwalifikował się na ogrodnika. Jałową ziemię obok Guatizy obsadził tysiącami kaktusów. I tak dawny kamieniołom stał się królestwem zieleni.

Jardín de Cactus
(Kaktusowy Ogród)
w Guatizie na
Lanzarote autorstwa
Césara Manrique'a to
– podobnie jak inne
projekty tego
wizjonera
– prawdziwe dzieło
sztuki.

Jardín de Cactus
(The Cactus Garden)
in Guatiza on Lanzarote,
designed by César
Manrique is – like the
other projects of this
visionary – a true work
of art.

AN ERUPTION OF ART

Surreal monstrosities created by Picasso and Miró grace the walls. Beside them is an open window where a tongue of magma seems frozen in time. César Manrique's house in Teguiście, on Lanzarote, was built inside five lava bubbles. It is an architectural phantasmagoria that blurs the line between dream and reality. The white floors, black magma walls, and red, playful sculptures are vaulted by the crowns of palm trees that have somehow taken root at the bottom of a crusted shell. It is a perfect fusion of man and nature. Only a visionary could have created such a masterpiece.

Manrique's image appears onscreen: a wrinkled face with a roguish smile. In the next frame, he's in his studio, tinkering with kinetic sculptures – the "toys for the wind" with which he filled the island, replacing the disappearing windmills. He speaks to the islanders: "Build, as of old, low houses with white walls. On the coast, let the windows be the colour of the ocean, and inland, the green of the prickly pear." And so it remains in villages like Punta de Mujeres or Haría, which I pass en route to the Cueva de los Verdes. This dark grotto served as a dumping ground for centuries before Manrique turned it into an avant-garde art centre, complete with pools, a concert hall, and a hall of mirrors, in 1968.

"César was just getting started", says María from the island's promotion centre, visibly excited. We walk through the Mirador del Río, a former artillery post suspended above the ocean, which Manrique transformed into a café with a pacifist message. "At the foot of this cliff, he collected the remains of fishing boats", María adds. He built a monument from them and had it erected in the fishing hamlet of Casa Museo del Campesino, which he also designed. Once it was finished, he set down his pencil and trowel, and reinvented himself as a gardener. On the barren land near Guatiza, he planted thousands of cacti. And so a former quarry became a kingdom of greenery.

Połączenia

Connections

WAW

WARSZAWA

→

TFS

TENERIFA

Sprawdź

Check

LOT

LOT.COM

WHERE PREMIUM ENDS LUXURY BEGINS



POLSKI PRODUCENT
PERSONALIZOWANYCH JACHTÓW MOTOROWYCH



33HT

Cena od €282 867 netto
Rata leasingowa od €3 020 netto



42FLY

Cena od €531 173 netto
Rata leasingowa od €6 137 netto



50FLY

Cena od €961 485 netto
Rata leasingowa od €10 295 netto

📍 **SIEDZIBA GŁÓWNA**
Annopol 22B
03-236 Warszawa

📍 **SALON SPRZEDAŻY**
Arkadiusza Rybickiego 2
81-340 Gdynia

☎ +48 79 832 20 22
✉ info@cobrey.pl
🌐 cobreyyachts.com





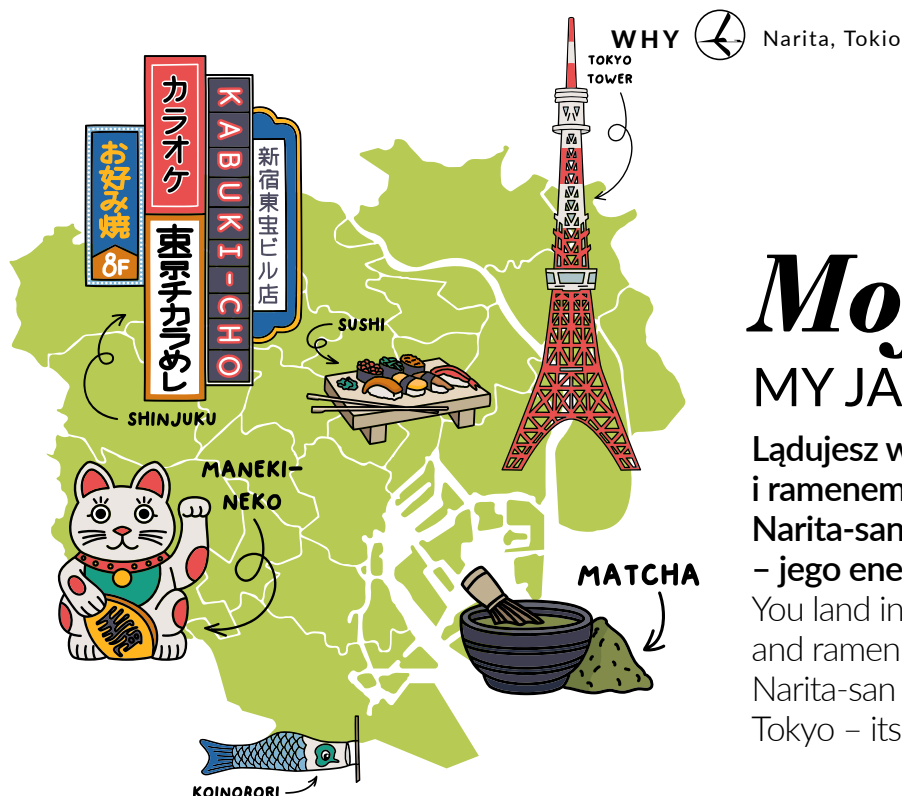
Kabukichō w tokijskiej dzielnicy Shinjuku to rozrywkowe serce miasta. Nie zasypia nigdy.
Kabukichō, located in Tokyo's Shinjuku district, is the city's entertainment heart. It never sleeps.



Kimono stało się ubraniem wierzchnim, bogato barwionym i haftowanym, w XIV w.
The kimono became an outer garment, richly dyed and embroidered, in the 14th c.



Brama wejściowa Hōzōmon, która prowadzi do świątyni buddyjskiej Sensō-ji w Tokio.
The Hōzōmon gate, which leads to the Sensō-ji Buddhist temple in Tokyo.



Moja Japonia

MY JAPAN

Lądujesz w Naricie, która smakuje yuzu i ramenem, odpoczywasz w tutejszej świątyni Narita-san, a następnego dnia jedziesz do Tokio – jego energia natychmiast cię pochłania.

You land in Narita, where the air tastes of yuzu and ramen, take a moment to unwind at the local Narita-san temple, and the next day head to Tokyo – its energy sweeps you away instantly.

poleca | recommends

Monika Nowacka

Stewardesa, instruktor
personelu pokładowego
flight attendant, cabin crew trainer

Pracuję w PLL LOT od 1997 r. Zawsze lubiłam odkrywać nowe miejsca, a szczególnie poznawać nowe smaki. Uwielbiam kuchnię japońską, tajską, włoską i oczywiście polską w nowym wydaniu – wege.

I have been working at LOT Polish Airlines since 1997. I've always loved discovering new places – especially through their flavors. I'm passionate about Japanese, Thai, and Italian cuisine, and of course Polish food with a modern twist – especially the plant-based kind.



CZAS PODZIWIANIA MOMENT TO MARVEL

Wczesna jesień to świetny moment, by odwiedzić Japonię. Tokijskie parki, skwery i ogrody oblane są kolorowymi liśćmi. A tradycja podziwiania ich piękna, zwłaszcza liści klonów, które przybierają czerwone, pomarańczowe oraz złote barwy, zwana jest tu momijigari. Japończycy mawiają, że to czas spacerów, refleksji i kontemplacji.

Early autumn is an ideal time to visit Japan. Tokyo's parks, squares, and gardens are bathed in colorful leaves. The tradition of admiring their beauty – especially the maple leaves turning vibrant shades of red, orange, and gold – is known as momijigari. The Japanese say it is a season for strolling, reflection, and quiet contemplation.



SZTUKA DLA NIEPRZEBODŹCOWANYCH

ART FOR THOSE NOT OVERSTIMULATED

Tokijskie Mori Building Digital Art Museum to ponad 75 dzieł sztuki, które zobaczycie w 3D, kilka z nich nie było nigdzie indziej prezentowanych. – Wizyta tu to doświadczenie borderless, czyli „nie ma granic”. Wchodzisz jakby w trans, płynnie poruszając się z jednej do drugiej sali. Przenosisz się w inny świat – mówi mi napotkana Japonka.

The Mori Building Digital Art Museum in Tokyo features over 75 works of art presented in 3D, several of which have never been shown elsewhere. "Visiting the museum is a borderless experience – there are no boundaries. You enter almost a trance, moving smoothly from one room to the next. It feels like stepping into another world," a Japanese visitor tells me.



DUCHOWE OCZYSZCZENIE SPIRITUAL CLEANSING

Ta monumentalna brama poniżej prowadzi do świątyni shintō Meiji-jingū w tokijskiej dzielnicy Shibuya. Świątynia jest poświęcona cesarzowi Meiji i jego żonie, cesarzowej Shōken. Oddano cześć władcy, by upamiętnić jego rolę w modernizacji Japonii. Podczas II wojny światowej lwia część kompleksu spłonęła, dzięki pomocy mieszkańców świątynia jednak odzyskała dawną świetność w 1958 r. Bardzo możliwe, że spotkacie tu parę młodą – to popularne miejsce zaślubin.

This monumental gate below leads to the Shintō shrine Meiji-jingū in Tokyo's Shibuya district. The shrine is dedicated to Emperor Meiji and his wife, Empress Shōken. It honours the ruler in recognition of his role in Japan's modernization. During World War II, most of the complex was destroyed by fire, but thanks to the support of local residents, the shrine was restored to its former glory in 1958. It is quite likely you will encounter a bridal couple here – this is a popular wedding venue.



Ramen, czyli danie bez sformalizowanego przepisu, którego podstawą jest makaron, bulion, jajko i dodatki, to w Japonii prawdziwa instytucja. Trafił tu z Chin w XIX w.

Ramen – a dish without a formal recipe, based on noodles, broth, egg, and various accompaniments – is a true institution in Japan. It arrived here from China in the 19th c.

ZAGRAMY?

SHALL WE PLAY?

Uwaga fani gier komputerowych!

Jeśli będziecie w Tokio między 25 a 28 września, koniecznie odwiedźcie Tokyo Game Show.

W programie: premiery gier (nie tylko japońskich), pokazy najnowszego sprzętu oraz parada Cosplay Collection Night.

Attention gaming fans! If you're in Tokyo between September 25 and 28, don't miss the Tokyo Game Show. The event features premieres of the latest games – not only from Japan – cutting-edge hardware, and the dazzling Cosplay Collection Night. parade.

Najlepszy ramen jadłam w Narcie, w restauracji Clover. Można tu płacić tylko gotówką w specjalnej starej maszynie (ciekawe doświadczenie).

I had the best ramen in Narita, at the Clover restaurant. Payment is cash only – using a special old machine, which makes for an interesting experience.



little dutch

enjoy the little things



Poznaj najnowszą kolekcję zabawek Little Dutch!

Oficjalny dystrybutor marki w Polsce
www.kidsinspirations.pl

Zajrzyj na nasz Instagram
@ little_dutch_polska



Narita-san to nazwa wzgórza i 1000-letniego kompleksu świątyni. Bezpłatny wstęp. Czynne całą dobę. Tu można znaleźć klimat starej Japonii.

Narita-San is the name of both a hill and a 1,000-year-old temple complex. Admission is free – and it's open 24 hours a day. Here, you can immerse yourself in the atmosphere of old Japan.

Spróbuj / Taste it

SŁODKIE CO NIECO
LITTLE SWEET SOMETHING

Skosztujecie lodów z miodem z yuzu – to japoński owoc cytrusowy, oraz truskawek, sezon na nie przypada w okresie luty/marzec. Japończycy obchodzą dzień tego owocu (1 stycznia): Ichigo-no-hi. Mają też odmiany białych truskawek, które uprawiają z niezwykłą starannością. Można je kupić również liofilizowane w czekoladzie.

I recommend trying the honey ice cream with yuzu – a Japanese citrus fruit – and strawberries, which are in season in February/March. The Japanese celebrate this fruit's day – Ichigo-no-hi – on January 1st. They also have white strawberry varieties, which they cultivate with extraordinary care. You can also buy them freeze-dried in chocolate.



NA WĘGORZE
LET'S TALK EEL

Uliczka Omotesando w Naricie zwana jest przez polskie załogi pokładowe Krupówkami. Można tu znaleźć sklepy z lokalnymi pamiątkami, restauracje i kawiarnie. Zaczyna się obok stacji kolejowej i prowadzi do kompleksu Narita-san. Polecam restaurację Kawatoyo serwujące wyśmienite węgorze.

Omotesando Street in Narita is affectionately known as "the Krupówki" by Polish cabin crews. This lively thoroughfare is lined with local souvenir shops, restaurants, and cafes. It starts near the train station and leads directly to the Narita-San temple complex. For a taste of something special, I recommend the Kawatoyo restaurant, renowned for its excellent eel.

Gdzie w Naricie wybrać się na zakupy? Proponuję Anquas – to sklep z luksusową odzieżą z drugiej ręki. Istnieje od 1999 r. Można trafić na świetne kimono.

Shopping in Narita? Try Anquas, a luxury secondhand store open since 1999. Great for vintage kimonos.



Połączenia
Connections

WAW → **NRT**
WARSZAWA TOKIO

Sprawdź
Check

LOT.COM



Coraltravel

ZIMA 25/26

Lecimy na wakacje



Tylko teraz
największy
WYBÓR OFERT!

Skorzystaj z promocji!



EGZOTYKA DREAMLINEREM

DOMINIKANA TAJLANDIA WIETNAM

NOWOŚĆ

BLISKO, CIEPŁO I SŁONECZNIE

EMIRATY ARABSKIE TURCJA EGIPT TENERYFA FUERTEVENTURA

EGZOTYKA REJSOWA

MALEDIWY ZANZIBAR KUBA SESZELE MEKSYK INDONEZJA

Sprawdź inne kierunki egzotyczne na coraltravel.pl

CoralTravel Group

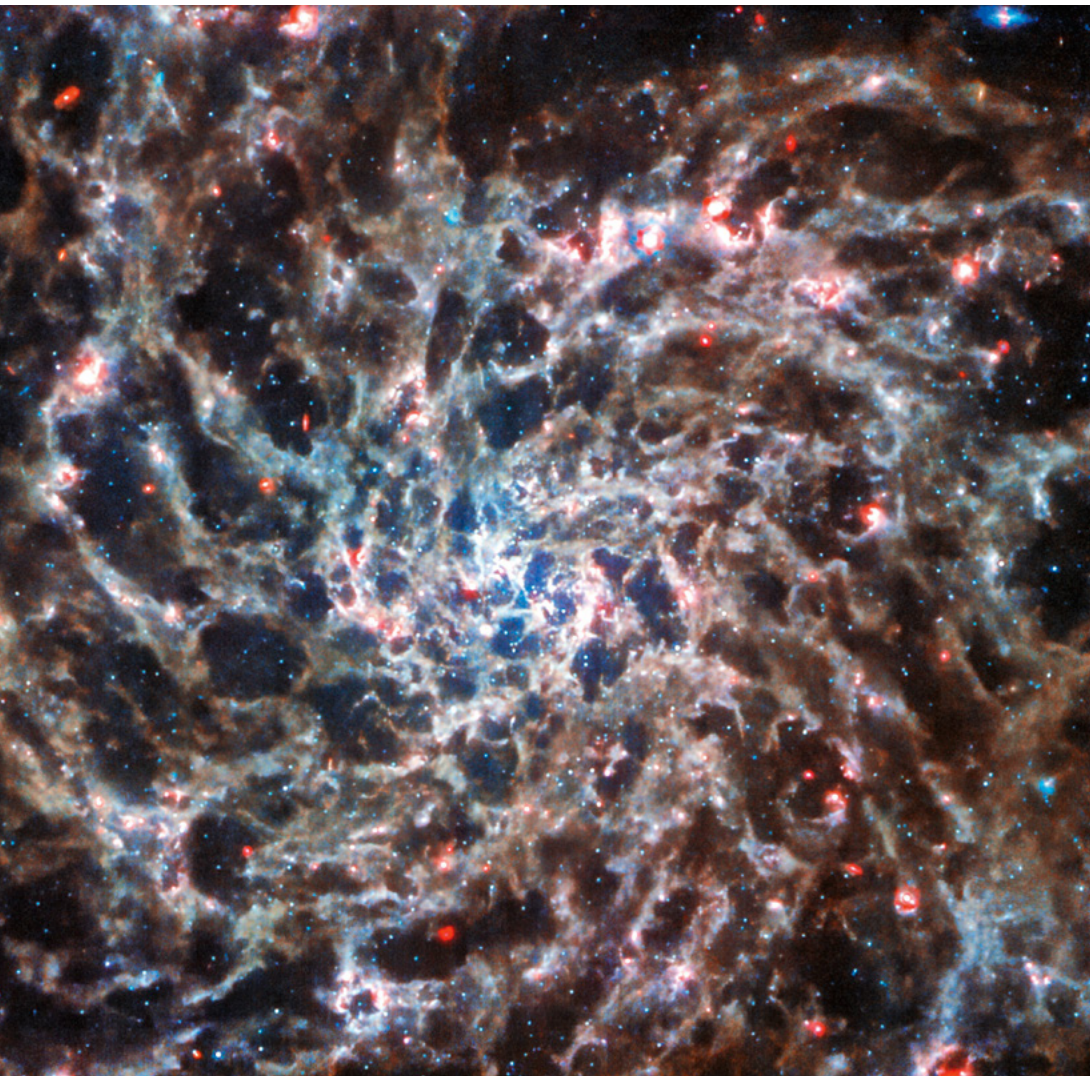
Gromada gwiazd
Westerlund 2
w galaktyce Drogi
Mlecznej (wiek 1–2 mln
lat). Położona jest 20 tys.
lat świetlnych stąd,
w gwiazdozbiorze Kila.
The Westerlund 2 star
cluster in the Milky Way
galaxy (age 1–2 million
years). It is located 20,000
light-years from here, in
the constellation Carina.



Teleskopy Hubble'a i Webba odsłaniają przed nami tajemnice kosmosu, zagłębując się głębiej i dalej oraz docierając do serca najstarszych galaktyk, rodzących się mgławic i egzoplanet. W tych fascynujących obrazach nauka splata się z zachwytem.

KOSMOS COSMOS

The Hubble and Webb telescopes continue to unveil the secrets of the cosmos – peering deeper and further, reaching into the heart of the oldest galaxies, emerging nebulae, and distant exoplanets. In these captivating images, science meets awe.

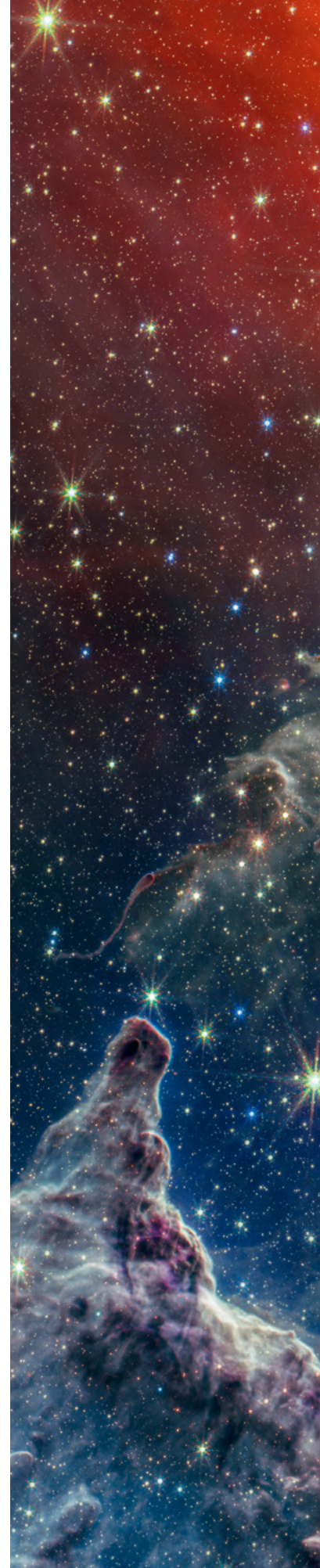


Powyżej: IC 5332 to galaktyka spiralna pośrednia, odległa o blisko 30 mln lat świetlnych, położona w gwiazdozbiore Rzeźbiarza.

Above: IC 5332 is an intermediate spiral galaxy located about 30 million light-years away in the constellation Sculptor.

Po lewej: Mgławica Stożek w konstelacji Jednorożca. Od Ziemi dzieli ją 2700 lat świetlnych.

Left: The Cone Nebula in the constellation Monoceros. It lies 2,700 light-years from Earth.





Rozciągające się na
4 do 5 lat świetlnych
Filary Stworzenia to
niewielki element
mgławicy Orzeł
w gwiazdozbiórze Węża,
którą dzieli od nas
6,5 tys. lat świetlnych.
Stretching across roughly
4 to 5 light-years,
the Pillars of Creation are
a small part of the Eagle
Nebula, located in the
constellation Serpens,
about 6,500 light-years
away from Earth.





Powyżej: NGC 1637, galaktyka spiralna znajdująca się 38 mln lat świetlnych od Ziemi, w gwiazdozbiorze Erydanu.
Above: NGC 1637 is a spiral galaxy located 38 million light-years from Earth in the constellation Eridanus.

Po lewej: Mgławica Kocia łapa, znana jako NGC 6334, znajduje się w gwiazdozbiorze Skorpiona, ok. 4 tys. lat świetlnych od Ziemi.
Left: The Cat's Paw Nebula, known as NGC 6334, is located in the constellation Scorpius, about 4,000 light-years from Earth.

Po prawej: Mgławica Orzeł znajduje się w gwiazdozbiorze Węża, a oddalona jest o blisko 5700 lat świetlnych od Układu Słonecznego.
Right: The Eagle Nebula is located in the constellation Serpens, approximately 5,700 light-years from the Solar System.

NASA IMAGES (6), SHUTTERSTOCK



4 sposoby na...

tekst | by
MARIANNA KUCHARSKA

TALLINN

4 Ways to Experience Tallinn



Na smaczny początek

For a Tasty Start

Czarny chleb z masłem i marynowanymi śledziami, kanapka z marynowaną szprotką, naleśniki z łososiem, awokado i serkiem śmietankowym lub po prostu omlet z bekonem – śniadanie po estońsku to prawdziwa uczta.

A jakie są najpopularniejsze miejscówki na dobry początek dnia? Zajrzyjcie do Grenki (Pärnu mnt. 76) – mają tu świetny autorski chleb oraz wybitne omlety z grzybami. W Kohvik Vaffel (Vana-Kalamaja tn 18) serwują pyszne gofry z łososiem, masłem orzechowym lub musem malinowym. Zaś w klimatycznej sieciówce Reval Café jest bardzo dobra kawa.

Black bread with butter and pickled herring, a sandwich with pickled sprats, pancakes with salmon, avocado and cream cheese, or simply an omelet with bacon – Estonian breakfast is a true feast. Wondering where to find the best spots to start your day? Check out Grenka (Pärnu mnt. 76) for excellent homemade bread and outstanding mushroom omelets. At Kohvik Vaffel (Vana-Kalamaja tn 18), you'll find delicious waffles topped with salmon, peanut butter, or raspberry mousse. And for a cozy vibe and great coffee, head to the Reval Cafe chain.



1.



Zdj. poniżej: Jeśli szukacie w Tallinie nieco bardziej eleganckiej restauracji, w której dania wyglądają jak dzieła sztuki, polecamy Snoob Resto.

Below: If you're looking for a more elegant restaurant in Tallinn where the dishes look like works of art, we recommend Snoob Resto.





2.

Z książką jest modnie

Books Make the Fashion Statement

Rahva Raamat to największa sieć księgarń w Estonii, w większości z nich można nie tylko kupić upragnione lektury, ale też wypić kawę, a nawet zjeść drobną przekąskę. Pierwszą księgarnię założono w 1912 r. przy ul. Parnawa 10 w Tallinie. Kilka lat temu groziło jej zamknięcie – protestujący mieszkańcy na to jednak nie pozwolili. Rahva Raamat is the largest bookstore chain in Estonia – and much more than just a place to buy books. In most locations, you can also sip coffee and enjoy a light bite while browsing your next read. The very first store opened in 1912 on Pärnu maantee 10 in Tallinn. A few years ago, it faced the threat of closure – but local residents rallied in protest and saved it.



Wyroby światowych marek znajdziecie w centrum handlowym Stockmann w centrum Tallina.

You'll find products from global brands at the Stockmann department store in the heart of Tallinn.



4.

Telliskivi Creative City znajduje się na terenie dawnej fabryki Baltic Railway Company.

Telliskivi Creative City is set on the grounds of the former Baltic Railway Company factory.



3.

Komu do KUMU?

Let's Head to KUMU

Znajduje się na wzgórzu Lasnaberg, ma siedem kondygnacji, przestrzeń wystawiennicza zajmuje 5 tys. m², elewacje wykonano ze szkła, stali oraz wapienia. Nic dziwnego, że nowoczesny gamach Muzeum Sztuki Kumu ma na koncie m.in. tytuł Europejskiego Muzeum Roku. Na ekspozycjach stałych znajdziecie i dzieła sztuki estońskiej od początku XVIII w. do końca II wojny światowej, i te nowsze z lat 90. XX w.

Perched on Lasnamäe Hill, the striking Kumu Art Museum spans seven floors and 5,000 square meters of exhibition space. Its bold architecture – all glass, steel, and limestone – has earned it accolades like the European Museum of the Year. Inside, visitors can explore permanent exhibitions that trace Estonian art from the early 18th century through the end of World War II, along with contemporary works from the 1990s onward.

W stylu vintage

Vintage style

Wełniane swetry, szaliki, rękawiczki czy skarpetki – te rzeczy (świetnej jakości) kupicie w butikach z rękodziełem na Starym Mieście. Jednak jeśli szukacie czegoś bardziej wyrafinowanego, wpiszcie w telefon to miejsce – Telliskivi Creative City. Na dawnym obszarze przemysłowym stworzono kluby, bary, restauracje, artystyczne galerie, ale też świetne butiki z ciuchami vintage. Warto też odwiedzić targ Balti Jaam – tu polecam kupić dżemy i soki z popularnego w Estonii rokitnika. Są tu też świetne wędliny z dziczyzny czy słynny likier Vana Tallinn na bazie jamajskiego rumu.

Wool sweaters, scarves, gloves, and socks – all high quality – can be found in the handicraft boutiques of Tallinn's Old Town. But if you're after something more contemporary, type this into your phone: Telliskivi Creative City. Once an industrial complex, today it's a vibrant hub of clubs, bars, restaurants, galleries, and standout vintage shops. Be sure to visit the nearby Balti Jaam Market as well – pick up jams and juices made from Estonia's beloved sea buckthorn, along with excellent game meats and the iconic Vana Tallinn liqueur, infused with Jamaican rum. ■

Połączenia
Connections

WAW → TLL
WARSZAWA TALLIN

Sprawdź
Check

LOT.COM



Szwajcaria

Switzerland

To opowieść o zachwycie, odkrywaniu i smakowaniu.

It's a story of wonder, discovery, and savouring.

Lauterbrunnen to miejscowość położona w dolinie o tej samej nazwie, którą zawdzięcza spływającym tutaj aż 72 wodospadom. Najbardziej malowniczy to widoczny na zdjęciu Staubbachfall spadający 300-metrową kaskadą.

Lauterbrunnen is a village located in a valley of the same name, named after the 72 waterfalls that flow here. The most picturesque is the Staubbach Falls, seen in the photo, plunging down a 300-meter cascade.



tekst / by **AGNIESZKA FRANUS**

Moja podróż zaczęła się w Zurychu, gdzie prosto z lotniska wsiadłam do pociągu, który na pięć dni stał się moim głównym środkiem transportu po Szwajcarii. Nie była to zwykła podróż – tylko kalejdoskop wrażeń i zachwyty nad dziedzictwem tego kraju i jego oszałamiającą naturą. W tak krótkim czasie udało mi się zobaczyć miasta Berno, Lucernę, Interlaken, dotrzeć do restauracji Piz Gloria na górze Schilthorn (2970 m n.p.m.), skąd widać aż 200 alpejskich szczytów i gdzie kręcono sceny do jednego z odcinków o przygodach agenta 007. Nocować w Mürren, alpejskiej wiosce przyklejonej do doliny Lauterbrunnen. Jechałam też zabytkową kolejką, by stanąć nad przepaścią na tarasie widokowym na Harder Kulm, skąd roztacza się chyba jedna z najpiękniejszych panoram Szwajcarii z jeziorami Thun i Brienz oraz majestatycznymi szczytami Jungfrau, Mönch i Eiger. A potem jeszcze wędrowałam po Rigi zwanej Królową Gór, gdzie w alpejskiej gospodzie zjadałam się produkowanymi tam serami oraz delectowałam herbatą z werbeny i zastanawiałam się, ile jeszcze piękna kryje się w tym kraju.

My journey began in Zurich, where I boarded a train directly from the airport – a train that would become my main mode of transport through Switzerland for the next five days. This was no ordinary trip, but a kaleidoscope of impressions and awe for the country's heritage and breathtaking nature. In such a short time, I managed to visit the cities of Bern, Lucerne, and Interlaken; reach the Piz Gloria restaurant atop Schilthorn (2,970 m), from which you can see as many as 200 Alpine peaks and where scenes from a James Bond film were shot; and stay overnight in Mürren, an Alpine village clinging to the Lauterbrunnen Valley. I also rode a historic cogwheel train to a viewing platform at Harder Kulm, where perhaps the most stunning panorama in Switzerland unfolds, featuring Lakes Thun and Brienz and the majestic peaks of Jungfrau, Mönch, and Eiger. Later, I hiked across Mount Rigi, known as the "Queen of the Mountains," where I feasted on locally made cheeses in an Alpine inn, sipped verbena tea, and wondered how much more beauty this country might be hiding.

RÖSTI

Placki ziemniaczane z przygotowanych startych na grubo ziemniaków z dodatkami.
Potato pancakes made from partially boiled, coarsely grated potatoes with added ingredients.



JAK Z OBRAZKA PICTURE PERFECT

Podobno mieszkańcy stolicy Szwajcarii to najwolniejsi ludzie na świecie. Ale wcale się im nie dziwię – miasto stworzone jest do spacerowania i podziwiania. Warto zacząć od wpisanej na listę UNESCO starówki z podcieniami (*lauben*), jednymi z najdłuższych w Europie, i licznymi fontannami. Tutaj warto spróbować czekolady, z której słynie Berno, kupić ementalera wytwarzanego w okolicy, pobuszować w butikach, poczekać, aż słynna wieża zegarowa Zytglogge ożyje dzięki ruchomym figurkom, i zatrzymać się przy Kramgasse 49, gdzie mieszkał Albert Einstein. A dzień pożegnać zachodem słońca nad szmaragdową Aare. rekreacyjnym sercem tego miasta.

It's said that the residents of Switzerland's capital are the slowest people in the world, but it's hard to blame them – the city is made for strolling and admiring its beauty. It's worth beginning in the UNESCO-listed old town, with its arcades (*Lauben*), some of the longest in Europe, and numerous fountains. While there, be sure to try the chocolate Bern is famous for and buy some local Emmentaler cheese. Browse the boutiques, wait for the famous Zytglogge clock tower to come alive with its moving figures, and stop by Kramgasse 49, where Albert Einstein once lived. End the day by watching the sunset over the emerald-green Aare River.



DOM W CHMURACH HOUSE IN THE CLOUDS

Zazdroszczę mieszkańcom tej alpejskiej wioski widoków. Można się tu dostać m.in. kolejką linową z Stechelberg w dolinie Lauterbrunnen. W Mürren przywitają nas drewniane domy z rzeźbionymi balkonami tonące w kwiatach, pelargoniach geranium i dzwonkach. I zapierające dech w piersiach widoki na okoliczne szczyty i doliny. To najwyższej położona całorocznie zamieszkała wioska w kantonie Berno (1638 m n.p.m.). I envy the residents of this Alpine village their daily views. Mürren, perched at 1,638 m asl, the highest year-round inhabited village in the canton of Bern is accessible via cable car from Stechelberg in the Lauterbrunnen Valley. Upon arrival, visitors are welcomed by charming wooden chalets with intricately carved balconies overflowing with blooms, vibrant geraniums, bellflowers, and more. The panorama of dramatic peaks and sweeping valleys is nothing short of breathtaking.

Sztuka latania Art of Flying

Loty tandemowe nad doliną Lauterbrunnen startują m.in. z okolic Mürren, a podniebna przygoda trwa od 15 do 20 min – z przygotowaniem 90 min. Jej koszt to ok. 200 franków. Tandem flights over the Lauterbrunnen Valley depart from areas near Mürren, offering an unforgettable aerial experience lasting 15 to 20 minutes – with preparation included, the entire adventure takes around 90 minutes. The cost is approx. 200 CHF.



PLATFORMA ADRENALINY ADRENALINE PLATFORM

200-metrowa kładka przyczepiona do pionowej ściany prowadzi przez przeszkloną podłogę czy siatkę, po której stąpać jak po linie. A wszystko zawieszone jest na 2677 m n.p.m., więc pod stopami mam tylko przepaść. To Thrill Walk, atrakcja Birg, środkowej stacji kolejki linowej z Mürren na szczyt Schilthorn.

A 200-meter-long footbridge anchored to a sheer vertical cliff features sections of glass flooring and netting beneath my feet creating the sensation of walking a tightrope. Suspended at an altitude of 2,677 m asl the abyss stretches immediately below. This is the Thrill Walk, a breathtaking attraction at Birg, the intermediate station of the cable car ascending from Mürren to the summit of Schilthorn.

SZCZYT SZPIEGÓW

SPY PEAK

Czy można sobie wyobrazić lepszą scenografię do przygód Jamesa Bonda niż ta, która rozpościera się z Schilthorn (2970 m n.p.m.)? Kiedy stoję tutaj otoczona koroną 200 alpejskich szczytów z Eigerem, Mönchem, Jungfrau i majaczącym w oddali Mont Blanc, trudno mi sobie wyobrazić bardziej widowiskowe miejsce. Sceny do filmu *W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości* z 1969 r., gdzie w rolę słynnego agenta wcielił się George Lazenby, kręcone były też w legendarnej już obrotowej restauracji Piz Gloria. Na szczęście dziś nie trzeba być agentem, żeby zamówić tu obiad i pijąc prosecco, poczuć jak świat kręci się wokół nas.

Could one envision a more magnificent backdrop for James Bond's escapades than the panorama from Schilthorn at 2,970 m asl? Standing amidst the majestic crowns of 200 Alpine summits, including the Eiger, Mönch, Jungfrau, and the distant silhouette of Mont Blanc, it is difficult to conceive of a more breathtaking location. The iconic 1969 film *On Her Majesty's Secret Service*, featuring George Lazenby as the legendary agent, was partially filmed in the renowned revolving restaurant Piz Gloria. Fortunately, today one need not be a secret agent to enjoy a meal there and savor a glass of prosecco while observing the world gracefully turn around you.



Szlak trekkingowy z Schilthorn do Mürren, który ma 6,7 km, zaliczany jest do najpiękniejszych w Alpach Berneńskich.

The 6.7 km trekking trail from Schilthorn to Mürren is considered one of the most beautiful in the Bernese Alps.

**CUD NA WYSOKOŚCI**

MIRACLE UP HIGH

Zbudowaną w latach 60. Piz Gorię okrzyknięto cudem inżynierii – była pierwszą tego typu restauracją na świecie. Ma 18 m średnicy i wykonuje pełny obrót w ciągu 45 min, co pozwala gościom podziwiać 360-stopniową panoramę Alp bez odchodzenia od stolika.

Built in the 1960s, Piz Gloria was hailed as an engineering miracle – it was the first revolving restaurant of its kind in the world. Measuring 18 meters in diameter, it completes a full rotation every 45 minutes, allowing guests to enjoy a 360-degree panoramic view of the Alps without leaving their table.

BOND WORLD 007

Interaktywne muzeum poświęcone filmowi z kulisami jego realizacji.

An interactive museum dedicated to the film, featuring behind-the-scenes insights into its production.





MIĘDZY DWOMA JEZIORAMI BETWEEN TWO LAKES

Interlaken osadzone jest między dwoma turkusowymi jeziorami Thun i Brienz oraz otoczone majestatycznymi ramionami Alp. To idylliczne miasto, nad którym nieustannie unoszą się paralotnie, niczym kolorowe ptaki tańczące z wiatrem. Chcąc spojrzeć na ten świat z góry, wybrałam się na Harder Kulm, górę, którą można nazwać balkonem Interlaken. Na jej szczycie (1322 m n.p.m.) znajduje się restauracja i platforma widokowa, z której rozciąga się jedna z najpiękniejszych panoram Szwajcarii. To brama do eksploracji regionu Jungfrau i szansa na spotkanie koziorożca alpejskiego. Najpiękniej jest tu o zachodzie słońca.

Interlaken is nestled between two turquoise lakes, Thun and Brienz, and surrounded by the majestic arms of the Alps. This idyllic town is constantly graced by paragliders, like colorful birds dancing with the wind. To see this world from above, I headed to Harder



Kulm, a mountain often called Interlaken's balcony. At its summit (1,322 m asl), there is a restaurant and an observation platform offering one of the most stunning panoramas in Switzerland. It serves as a gateway to exploring the Jungfrau region and offers a chance to spot the Alpine ibex.



Głowa mnicha Monk's Head

Czyli Tête de Moine – to ser alpejski produkowany od ośmiu wieków w kantonie Berno. Wyróżnia go nie tylko ostry smak, ale też sposób krojenia za pomocą girolle, specjalnego noża. Dzięki temu ma kształt różyczek.

Tête de Moine is an Alpine cheese that has been produced for eight centuries in the canton of Bern. It is distinguished not only by its sharp flavor but also by the way it's cut using a special knife called a girolle, which creates the shape of rosettes.



W STYLU RETRO RETRO STYLE

W zaledwie 10 min pokonuje dystans 1,4 km i 755 m przewyższenia. Zabytkowa kolejka na Harder Kulm działa nieprzerwanie od 1908 r., co czyni ją jedną z najstarszych w Szwajcarii. Startuje tuż przy stacji Interlaken Ost, a odjeżdża co 30 min. In just 10 minutes, it covers a distance of 1.4 km and a vertical climb of 755 meters. The historic railway to Harder Kulm has been operating continuously since 1908, making it one of the oldest in Switzerland. It departs every 30 minutes, starting right next to the Interlaken Ost station.

Koszyki

THE HEART OF WARSAW'S FLAVORS



If you are hungry for **CULINARY**
and **CULTURAL EXPERIENCES**,
YOU must be here.

HALA KOSZYKI

63 Koszykowa Street

200 parking places

5 min from Warsaw Central Station

f HalaKoszyki

@ halakoszyki

www.koszyki.com



MUZEUUM TRANSPORTU

MUSEUM OF TRANSPORT

A w nim samoloty, pociągi, kolejki, samochody, motocykle, rowery i mnóstwo innych atrakcji. It houses airplanes, trains, trams, cars, motorcycles, bicycles, and many other attractions.



KRÓLOWA GÓR

QUEEN OF THE MOUNTAINS

Podróż na Rigi Kulm zaczyna się od kotysania wagonika kolejki zębatej, która od 1871 r. zabiera pasażerów z Vitznau na tę górę nazywaną Królową Gór (1798 m n.p.m.). To kolejne miejsce, gdzie pocujemy potęgę Alp. Bonusem jest spacer po zielonych łąkach, wśród pasących się krów, które niczym biżuterię noszą na szyjach ozdobne dzwonki. Ich dźwięk towarzyszy mi w drodze do chaty Alp Chäserenholz, gdzie zgłębiam sekrety produkcji serów, a potem delektuję się nimi w tamtejszej gospodzie, w której, jak się okazuje, można też przenocować. I natychmiast pojawia się myśl: a może by tak zostać tu na dłużej.

The journey to Rigi Kulm begins with the gentle sway of the cogwheel train, which has been carrying passengers from Vitznau to this majestic mountain known as the "Queen of the Mountains" – at 1,798 m asl – since 1871. This is another place where the grandeur of the Alps is fully revealed. A leisurely walk across lush meadows, where cows graze wearing ornate bells like precious jewelry, fills the air with their melodic sounds as I make my way to the Alp Chäserenholz chalet. There, I explore the traditional art of cheese-making before savouring the freshly made cheeses at the charming inn, which also offers accommodation. It is then that the thought comes – perhaps this enchanting place deserves a longer stay.



W serowarni Alp Chäserenholz na górze Rigi spróbujemy aż 15 rodzajów alpejskiego sera.

At the Alp Chäserenholz cheese dairy on Mount Rigi, you can sample as many as 15 varieties of Alpine cheese.

ALPEJSKI KLEJNOT

ALPINE JEWEL

To dla mnie kwintesencja szwajcarskiego uroku. Miasto położone jest u stóp masywów Pilatus i Rigi nad Jeziorem Czterech Kantonów. I łączy wszystko, co w tym kraju najpiękniejsze: majestatyczne góry, krystaliczne jeziora i bajkową architekturę z wszechobecnymi freskami. Ale to, co najbardziej mnie urzeka, to most Kapliczny (Kapellbrücke), ikona Lucerny. Ta drewniana konstrukcja powstała jak Feniks z popiołów odbudowana po pożarze, który pozostawił tylko zgłiszczą. Po zwiedzaniu starego miasta warto się wybrać w rejs zabytkowym parowcem do Muzeum Transportu lub na Rigi.

To me, this captures the very essence of Swiss charm.

The town is nestled at the foot of the Pilatus and Rigi massifs beside Lake Lucerne. It combines all that is most beautiful about the country – majestic mountains, crystal-clear lakes, and fairy-tale architecture adorned with ubiquitous frescoes. What enchants me most, however, is the Chapel Bridge (Kapellbrücke) – Lucerne's iconic landmark. This wooden structure rose like a phoenix from the ashes, meticulously rebuilt after a fire that left only ruins behind. After exploring the old town, a cruise aboard a vintage steamboat, a visit to the Transport Museum, or an excursion to Mount Rigi are all highly recommended.

© CREDITS: ADOBE STOCK (2), AGNIESZKA FRANUS (2)



Połączenia

Connections

WAW → ZRH

WARSZAWA ZURYCH

Sprawdź

Check

[LOT.COM](https://www.lot.com)



CROWNE PLAZA®
AN IHG® HOTEL
WARSAW - The HUB

A MODERN HOTEL IN THE HEART OF WARSAW



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

IHG  ONE
REWARDS

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 | ihg.com/one

AWANGARDOWA INWESTYCJA KLASY PREMIUM

W miejscu, gdzie przez dekady drukowano dzieła polskiej literatury powstaje inwestycja M7, w której modernistyczna architektura spotyka się z wyrafinowaną sztuką. To tu, na terenie Towarowej 22 realizowanej wspólnie przez AFI, Echo Investment i Archicom, rodzi się idea apartamentów kolekcjonerskich.

UNIKATOWA KOLEKCJA

W ramach kolekcji powstanie kilka unikatowych apartamentów, z których każdy został zaprojektowany jako autorska interpretacja kultury drugiej połowy XX wieku. W pełni wykończone, wyposażone w oryginalne dzieła sztuki i kultowe obiekty designu. Pierwsze trzy projekty są już gotowe do sprzedaży.

OD NEWTONA PO HENDRIXA

Apartament miłośników fotografii oraz klasyki XXw., dedykowany Helmutowi Newtonowi, mistrzowi fotografii mody, oddaje hołd jego wizji kobiecości – silnej, świadomej, magnetycznej. Centralnym punktem jest kultowe „Sie kommen!“ z 1981 roku, otoczone klasykami designu: szezlongiem Miesa van der Rohe, krzesłami Vernera Pantona i ekspresem Europiccola, tworzącymi harmonijny dialog sztuki i funkcjonalności.

Apartament M as Marilyn przenosi w świat intymnego luksusu inspirowanego prywatnym stylem ikony Hollywood. Serce wnętrza stanowi fotografia Douglasa Kirklanda, dopełniona piórem Montblanc z kolekcji Marilyn Monroe oraz detalami nawiązującymi do kalifornijskich willi.

Z kolei **Guitar Heroes** to przestrzeń dla tych, którzy czują w duszy muzykę. Powstała we współpracy z salonami RIFF, prezentuje kolekcję gitar i sprzętu muzycznego w klimacie studia nagraniowego lat 70., wzbogaconą o fotografie rockowych ikon i pióro Montblanc Jimi Hendrix – symbol wolności i ekspresji.

KONESERZY PIĘKNA

Apartamenty kolekcjonerskie M7 powstały w odpowiedzi na potrzeby wyjątkowej grupy klientów – inwestorów, którzy poszukują nie tylko wartości materialnej, ale także chcą kolekcjonować doświadczenia.



APARTAMENT
MIŁOŚNIKÓW FOTOGRAFII
ORAZ KLASYKI XX W



APARTAMENT
M AS MARILYN



APARTAMENT
GUITAR HEROES



APARTAMENTY M7

AVANT-GARDE PREMIUM-CLASS INVESTMENT

In a place where masterpieces of Polish literature were printed for decades, the M7 investment is now taking shape. It is here that modernist architecture meets refined art. It is here, within the Towarowa22 project, jointly developed by AFI, Echo Investment and Archicom, that the concept of collector's apartments is being born.

UNIQUE COLLECTION

As part of the collection, several unique apartments will be created, each designed as an original interpretation of the culture of the second half of the 20th century.

Fully finished, equipped with original works of art and iconic design pieces. The first three apartments are already available for sale.

FROM NEWTON TO HENDRIX

An apartment for lovers of photography and 20th-century classics, dedicated to Helmut Newton, the master of fashion photography. It pays tribute to his vision of femininity – strong, confident, and magnetic.

The centerpiece is the iconic "Sie kommen" from 1981, surrounded by design classics: a Mies van der Rohe chaise longue, Verner Panton chairs, and a Europiccola espresso machine – all forming a harmonious dialogue between art and functionality.

Apartment M as Marilyn transports you into a world of intimate luxury inspired by the private style of the Hollywood icon. At the heart of the interior is a photograph by Douglas Kirkland, complemented by a Montblanc pen from the Marilyn Monroe collection and details referencing a classic Californian villa.

Guitar Heroes is a space for those who feel music in their soul.

Created in collaboration with RIFF store, it features a collection of guitars and music equipment in the spirit of a 1970s recording studio. The space is enriched with photographs of rock icons and a Montblanc Jimi Hendrix pen – a symbol of freedom and expression.

CONNOISSEURS OF BEAUTY

The M7 collector's apartments were created in response to the needs of a unique group of clients – investors who seek not only material value but also wish to collect meaningful experiences.

„SIE KOMMEN!“
BY HELMUT NEWTON



MONTBLANC PEN
INSPIRED BY
MARYLIN MONROE



MONTBLANC PEN
INSPIRED BY
JIMMI HENDRIX



BIURO SPRZEDAŻY

ARCHICOM COLLECTION GALLERY
UL. GRZYBOWSKA 58, WARSZAWA
+ 48 22 120 23 78

M7APARTAMENTY.PL
ARCHICOMCOLLECTION.PL



— *Pruskim szlakiem* —

On the Prussian Trail

Jedziemy rowerami przez dawne Prusy: krainę
utkaną z zieleni, błękitu nieba i czerwonej cegły.

Nasza trasa liczy 550 km.

We're cycling through ancient Prussia – a land woven with greenery,
blue skies, and red brick. Our route stretches 550 km.



1

**1. Wzniesiony
w XV w. przez zakon
krzyżacki zamek
w Malborku.**

Malbork Castle, built
in the 15th century by
the Teutonic Order.

**2. Ryba panierowana
z zapiekanyimi
ziemniaczkami
dobrze wam zrobi
podczas wycieczki
rowerowej.**

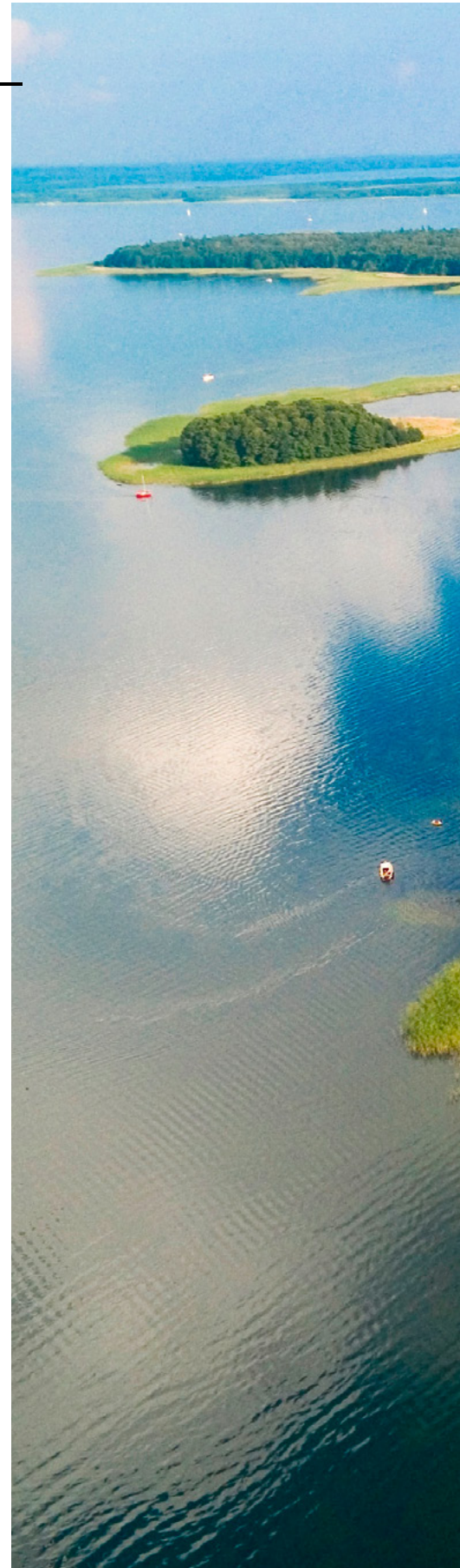
Breaded fish with
baked potatoes will do
you good on a bike
trip.

**3. Morenowe jezioro
Mamry.**

Moraine Lake Mamry.



2





3



tekst / by **BARTEK KAFTAN**

Kościół wydaje się za duży. Mury zbyt potężne, łuki okien – nazbyt strzeliste. Kolegiata św. Mateusza to największa świątynia Żuław. Przed chwilą mineliśmy też ceglany komin zabytkowego browaru, za moment ujrzymy wieżę dawnego kościoła ewangelickiego na otoczonym kamieniczkami rynku. Sporo tego jak na niewielki Nowy Staw, miasteczko pośród żuławskich łąk, o którym – wstyd przyznać – nigdy nie słyszałem. Chyba nie tylko ja, bo poza nami nie ma tu żywego ducha. W Malborku, gdzie godzinę wcześniej rozpoczynaliśmy podróż, kłębiły się tłumy. Krzyżacki zamek przeżywał oblężenie. A w Nowym Stawie – pusto. Tak będzie przez cały tydzień: nas dwóch, dwa rowery, droga, horyzont i mnóstwo do odkrycia. Ahoj, przystan!

ZYGZAKIEM, ZYGZAKIEM

Ruszamy przez pogranicze północno-wschodnie i to będzie wielokulturowa podróż. Zaczynamy na Żuławach, tropem osadników z Niderlandów i Niemiec. W Marynowach mijamy domy podcieniowe, za Tują pedałujemy nasypem kolejki, która przewoziła niegdyś mleko pasących się na łąkach krów. W Marzęcinie podziwiamy kościół ryglowy oraz ceglane mury pośród zieleni na krańcu wsi. Wyglądają jak ruiny twierdzy – swego czasu była to budowla obronna. To jedna z setek śluz, za pomocą których – a także zastawek, pomp, wrót powodziowych – osadnicy wyrzuli morzu kolejne hektary, a potem chronili zdobyty teren przed zala-



niem. Spora część Żuław to depresja, a najniższy położony punkt w Polsce, nieco ponad 2 m p.p.m., znajduje się na okolicznych łąkach. Na najdziwniejszy z hydrotechnicznych zabytków regionu natykamy się w Nowakowie. Przed mostem na rzece Elbląg stoi znak „Jazda zygzakiem” z instruktażowym szlaczkiem. Drewniana nawierzchnia ma swoje lata i tak ponoć jest bezpiecznie. Ale to nie wszystko: pontonowa przeprawa jest obrotowa. Szlaban został właśnie zamknięty, kupujemy więc w GS-ie oranżadę i zasiadamy, by podziwiać spektakl. Jeden operator wyciąga spomiędzy desek sworzeń, drugi uruchamia silnik i... odpływa przęsłem na bok. Patrzymy na kilka przepływających żaglówek i zamykający się most, żegnamy się i ruszamy dalej. Przepisowo: zygzakiem.

Na plaży w Suchaczu wakacyjny surrealizm. Słońce srebrzy tafłę Zalewu Wiślanego, pluszczą fale, zespół przygrywa sanatoryjne szlagiery, kilka par tańczy weselnym krokiem. A tuż obok powoli trawą zarasta... kolejowy peron. Jeszcze stoi tabliczka z nazwą stacji, jeszcze leżą szyny – i choć ciągną się z Elbląga aż do Fromborka, to żaden pociąg już tędy nie pojedzie. Przed wojną zajeżdżał tu ze świstem parowóz, z wagonów wysypywali się plażowicze w pasiastych kostiumach, po chwili zanurzali się w wodzie. I przygrywała im orkiestra dęta. Riwierę nad zalewem upodobał sobie nawet cesarz Wilhelm II. W pobliskich Kadynach podziwiamy jego rezydencję z przełomu XIX i XX w. Znać monarszy rozmach – są tu: pałac z folwarkiem, gorzelnia, szkoła i cała wieś z domami z cegły i muru pruskiego wzdłuż lipowej alei. Pruską elegancją ujmuje nas też pobliskie Tolkmicko. Zajeżdżamy na plażę przy porcie rybackim:

”
**To północne rubieże
Mazur okazują się
najbardziej
egzotycznym
i najmniej znanym
zakątkiem
wschodniego
pogranicza.**

The northern fringes
of Masuria are the most
exotic and least
explored part of the
eastern borderlands.

Nieczynne mosty
kolejowe w Stańczykach
na Suwalszczyźnie
powstawały w latach
1917–1918. Ich wygląd
porównuje się do rzymskich
akweduktów.

Są wysokie na 36 m.

The disused railway bridges
in Stańczyki, Suwałki region, were
built in 1917–1918. Their look
resembles Roman aqueducts.

They are 36 meters high.

ENG

The church seems too large – the walls too massive, the window arches too tapered. The Collegiate Church of St. Matthew is the largest in the Żuław region. We just passed the brick chimney of a historic brewery, and the tower of the former evangelical church on the market square, surrounded by old townhouses, will soon appear. That's a lot for Nowy Staw, a small town nestled among the Żuław meadows – a place I had never heard of. Apparently, I'm not the only one, as there isn't another soul here. Malbork, where we began our journey an hour earlier, was teeming. The Teutonic castle was under siege. But Nowy Staw is deserted. It will be like this all week – just the two of us, two bikes, the road, the horizon, and plenty to discover.

ZIGZAGGING, ZIGZAGGING

We begin our journey through the northeastern borderlands in the Żuław region, following in the footsteps of Dutch and German settlers. We pass undercut houses in Marynowy and pedal along a railway near Tuij that once transported milk. Marzęcin has a half-timbered church and the brick walls of what appears to be the ruins of a fortress amidst the greenery on the edge of the village. This is just one of hundreds of sluices that settlers used, along with floodgates, pumps, and storm barriers, to reclaim land from the sea and prevent flooding. Much of the Żuław region is a depression, and the lowest point in Poland (over 2 m b.s.l.) lies in the surrounding meadows. In Nowakowo, we find the region's most peculiar hydraulic structure. Before the bridge over the Elbląg River is a sign that reads, "Drive zigzag", with an instructional pattern. As the wooden surface is old, it's the safest way to cross. The pontoon crossing is also a swing bridge. The barrier has just been lowered, so we buy a drink at a local store and settle in to watch the

TASTE POLAND

BUTCHERY AND WINE | 📍 WARSZAWA



świeżo wybronowaną, z ceglaną restauracją. Zasiadamy na tarasie, zamawiamy kawę i gofry. Poza nami nie ma nikogo, choć to środek wakacji. Turystów spotkamy dopiero we Fromborku – tylko dlatego, że przyłynął tramwaj wodny z Krynicy Morskiej. Wjeżdżamy na Wzgórze Katedralne i zwiedzamy gotycką świątynię. Za Fromborkiem szlak wyprowadza nas na wał. Po lewej mamy srebrzącą się taflę zalewu, po prawej – zieloną taflę łąk. Kilka przycupniętych na pagórku domów przybrzeżnej wsi Różaniec wygląda jak osada rozbitek na wysepce. Ale klimat końca świata czujemy nieco dalej, gdy odbijamy w drózkę wzdłuż rzeki Pasłęki, do wsi o stosownej nazwie Ujście. Ot, kilka domków i łodzi rybackich, postrzępione chorągiewki powiewają wśród olch i trzin. Siadamy na końcu cypla. W oddali mającą wieże fromborskiej katedry, na wprost zielony pas mierzei, po prawej boja – a tuż za nią niewidzialna linia, za którą zalew zmienia nazwę na Kaliningradzki.

WPUSZCZENI W ŁUBINY

Podczas wycieczek po pograniczu staramy się jechać jak najbliżej słupków – polnymi duktami, ścieżkami, czasem po prostu przez łąki. Tutaj jest to trudne. Pierwszą przeszkodę stanowią rzeki – większość płynie na północ i musimy je jakoś przekroczyć. A choćby na Banówce, godzinę jazdy od Braniewa, pierwszy most jest prawie 10 km od granicy. Podobnie będzie nad Łyną czy jeziorem Oświn koło Węgorzewa. Drugi kłopot to znikające drogi. Kawalek za wsią Żelazna Góra wjeżdżamy duktem w las. Po kilku kilometrach trakt zawraca i kończy

1. Port morski w Ujściu.
Seaport in Ujście.

2. Dom szachulcowy w Marynowach to typowy przykład tradycyjnej architektury Żuław Wiślanych.
The half-timbered house in Marynowy is a typical example of traditional architecture of the Vistula Żuław region.

3. Wybudowana w 1811 r. piramida w Rapie to grobowiec rodzinny pruskiego rodu von Fahrenheitów.
Built in 1811, the pyramid in Rapa is the family tomb of the Prussian von Fahrenheit family.

show. An operator pulls a pin from between the boards, another starts the engine, and the bridge swings sideways. We watch a few sailboats pass before the bridge closes behind them. We say our goodbyes and continue on our way – zigzagging.

There is a kind of summer surrealism in Suchacz. The sun silvers the surface of the Vistula Lagoon, and a band plays old hits for a few couples dancing a wedding waltz. Right beside them, a railway platform is slowly being overgrown with grass. The station sign and rails are still there, and although they run from Elbląg to Frombork, no train will ever travel on them again. Before the war, a steam locomotive would arrive with a whistle, and beachgoers in striped swimsuits would spill from the wagons to immerse themselves in the water while a brass band played. Even Emperor Wilhelm II favoured the Riviera along the lagoon. We admire his turn-of-the-century residence in nearby Kądyny. The royal grandeur is still visible, with a palace, a manor farm, a distillery, a school, and an entire village of brick and half-timbered houses along an avenue of lindens.

Nearby Tolkmicko also oozes Prussian elegance. We arrive at the beach near the fishing port, which is freshly restored with a new brick restaurant. We sit on the terrace and order coffee and waffles. There is no one else here – in the middle of summer. We only meet tourists in Frombork, and only because a water tram arrives from Krynica Morska. We climb Cathedral Hill and tour the Gothic church. Beyond Frombork, the trail leads to an embankment. To the left, the lagoon's silver surface; to the right, green meadows. A few houses on a hill in the coastal village of Różaniec look like a castaway settlement on an island. But the end-of-the-world atmosphere comes a bit further



1



2



3

TASTE POLAND

ELIKSIR  |  GDAŃSK





się nagle na błotnistej porębie. Patrzymy na mapę – pocziwają sztabówkę, bo jesteśmy wierni papierowi i z GPS-u nie korzystamy – wedle której droga miała wieść prosto, do leżącego za lasem Jachowa. Leśnicy wytyczyli szutrowe autostrady, wiodące od szosy do poręby. Przedzieramy się przez błoto, krzaki, dziurawą miedzą przez pole łubinu po pas. Zbliżamy się do Jeziora Głębockiego – jednego z nielicznych na trasie, bo północne rubieże Mazur nie mają w sobie nic z pojezierza. Wskakujemy do wody, zmywamy z siebie polny kurz, potem na plaży wyciągamy z sakwy kawiarke, palnik, gaz. Przy plenerowym espresso wykroty szybko idą w niepamięć. Gdy tylko ruszamy, zatrzymuje nas straż graniczna. Omawiamy z parą funkcjonariuszy dalszą trasę; delikatnie, acz konsekwentnie, próbują skierować nas na południe, byle dalej od kreski oznaczającej koniec państwa. Takie kontrole przechodzimy potem codziennie. O jeździe od słupka do słupka nie ma mowy – na wiodących ku granicy drogach zakazy wjazdu stoją tuż za ostatnimi zabudowaniami, czasem nawet 2–3 km od samej linii granicznej.

PORTRETY BOGA

Na południe odbijamy też co wieczór – z powodów logistycznych. Jedziemy bez namiotu, na leko – kawiarke to jedyna ekstrawagancja – i śpimy w kwaterach. A te znajdują się głównie w miasteczkach, nieco dalej od granicy. Tak trafiamy do Górowa Iławeckiego, które w centrum ma spory staw, a obok, na wzgórzu, krytą rudymi dachami starówkę. Brukowany podjazd na rynek daje nam

XIV-wieczna bazylika archikatedralna stoi na Wzgórzu Katedralnym we Fromborku. Tu w 1543 r. pochowano Mikołaja Kopernika.

The 14th-century Archcathedral Basilica stands on Cathedral Hill in Frombork. It is here that Nicolaus Copernicus was buried in 1543.

”

**Klimat końca świata
czujemy, gdy
odbijamy w drózkę
wzdłuż rzeki
Pastęki, do wsi
o nazwie Ujście.**

The end-of-the-world atmosphere comes a bit further when we turn onto a path along the Pastęka River toward the village of Ujście.

when we turn onto a path along the Pastęka River toward the village of Ujście. Just a few houses and fishing boats, with tattered flags fluttering among the alders and reeds. We sit at the end of the spit. The towers of Frombork Cathedral loom in the distance. Straight ahead, the green strip of the spit; to the right, a buoy; and just beyond it, an invisible line where the lagoon adopts a Russian name.

INTO THE LUPIN FIELDS

When travelling along the borderlands, we ride as close to the boundary markers as possible, following dirt roads, paths, and even cutting across meadows. Here, however, it's difficult. The first obstacle is the rivers: most flow north, e.g. the first bridge over the Banówka River, an hour's ride from Braniewo, is nearly 10 km from the border. It's a similar story at the Łyna River and by Lake Oświn near Węgorzewo. The second problem is roads that simply disappear. Just past the village of Żelazna Góra, we turn onto a forest track. After several kilometres, the trail turns back and abruptly ends in a muddy clearing. We check our paper map. We trust paper and don't use GPS. It shows the road continuing through the forest to Jachowo. Gravel highways run from the main road to the clearing, but we push through mud, bushes, and waist-high lupin fields. We approach Lake Głębockie, one of the few lakes along the route, as the northern edges of Masuria are not part of the lake district. We jump into the water to wash off the dust, then unpack a moka pot, burner, and gas bottle on the beach. Our travails are quickly forgotten as we savour an outdoor espresso. We no sooner set off when we are stopped by border guards. They gently but firmly steer



TASTE POLAND

PAPAVERO |  POZNAŃ




MICHELIN
2025
POLAND

 POLISH
TOURISM
ORGANISATION
DESTINATION PARTNER



2



w kość, w nogach mamy dziś ponad 80 km, ale na widok kamieniczek i ratusza zapominamy o piekących łydkach.

Wisienkę na torcie, cerkiew Podwyższenia Krzyża Św., zostawiamy na kolejny dzień. – Wchodźcie, proszę, dla wszystkich otwarte! – wita nas kościelny. Wypytujemy go o świątynię, która nijak na cerkiew nie wygląda. To wielki gotycki kościół z czerwonej cegły. – Zbudowano go w XIV w. Najpierw służył katolikom, potem protestantom, a od kilkudziesięciu lat nam, grekokatolikom – opowiada. Po II wojnie światowej z Prus Wschodnich wysiedlono Niemców, a na ich miejsce sprowadzono Ukraińców wygnanych w ramach akcji Wisła z Beskidu Niskiego i Bieszczad. Ostatnie ewangelickie nabożeństwo odprawiono w Górowie w 1961 r., potem 20 lat kościół stał pusty. Tymczasem nad nami otwiera się iluzjonistyczne niebo, w którym trwa właśnie sąd ostateczny; tuż obok Morze Czerwone rozstępuje się przed Mojżeszem, Adam nieopatrznie przyjmuje od Ewy jabłko. Po pięcioletniej konserwacji barokowa polichromia znów zachwyca. Ikonostasowi Jerzego Nowosielskiego daleko do tradycyjnej cerkiewnej estetyki. Chrystus Pantokrator, Matka Boska, św. Mikołaj mocnymi plamami odcinają się od białego tła i kojarzą raczej z minimalistyczną abstrakcją albo prymitywizmem. I świetnie pasują do gotyckiej cegły i unoszącego się w górze baro-

1. Bociany opuszczają Polskę zazwyczaj od drugiej połowy sierpnia do października, więc jest szansa, że we wrześniu jeszcze je spotkacie.

Storks usually leave Poland from the second half of August to October, so there's still a chance you'll see them in September.

2. Zespół pałacowo-folwarczny w Kadynach. Główny barokowy pałac pochodzi z XVII w.

The palace and manor complex in Kadyny. The main Baroque palace dates back to the 17th century.

3. Kanał Elbląski został zaprojektowany, aby połączyć Prusy Wschodnie z Morzem Bałtyckim. Najpopularniejszą trasą na Kanale jest trasa Elbląg-Bucznice.

The Elbląg Canal was designed to connect East Prussia with the Baltic Sea. The most popular route on the canal is the Elbląg-Bucznice route.

us southward – away from the border. We face these controls every day. Riding from marker to marker is out of the question, as all roads leading to the border are blocked just beyond the last buildings, sometimes even 2-3 km from the border line.

PORTRAITS OF GOD

We turn south every evening for logistical reasons. We travel light. Our moka pot is our only indulgence, and we sleep in guesthouses. Most of these are in towns a bit further away from the border. This brings us to Górowo Iławieckie, a town with a large pond in the centre and, on a nearby hill, an old town with red roofs. The cobbled slope to the market square is hard going, as we've covered over 80 km today, but the sight of the townhouses and town hall makes it all worthwhile.

We save the Church of the Exaltation of the Holy Cross for the following day. "Please come in, open to all!", says the churchwarden. We ask him about the building – a large red-brick structure that does not much look like an Orthodox church. "It was built in the 14th century. At first, it served Catholics, then Protestants, and for several decades now, us Greek Catholics", he explains. After World War II, Germans were expelled from East Prussia and replaced by Ukrainians driven out of the Beskid Niski and Bieszczady regions during Operation Vistula. After the last Protestant service was held in 1961, the church stood empty for 20 years. An illusory sky unfolds overhead. The Last Judgment is being handed down.

TASTE POLAND

TUNA | 🇵🇱 WARSZAWA



TASTE POLAND

ZEN ON |  POZNAŃ







#TASTEPOLAND

ELIKSIR

RESTAURACJA WYRÓŻNIONA JEDYNĄ W POLSCE ZIELONĄ GWIAZDKĄ PRZEWODNIKA MICHELIN – PRESTIŻOWĄ NAGRODĄ PRYZNANĄ LIDEROM ZRÓWNOWAŻONEJ GASTRONOMII NA ŚWIECIE.

THE RESTAURANT DISTINGUISHED BY BEING THE SOLE RECIPIENT OF THE MICHELIN GREEN STAR IN POLAND – A PRESTIGIOUS AWARD RECOGNIZING GLOBAL LEADERS IN SUSTAINABLE GASTRONOMY.

Wyróżnienie podkreśla doskonałą kuchnię opartą głównie na polskich, lokalnych produktach oraz dbałość restauracji o planetę.

Wyjątkowe smaki polski, za pośrednictwem Eliksiru zagościły również w Japonii, podczas Wystawy Światowej Expo 2025 Osaka, Kansai. Przez cały okres trwania wystawy odwiedzający Polski Pawilon, mogą posmakować esencji polskiej kuchni. Na gości czeka zestaw degustacyjny najbardziej tradycyjnych polskich dań, serwowany na ceramice bolesławieckiej.

Zapraszamy do Gdańska, zapraszamy do Osaki!

The distinction highlights the restaurant's commitment to both excellent cuisine, primarily using local Polish products, and a dedication to caring for the planet.

Eliksir has brought the unique flavours of Poland to an international stage, having been featured at the World Expo 2025 in Osaka, Kansai. Throughout the exhibition, visitors to the Polish Pavilion can experience the essence of Polish cuisine through a tasting set of traditional dishes, presented on authentic Bolesławiec ceramics. Visit us in Gdańsk or at the Polish Pavilion in Osaka!





DESTINATION PARTNER

#TASTEPOLAND

JACEK GROCHOWINA

UZNANY POLSKI SZEF KUCHNI ORAZ RESTAURATOR, ZNANY Z MIŁOŚCI DO GOTOWANIA, WINA I SZTUKI OBSŁUGI GOŚCI.

A POLISH CHEF AND RESTAURATEUR RENOWNED FOR HIS PASSION FOR COOKING, WINE, AND THE ART OF HOSPITALITY.

W 2012 roku stworzył butikowy lokal Nolita Restaurant, wielokrotnie nagradzany i wyróżniany w przewodniku Michelin. Nolita to nowoczesna kreatywna klasyka, która nieprzerwanie od 13 lat zaskakuje regularnych Gości, jak i nowych bywalców tego wyjątkowego miejsca w sercu Warszawy.

W swojej kuchni Grochowina tworzy dania pełne smaków z całego świata. Ponadczasowe i niezapomniane kompozycje powstają z mistrzowskiego rzemiosła, pasji oraz miłości do jedzenia i podróży.

Nolita to nie tylko zapadające w pamięć na zawsze smaki, ale również składniki najwyższej jakości. Piękno wnętrza i podania. Dbalność o detale. Ale także żart i zabawa. Nie wszystko da się opisać trzeba doświadczyć...

Grochowina wyznacza nowy kierunek dla casual fine dining w Polsce.

Już we wrześniu 2025 podczas Dni Polskiej Turystyki i Sportu goście, odwiedzający Polski Pawilon na EXPO Osaka będą mogli degustować dania promujące Polskę i polskie kulinaria przygotowane przez tego uznanego szefa kuchni, a dla ceniących wysoką jakość produktów i wyjątkowe smaki – adres Wilcza 46 to obowiązkowy punkt na kulinarnej mapie Polski.

In 2012, he founded Nolita Restaurant, a boutique establishment that has been repeatedly recognized and featured in the Michelin Guide. For 13 years, Nolita has been surprising guests with its modern, creative classic cuisine from its exceptional location in the heart of Warsaw.

In his kitchen, Grochowina expertly combines classical inspirations with modern techniques. His dishes draw on flavours from around the world, from Polish and Mediterranean to Southeast Asian. These timeless and unforgettable compositions are born from masterful craftsmanship, a passion for food, and a love for travel.

Nolita is a celebration of the finest flavours and ingredients, where the beauty of the interior and presentation meets meticulous attention to detail. It also has a touch of humor and playfulness. Some things simply can't be described; they must be experienced.

Grochowina is now setting a new direction for casual fine dining in Poland.

In September 2025, during the Days of Polish Tourism and Sport, visitors to the Polish Pavilion at EXPO Osaka will have the opportunity to taste dishes prepared by this acclaimed chef that promote Poland and its cuisine. For anyone who values high-quality products and exceptional flavours, Wilcza 46 is a must-visit destination on Poland's culinary map.



BO LUBIĘ MARZYĆ

BECAUSE I LIKE
TO DREAM

Staropolskie imię Sławosz oznacza „sławny, znakomity, godny chwały”. Z takim imieniem Sławosz Uznański-Wiśniewski musiał podbić galaktykę!

The Old Polish word Sławosz means famous, excellent, worthy of praise. With a name like that, Sławosz Uznański-Wiśniewski was destined to conquer the galaxy.

tekst | by **DIANA RYMUZA**



1



2



3

PL

Wybór nie był przypadkowy, bowiem głęboko zakorzenione w polskiej tradycji imię przez wieki nosiły osoby dążące do wielkich celów, przede wszystkim rycerze oraz przedstawiciele bogatych rodów. Gdy więc 12 kwietnia 1984 r. w Łodzi na świat przyszedł syn historyków sztuki Mai Marquardt-Uznańskiej i Piotra Uznańskiego, otrzymał przydomek oznaczający osobę pełną wewnętrznej siły i ambicji, która rzadko kiedy cofa się przed wyzwaniami. Kojarzony z odwagą i dążeniem do gwiazd – dosłownie i w przenośni. 41 lat później, gdy Sławosz Uznański-Wiśniewski wszedł do historii jako drugi (po Miroslawie Hermaśzewskim) Polak, który odbył lot w kosmos, nieco zapomniane i rzadkie dziś (nosi je zaledwie – według różnych danych – od 133 do 140 mężczyzn) imię zyskało nowe życie i być może wkrótce na świecie pojawią się mali Sławosze, którzy będą śnić o locie w przestrzeń kosmiczną.

SUPERMOCE

Znaków zapowiadających spektakularny sukces było zresztą więcej. Sławosz Uznański urodził się (jak podkreśla) w 23. rocznicę lotu Jurija Gagarina – pierwszego człowieka w kosmosie, i dokładnie trzy lata po starcie pierwszego amerykańskiego wahadłowca Columbia. W każde urodziny

1. Sławosz Uznański-Wiśniewski przechodzi szkolenie w zakresie eksperymentu PhotonGrav, który bada sterowanie komputerami w kosmosie wyłącznie za pomocą aktywności mózgu.

Sławosz Uznański-Wiśniewski is training for the PhotonGrav experiment, which studies how to control computers in space using only brain activity.

2. Start Axiom Mission 4 nastąpił 25 czerwca o godz. 8:31 czasu polskiego, rozpoczął tym samym 18-dniowy pobyt Polaka na pokładzie Międzynarodowej Stacji Kosmicznej.

The Axiom Mission 4 launched on June 25 at 8:31 a.m. Polish time, marking the beginning of an eighteen-day stay aboard the International Space Station.

3. Sławosz Uznański-Wiśniewski to drugi Polak w przestrzeni kosmicznej.

Sławosz Uznański-Wiśniewski is the second Pole to travel into space.





mama życzyła mu wszystkiego najlepszego z okazji Dnia Kosmonauty. *Przestrzeń kosmiczna była mi bliska od samego początku* – mówił podczas konferencji Polskiej Agencji Kosmicznej (POLSA) w 2022 r. Razem z młodszym bratem budowali rakiety z mebli w mieszkaniu dziadków, a gdy udało się zdobyć klocki Lego, zamieniali je w futurystyczne konstrukcje. Z Mikołajem dzielili wspólne pasje i miłość do gór, chodzili nawet do tego samego VIII Liceum Ogólnokształcącego w Łodzi. Wsparcie i „tarcza miłości”, jakimi otaczali ich rodzice, miały ogromny wpływ na dorosłe losy Sławosza. „Wозиłam go na żagle nad Zegrze: 180 km w jedną stronę. Na narty, na zawody. Uczyłam go historii, dawałam odpowiednie książki. Dziś jest bardzo wrażliwy na krzywdę ludzką, pomocny. Po prostu taki jest” – wspominała mama astronauty w rozmowie z portalem TuOława.

KOSMICZNE ENERGIE

„Sławosz był dla nas światłem, zanim jeszcze wzbił się w niebo. Teraz widzi go cały świat” – napisał na Instagramie jego brat, gdy 25 czerwca 2025 r. poleciał w kosmos na pokładzie rakiety Falcon 9

ENG

The choice was no accident – deeply rooted in Polish tradition, the name Sławosz was carried for centuries by those who pursued greatness, especially knights and members of noble families. So when, on 12 April 1984, a son was born in Łódź to art historians Maja Marquardt-Uznańska and Piotr Uznański, he was given a name that signified inner strength and ambition – a person who rarely backs down from a challenge. A name associated with courage and a yearning for the stars – both literally and figuratively. Forty-one years later, when Sławosz Uznański-Wisniewski made history as the second Pole (after Mirosław Hermaszewski) to fly into space, this once-forgotten and rare name – today carried by only around 133 to 140 men, depending on the source – found new life. And perhaps, soon, more little Sławoszes will be born, dreaming of their own journey into the cosmos.

SUPERPOWERS

There were more signs pointing to future success. Sławosz Uznański was born (as he keeps telling us)

„W czasie prywatnym lubię podróżować, być na lodowcach, zdobywać wysokie szczyty, żegluję – mówi polski kosmonauta.

In my free time, I enjoy travelling, exploring glaciers, conquering high peaks, and sailing,” says the Polish astronaut.

w ramach misji Ax-4. Świat poznawał wówczas niezwykłą historię uśmiechniętego chłopaka zajądającego astropierogi, który przez całe życie przygotowywał się do pozaziemskiej misji.

Zanim bowiem znalazł się na orbicie, latami konsekwentnie budował swe zaplecze naukowe – od ukończenia z wyróżnieniem łódzkiej politechniki po renomowane francuskie uczelnie. Gdy zaś dr Sławosz Uznański zajął się technologiami kosmicznymi, lista osiągnięć ponownie okazała się imponująca. Dla przykładu Europejskiej Organizacji Badań Jądrowych (CERN) pracował jako operator Wielkiego Zderzacza Hadronów LHC. Urządzenia nie mniej złożonego i zaawansowanego technologicznie co Stacja Kosmiczna. Swoją wiedzę dzielił się ze studentami międzynarodowych uczelni technicznych oraz czytelnikami książki poświęconej wpływowi promieniowania na układy elektroniczne. Żeby dostać się do elitarnego grona astronautów projektowych Europejskiej Agencji Kosmicznej (ESA) w trwających półtora roku eliminacjach, musiał pokonać ponad 22 tys. kandydatów z całej Europy. „Gdy eliminacje zоста-

on the 23rd anniversary of Yuri Gagarin's flight into space (the first ever), and exactly three years after the launch of the first U.S. space shuttle, "Columbia". His mother wishes him a happy Cosmonaut Day on his birthday. "Space has always been close to me", he said at a 2022 Polish Space Agency (POLSA) conference. He and his younger brother Mikołaj built "rockets" out of furniture at their grandparents' apartment, and when they got Lego bricks, they turned them into futuristic machines. He and Mikołaj shared a love for the mountains and a passion for science. They even went to the same high school – the VIII Liceum Ogólnokształcące in Łódź. The care and "shield of love" provided by their parents had a big impact on Sławosz's adult life. "I drove him to sailing classes near Zegrze – 180 km each way. To skiing trips, to competitions. I taught him history and gave him the right books. Today he is very sensitive to the suffering of others, and is always helpful. That's just how he is", his mother recalled in an interview with the TuOława portal.

ty ogłoszone, wiedziałem, że wezmę w nich udział. Miałem skompletowane niezbędne dokumenty. Można powiedzieć, że przygotowywałem się do tego konkursu 13 lat” – mówił w listopadzie 2022 r. w wywiadzie dla *Business Insider*. Tym sposobem po 14 tys. dni, czyli 47 latach, Polak znów znalazł się na pokładzie statku kosmicznego.

POCZTÓWKA Z KOSMOSU

Dużo mówi, szybko działa, wszędzie go pełno – żartują współpracownicy Uznańskiego. Nawet w kosmosie nie mógł usiedzieć na miejscu. W niecałe trzy tygodnie zrealizował trzynaście projektów badawczych i trzy eksperymenty ESA. „Marzy mi się lekcja fizyki prosto z orbity” – mówił polski naukowiec przed rozpoczęciem misji Ignis, a potem czterokrotnie połączył się na żywo z dziećmi i młodzieżą w ojczyźnie. Znaczący temat liczą na „efekt Sławosza” – jego lot (poza spektakularnym powrotem biało-czerwonej flagi w przestrzeń kosmiczną) ma przynieść wymierne korzyści m.in. w zakresie rozwoju zaawansowanych technologii oraz pokazania potencjału polskiej myśli technicznej. Jednak postać astronauty ma też wielkie szanse, żeby inspirować kolejne pokolenia młodych ludzi. Tym bardziej że po powrocie na Ziemię zajął się działalnością edukacyjną. „Będę prowadził wykłady na uczelniach. Zamie-

Załoga Axiom Mission 4 liczyła cztery osoby: dowódca Peggy Whitson, pilot Shubhanshu Shukla oraz specjaliści misji: Sławosz Uznański-Wiśniewski i Tibor Kapu.
The Axiom Mission 4 crew consisted of four members: Commander Peggy Whitson, pilot Shubhanshu Shukla, and mission specialists: Sławosz Uznański-Wiśniewski and Tibor Kapu.

COSMIC ENERGY

“Sławosz was our light long before he ever took to the skies – now the whole world can see him”, wrote his brother on Instagram when, on 25 June 2025, he flew into space aboard a Falcon 9 rocket as part of the Ax-4 mission. The world was then discovering the extraordinary story of a smiling young man eating astro-pierogi, who had spent his entire life preparing for a mission beyond Earth. Long before he reached orbit, he was steadily building his scientific foundation – from graduating with distinction from the Technical University of Łódź to studying at prestigious institutions in France. When Dr. Sławosz Uznański turned his focus to space technologies, his list of achievements once again proved impressive. For instance, he worked as an operator of the Large Hadron Collider (LHC) at CERN – a machine no less complex or technologically advanced than the International Space Station. He shared his knowledge with students at international technical universities and with readers of his book on the impact of radiation on electronic systems. To qualify for the elite corps of project astronauts at the European Space Agency (ESA), he had to out-compete over 22,000 applicants from across Europe during an 18-month selection process. “When the recruitment was announced, I knew that I was going to apply. I already had all the required documents. You could say I’d been preparing for this competition for 13 years”, he said in a November 2022 interview with *Business Insider*. And so, after 14,000 days – or 47 years – a Pole once again found himself aboard a spacecraft.

POSTCARD FROM SPACE

Uznański-Wiśniewski speaks with passion, acts swiftly, and is seemingly everywhere at once – his colleagues often joke about his inexhaustible energy. Even in orbit, he found it difficult to stay still. In less than three weeks, he completed thirteen research projects and three experiments in collaboration with the ESA. “I dream of delivering a physics lesson from orbit”, he remarked before the launch of the Ignis mission – and he followed through, connecting live four times with schoolchildren and students back in Poland. Specialists are already speaking of the “Sławosz effect” – a phenomenon that, beyond the symbolic return of the white-and-red flag to space, may yield tangible outcomes in the development of advanced technologies and highlight the strength of Polish scientific thought. Yet Uznański’s potential to inspire may prove equally significant. Upon returning to Earth, he committed himself to educational outreach. “I plan to lecture at universities across Poland – starting with all of the technical institutions and perhaps including some

„Dużo mówi, szybko działa, wszędzie go pełno – żartują współpracownicy Uznańskiego.”

He speaks with passion, acts swiftly, and is seemingly everywhere at once – his colleagues often joke about his inexhaustible energy.



10 LAT
ŻBK
DEKADA
WOLNOŚCI



Świętujemy
500

**sprawiedliwych ugód
zawartych z bankami**

zyciebez kredytu.pl/10lat



Fundacja Na Rzecz
Ochrony Konsumentów
Życie Bez Kredytu



rzam odwiedzić wszystkie polskie politechniki i być może kilka uczelni medycznych” – zadeklarował. Swoją drogą do gwiazd dzieli się też online na Instagramie, gdzie prowadzi profil @astro_slawosz. Śledzi go ponad 41 tys. użytkowników.

FLY AWAY

„W czasie prywatnym lubię podróżować, być na lodowcach, zdobywać wysokie szczyty, żegluję” – mówił w radiu RMF pierwszy Polak, który dotarł na Międzynarodową Stację Kosmiczną. „Z czasem Alpy mu nie wystarczały, więc pojechał w Himalaje. Himalaje też przestały wystarczać i szuka szczęścia wyżej” – zdradził jego ojciec Piotr Uznański. Ale szczęście znalazł również w rodzimej Łodzi. Od ponad pół roku Sławosz jest małżonkiem o dekadę młodszej politolożki i posłanki na Sejm Aleksandry Uznańskiej-Wiśniewskiej, której nazwisko dodał do swojego. „Czujemy się silną, ale równą sobie parą. Oboje mamy kariery, odrębne zawody i nikt nie jest ważniejszy od drugiego. To idea, która przyświeca mi w życiu zawodowym i w tym prywatnym” – wyjaśniał naukowiec, podkreślając, że stawia na partnerstwo i na naszej planecie, i w kosmosie. Na orbitę zresztą, korzystając ze specjalnej kieszonki zlokalizowanej na kolanie skafandra ciśnieniowego, zabrał ze sobą obrączki ślubne stworzone z meteorytu i naboju z misji humanitarnych Aleksandry. Obrączki szczęśliwie wróciły ze Sławoszem na Ziemię. Może kiedyś zabierze je ze sobą na Księżyc i dalej, na Marsa? Pytany bowiem o plany kolejnych lotów, odpowiedział: „Stawiam sobie duże cele, sukcesywna praca doprowadziła mnie do miejsca, w którym dziś jestem. Marzyć nikt mi nie zabroni...”

Śródtytuły są tytułami piosenek z kosmicznej playlisty ulubionych utworów Uznańskiego-Wiśniewskiego zabranych przez astronautę w kosmos, a opublikowanej przez Europejską Agencję Kosmiczną. ■

Sławosz Uznański-Wiśniewski jest pierwszym Polakiem, który przebywał na pokładzie Międzynarodowej Stacji Kosmicznej.

Sławosz Uznański-Wiśniewski is the first Pole to have stayed aboard the International Space Station.

medical schools as well”, he declared. He continues to share his journey beyond the stratosphere via Instagram, where over 41,000 followers track his updates on his account @astro_slawosz.

FLY AWAY

“In my free time, I enjoy travelling, exploring glaciers, conquering high peaks, and sailing”, said the first Pole to reach the International Space Station during an RMF Radio interview. “Over time, the Alps weren’t enough for him, so he moved on to the Himalayas. And when even the Himalayas stopped being enough, he kept looking for something higher”, says his father. But Sławosz has also found happiness closer to home in Łódź. For over six months, he has been married to political scientist and member of parliament, Aleksandra Uznańska-Wiśniewska, a decade his junior, whose name he has added to his own. “We feel like a strong but equal partnership. We both have careers and distinct professions, and neither is more important than the other. This principle guides both my professional and personal life”, he explained, highlighting the importance of partnership both on our planet and in space. On his orbital journey, he carried their wedding rings, crafted from a meteorite and a cartridge from Aleksandra’s humanitarian mission, in a special pocket located on his pressure suit’s knee. And happily, he brought them safely back to Earth. Who knows? They might even accompany him to the Moon, or even Mars, one day. When asked about future flights, he replied: “I set ambitious goals – successive effort has brought me to where I stand today. And dreams are something no one can prohibit me from having...”

The subheaders are titles of songs from Sławosz Uznański Wiśniewski’s personal space playlist, carried with him to orbit and later published by the ESA. ■



© Copyright by Somfy 08/2025

MIŁO WRACAĆ DO DOMU, KTÓRY TROSZCZY SIĘ O CIEBIE

Wracasz z podróży, otwierasz drzwi i wita Cię znajome światło, łagodny półmrok zasłon, niepowtarzalność wnętrza, przyjazna atmosfera, której nie da się podrobić nigdzie indziej na świecie.

Zdejmujesz buty, sięgasz po telefon i **jednym kliknięciem uruchamiasz swój domowy scenariusz powrotu**. W mgnieniu oka wnętrze dopasowuje się do Ciebie i tworzy dokładnie taki klimat, jakiego dziś potrzebujesz.

A wszystko to dzieje się dzięki inteligentnej centrali TaHoma Switch, która łączy nawet 280 urządzeń w Twoim domu – od oświetlenia, przez zasłony i rolety, aż po drobne sprząty – i pozwala zarządzać nimi wygodnie z poziomu jednej aplikacji.

Tutaj każdy dzień ma swój własny rytuał: zapach kawy, śmiech dzieci, miękki koc czekający na fotelu. A w tle dom reguluje odpowiednią temperaturę, dostosowuje oświetlenie i dba o prywatność dzięki automatycznym osłonom. **Ze smart home od Somfy dom żyje Twoim tempem**, zaprasza do środka i sprawia, że nawet najbardziej niezwykle przygody najlepiej kończyć właśnie tutaj.

W końcu... nie ma drugiego takiego miejsca jak dom.

Somfy. Twoje miejsce, Twój komfort.

Odkryj świat smart home na somfy.pl

IT'S GOOD TO COME HOME TO A PLACE THAT TRULY CARES FOR YOU

You return from a trip, open the door, and you're greeted by familiar lighting, the gentle dimness of curtains, the unique feel of your interior, and a welcoming atmosphere you can't find anywhere else in the world.

You slip off your shoes, reach for your phone, and **with a single tap, activate your homecoming scenario**. In an instant, your space adapts to you, creating exactly the ambiance you need right now.

And all of this happens seamlessly thanks to the intelligent TaHoma Switch hub, connecting up to 280 devices in your home – from lights, curtains, and blinds to even the smallest appliances – letting you control everything effortlessly from a single app.

Here, every day has its own rhythm: the smell of fresh coffee, children's laughter, a cozy blanket waiting on the chair. Meanwhile, your home automatically adjusts the temperature, fine-tunes the lighting, and takes care of your privacy with smart shading. **With a Somfy smart home, your living space keeps pace with you**, welcomes you in, and makes even the most extraordinary adventures worth ending right here.

After all... there's no place like home.

Somfy. Your place, your comfort.

Discover the world of smart home at somfy.com



somfy



RU N

Po schodach Wielkiego Muru
Chińskiego, pod Bramą
Brandenburską, obok Luwru
czy przez centrum Warszawy
– trasy najciekawszych maratonów
to nie tylko sportowa,
ale i turystyczna uczta.

Along the steps of the Great Wall
of China, under the Brandenburg
Gate, past the Louvre or through the
centre of Warsaw – the routes of the
most exciting marathons offer not
only a sporting challenge, but also
a true travel feast.

tekst / by **PATRYCJA PUSTKOWIAK**





← MARATON ATEŃSKI ATHENS MARATHON

Jak głosi legenda, jego trasa pokrywa się z tą, którą w 490 r. p.n.e. po bitwie pod Maratonem przebiegł do Aten grecki żołnierz, Filippides, by obwieścić Grekom zwycięstwo nad Persami i ostrzec przed nadciągającą flotą perską, a potem padł z wycieńczenia. Trasa biegu jest prawdziwym wyzwaniem. Choć startując w pobliżu Morza Egejskiego, jest płaska, to zaraz następuje odcinek z licznymi podbiegami na wzniesienia okalające Ateny. Kończy się zaś na Stadionie Panatenajskim z IV w. p.n.e., gdzie w 1896 r. odbyły się pierwsze nowożytnie igrzyska. According to legend, the route mirrors the one taken in 490 BCE by a Greek soldier who ran from Marathon to Athens to announce victory over the Persians, before collapsing from exhaustion. The course starts near the Aegean Sea with a flat section, followed by challenging uphill stretches through the hills around Athens. It ends at the Panathenaic Stadium, dating back to the 4th century BCE, where the first modern Olympics were held in 1896.



↑ MARATON BERLIŃSKI BERLIN MARATHON

Biegacze pokonują tę jedną z najszybszych na świecie tras od 1974 r. Miał kilka ważnych momentów, np. w 1990 r. – wystartował trzy dni przed zjednoczeniem Niemiec i kiedy 25 tys. maratończyków przebiegało przez Bramę Brandenburską, wielu z nich płakało. Trasa prowadzi przez centrum Berlina, obok Reichstagu i Kolumny Zwycięstwa, a linia mety leży pod Bramą Brandenburską. Wystartuje 21 września 2025 r. Runners have been tackling this fast, world-renowned course since 1974. The Berlin Marathon has seen several historic moments – including in 1990, when it took place just three days before German reunification. As 25,000 runners passed through the Brandenburg Gate, many were moved to tears. The route winds through the heart of Berlin, past landmarks like the Reichstag and the Victory Column, with the finish line right at the Brandenburg Gate. The next edition kicks off on September 21, 2025.



↑ MARATON CHICAGOWSKI CHICAGO MARATHON

Odbywa się od 1977 r. i wchodzi w skład prestiżowego cyklu World Marathon Majors, czyli Wielkiej Szóstki światowych maratonów (obok biegów w Berlinie, Londynie, Nowym Yorku, Bostonie i Tokio). Start i meta zlokalizowane są w Grant Parku, a podczas całkiem przyjemnej, bo płaskiej trasy można zobaczyć najbardziej znane miejsca Chicago, m.in. dzielnicę Loop, Millennium Park, Lake Shore Drive, i podziwiać jezioro Michigan. Najbliższy bieg odbędzie się 12 października.

Held annually since 1977, the Chicago Marathon is part of the prestigious World Marathon Majors – the “Big Six” of global marathons (alongside Berlin, London, New York, Boston, and Tokyo). Both the start and finish are located in Grant Park, and the mostly flat course makes for a pleasant run past Chicago’s most iconic sights, including the Loop district, Millennium Park, Lake Shore Drive, and scenic views of Lake Michigan. The next race takes place on October 12.



42,195 km

To oficjalny dystans maratonów, ustalony podczas igrzysk olimpijskich w Londynie w 1908 r.

This is the official marathon distance, established during the London Olympic Games in 1908.



” Maraton tokijski zaliczany jest do cyklu World Marathon Majors. Start: 1 marca 2026 r.

The Tokyo Marathon is part of the prestigious World Marathon Majors series. The next edition kicks off on March 1, 2026.

→ MARATON TOKIJSKI TOKYO MARATHON

Dość młody bieg, pierwszy odbył się w 2007 r. Podczas trasy (przeważnie płaska) można podziwiać m.in. Pałac Cesarski, Tokyo Tower czy dzielnicę Asakusa. Słynie ze świetnej organizacji – zawodnicy powiadają, że kto go przebiegnie, będzie uważał za organizacyjny wzór. Bywa, że uczestnicy przebierają się za postaci z japońskich kreskówek. The Tokyo Marathon is a relatively young race, first held in 2007. The mostly flat course passes landmarks like the Imperial Palace, Tokyo Tower, and the Asakusa district. It is renowned for its excellent organization – runners often call it a model event. Sometimes participants dress up as characters from Japanese cartoons.



↓ MARATON NOWOJORSKI NEW YORK MARATHON

Pierwszy odbył się w 1970 r., a uczestnicy ukończyło 55 646 zawodników, w tym roku odbędzie się 2 listopada. Od 1976 r. trasa wiedzie przez pięć dzielnic miasta, m.in. Brooklyn, Bronx i Manhattan, a kończy się w Central Parku. Kto chce się dowiedzieć nieco więcej o maratonie i jego twórcy Fredzie Lebowie, odsyłam do filmu *Biegnij całe życie*.

The first race took place in 1970, with 127 runners participating. Last year, 55,646 runners finished the marathon. This year's event will be held on November 2. Since 1976, the course has passed through five boroughs of the city, including Brooklyn, the Bronx, and Manhattan, finishing in Central Park. For those interested in learning more about the marathon and its founder Fred Lebow, I recommend the film *Run for Your Life*.





↑ **MARATON RZYMSKI** ROME MARATHON

Trasa odbywającego się od 1982 r. biegu, jak na Wieczne Miasto przystało, wiedzie szlakiem ikonicznych zabytków i historycznych miejsc. Po drodze maratończycy mijają m.in. Koloseum, Forum Romanum, plac św. Piotra i fontannę di Trevi. Bieg co roku gromadzi blisko 25 tys. sportowców, którzy zgodnie twierdzą, że mimo fenomenalnych widoków trasa nie jest najłatwiejsza, na wielu odcinkach wyłożona jest brukiem i ma kilka podbiegów. Uczestnicy tegorocznego biegu – na znak solidarności z chorym wówczas papieżem Franciszkiem – przed startem

zachowali milczenie przez 42 sek. (po jednej sekundzie na każdy kilometr biegu). Kolejna edycja – 22 marca 2026 r.

The race, held since 1982, follows a route through iconic landmarks and historic sites of the Eternal City. Marathoners pass the Colosseum, Roman Forum, St. Peter's Square, and Trevi Fountain. Each year, nearly 25,000 runners take part, often noting that despite the stunning views, the course is challenging with cobblestone sections and several uphill stretches. In this year's race, participants observed 42 seconds of silence before the start, one second for each kilometer, to honour Pope Francis during his illness. The next edition is scheduled for March 22, 2026.

” **W 2026 r. Maraton Rzymski wystartuje 22 marca.**
Trasa biegu na wielu odcinkach wyłożona jest brukiem.

In 2026, the Rome Marathon will take place on March 22.
The course is challenging with cobblestone sections.



47. Maraton Warszawski odbędzie się 28 września 2025 r.
The 47th Warsaw Marathon will take place on September 28, 2025.

← MARATON WARSZAWSKI WARSAW MARATHON

Startuje spod Pałacu Kultury i Nauki. Uczestnicy biegną przez serce stolicy, mijając m.in. Krakowskie Przedmieście, Nowy Świat, most Poniatowskiego z panoramą Wisły, Muzeum Narodowe, słynną Palmę w Alejach Jerozolimskich czy Pałac Prezydencki. Jego pierwsza edycja odbyła się w 1979 r. kiedy to w Europie jedynym większym maratonem był ten paryski.

The race starts at the Palace of Culture and Science. Runners pass through the heart of the capital, running by Krakowskie Przedmieście, Nowy Świat, Poniatowski Bridge with views of the Vistula River, the National Museum, the famous palm tree in Aleje Jerozolimskie, and the Presidential Palace. The first edition took place in 1979, at a time when the only major marathon in Europe was the Paris Marathon.

↓ MARATON KOPENHASKI COPENHAGEN MARATHON

Wystartował w 1980 r. Biegacze zaczynają przy bulwarze malowniczej dzielnicy portowej Islands Brygge, kwadrans od centrum Kopenhagi, a potem biegną przez słynny zwodzony most Langebro, następnie zaś m.in. przez zielone Osterbro i nowoczesne Vesterbro, obok zamku Rosenborg, Ratusza czy parku rozrywki Ogrody Tivoli i w pobliżu słynnego pomnika syrenki.

Launched in 1980, the race starts at the scenic waterfront district of Islands Brygge, just 15 minutes from downtown Copenhagen. Runners cross the famous Langebro drawbridge, then pass through the green Osterbro and modern Vesterbro neighborhoods, alongside Rosenborg Castle, City Hall, Tivoli Gardens amusement park, and near the iconic Little Mermaid statue.



W 2026 r. Maraton Kopenhaski wystartuje 10 maja.
In 2026, the Copenhagen Marathon will take place on May 10.



” W 2017 r. Maraton na Wielkim Murze Chińskim wygrał Polak – Marcin Świerc. Trasę pokonał w 3:14:34, z aż 18-minutową przewagą nad drugim zawodnikiem.

In 2017, a Pole, Marcin Świerc won the Great Wall of China Marathon. He completed the course in 3:14:34, finishing a full 18 minutes ahead of the runner-up.

↓ MARATON NA WIELKIM MURZE CHIŃSKIM

GREAT WALL OF CHINA MARATHON

Jeden z najtrudniejszych światowych maratonów. To odbywające się od 1999 r. wyzwanie, podczas którego trzeba pokonać m.in. ponad 5 tys. kamienistych schodów 6-kilometrowego fragmentu Muru Chińskiego (III w. p.n.e.), czyli jednego z siedmiu cudów świata. Ponadto zawodnicy biegną przez tradycyjne wioski na przełęczy Huangya. Bieg jest dość kameralny – w tym roku ukończyło go 334 zawodników.

Przyszła edycja – 1 marca 2026 r.

One of the toughest marathons in the world.

Since 1999, this challenge requires runners to conquer over 5,000 rocky steps along a 6-kilometer stretch of the Great Wall of China (3rd century BCE), one of the Seven Wonders of the World. The route also passes traditional villages at Huangya Pass. The race is relatively small. This year, 334 runners finished. The next edition takes place on March 1, 2026.



↑ MARATON LONDŃSKI LONDON MARATHON

Trasa istniejącego od 1981 r. maratonu jest idealna dla tych, którzy nie byli wcześniej w Londynie, a chcieliby go zwiedzić... biegiem. Startuje w Charlton i ciągnie się obok m.in. Tower Bridge, Tower of London, Big Bena i pałacu Buckingham, a kończy się w historycznej dzielnicy The Mall. Najstarszy uczestnik, któremu udało się ukończyć rywalizację, miał 93 lata, a zaczął biegać ledwie cztery lata wcześniej. Ważnym elementem wyścigu jest aspekt charytatywny, co roku podczas biegu zbierane są datki dla potrzebujących. W przyszłym roku maraton odbędzie się 26 kwietnia.

The route of the marathon, held since 1981, is perfect for those who have never been to London but want to explore it by running. It starts in Charlton and passes landmarks such as Tower Bridge, the Tower of London, Big Ben, and Buckingham Palace, finishing in the historic Mall district. The oldest finisher was 93 years old, having taken up running only four years earlier. An important part of the race is its charitable aspect, with donations collected each year for those in need. Next year's marathon will take place on April 26.





HOTEL BRISTOL
WARSAW

Experience Timeless Elegance



MARRIOTT
BONVOY

hotelbristolwarsaw.com



← **MARATON PARYSKI** PARIS MARATHON

Podobno nie ma lepszego sposobu, by zobaczyć Miasto Świata. Trasa wiedzie wzdłuż brzegu Sekwany, biegnąc obok m.in. placu Bastylli czy Luwru. Uczestnicy startują

na Polach Elizejskich, a kończą wyścig w okolicach Łuku Triumfalnego. Jest to jeden z największych maratonów na świecie – w ubiegłym roku ukończyło go 55 499 osób. Kolejna edycja – 12 kwietnia 2026 r. There is reportedly no better way to see the City of Light. The route runs along

the Seine, passing landmarks such as Place de la Bastille and the Louvre. Runners start on the Champs-Élysées and finish near the Arc de Triomphe. It is one of the largest marathons in the world – last year, 55,499 people completed the race. The next edition will take place on April 12, 2026.

” Maraton Paryski odbędzie się 12 kwietnia 2026 r. To jeden z największych maratonów na świecie.

The Paris Marathon will take place on April 12, 2026. It is one of the largest marathons in the world.



← **MARATON KRAKOWSKI** KRAKOW MARATHON

Odbyna się od 2002 r. Start i meta zlokalizowane są na Rynku Głównym, a podczas trasy można podziwiać m.in. Wawel, Sukiennice, a nawet kładkę Bernatka. Uczestnicy biegną też przez Nową Hutę. Maraton organizowany jest z dbałością o środowisko – organizatorzy wprowadzili ekokubeczki i talerze oraz promują używanie wody z hydrantów. Start 19 kwietnia 2026 r. The marathon has been held since 2002. The start and the finish are located at the Main Market Square, and along the route you can admire sights such as Wawel Castle, the Cloth Hall, and even the Bernatek Footbridge. Runners also pass through Nowa Huta. The event is eco-friendly – organizers use eco cups and plates and promote drinking water from hydrants. The next race starts on April 19, 2026. ■



Połączenia
Connections

KRK → **ORY**
KRAKÓW ORŁY

Sprawdź
Check

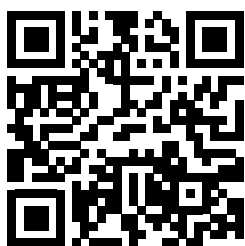
LOT.COM

NATIONAL
GEOGRAPHIC

TRAVELER

CUDA

POLSKI
2025



GŁOSUJ NA
CUDA POLSKI 2025

fot. shaiith

Sponsor:

kinder 
Country



ADVERTORIAL

PianoForte w Warszawie - inwestycja klasy premium od BPI Real Estate Poland

PianoForte – wysokiej klasy apartamenty w unikalnej lokalizacji

PianoForte to prawdziwie unikalna lokalizacja w samym sercu Dolnego Mokotowa w Warszawie. To wyjątkowy adres, łączący elegancję, historię, prestiż, komfort życia i zielone otoczenie w jednym projekcie. PianoForte to ostatni brakujący element domykający tę część miasta urbanistycznie i architektonicznie. Absolutnie wyjątkową wartość inwestycji definiuje jego położenie tuż obok parków i tras spacerowych.

Zielone otoczenie

Lokalizacja PianoForte to bogata historia i otoczenie terenami zielonymi: park Morskie Oko, Łazienki Królewskie czy aleje Spacerowa i Belwederska. Położenie inwestycji ma wartość krajobrazową, ale i historyczną – projekt znajduje się wzdłuż traktu królewskiego między Starym Miastem a Wilanowem. Dodatkowym atutem jest usytuowanie na Mokotowie, jednej z najpopularniejszych i prestiżowych dzielnic mieszkaniowych Warszawy.

Wszystko w 15-minutowym zasięgu

Inwestycja wpisuje się w ideę miasta 15-minutowego, zapewniając mieszkańcom bliskość kluczowych usług i infrastruktury w zasięgu krótkiego spaceru. Nie tylko zwię-

sza to komfort, ale także ogranicza konieczność codziennych dojazdów samochodem, co w połączeniu ze świetnym dostępem do komunikacji miejskiej stanowi jeden z kluczowych atutów lokalizacji PianoForte.

Odpowiedzialna przyszłość

PianoForte zostało zaprojektowane z myślą o przyszłych pokoleniach. Zgodnie ze strategią zrównoważonego rozwoju BPI Real Estate Poland - dewelopera realizującego projekt, PianoForte będzie wyposażone w liczne ekologiczne rozwiązania. Wśród nich znajdują się system odzysku wody deszczowej, panele fotowoltaiczne oraz pompy ciepła, które ograniczą zużycie mediów i zmniejszą emisję CO₂. Dodatkowo mieszkania charakteryzują się panoramicznymi przeszkleniami i zaokrąglonymi

oknami, które stworzą przestrzeń pełną światła i zapewnią niezakłócony widok aż po horyzont.

Apartamenty z historią w tle

Nazwa inwestycji jest hołdem dla lokalnej historii. W miejscu, gdzie powstaje PianoForte, przed wojną znajdowała się Fabryka Pianin i Fortepianów Małecki. Dziedzictwo muzyczne instrumentów, które podbiły serca miłośników muzyki, a dziś stanowią egzemplarze muzealne zostało zachowane poprzez nazwę PianoForte oraz artystyczne detale w lobby dodatkowo podkreślające indywidualny charakter inwestycji.

Więcej informacji na:
apartamenty-pianoforte.pl

☎ 799 360 000



PianoForte in Warsaw – a premium-class development by BPI Real Estate Poland

Residences with a musical legacy

The name PianoForte pays homage to the site's historical roots. Before the war, it was home to the renowned Małeckie Piano and Grand Piano Factory. The musical legacy of these once-celebrated instruments, now museum pieces, lives on through the name PianoForte and the artistic elements in the lobby that reflect the distinctive character of this unique development.

More at:
apartamenty-pianoforte.pl
 ☎ 799 360 000

PianoForte – high-end flats in a unique location

PianoForte is a truly unique location in the heart of Warsaw's Lower Mokotów district – a prestigious address where elegance, heritage, comfort, and greenery converge. The development completes the architectural and urban fabric of the area. Its exceptional value lies in its setting near parks and walking trails.

A green setting

PianoForte is surrounded by greenery and steeped in history. It is located near Morskie Oko Park, Łazienki Królewskie, and the historical avenues of Spacerowa and Belwederska. Positioned along the Royal Route connecting the Old Town to Wilanów, the site holds both scenic and cultural significance. Situated in Mokotów – one of Warsaw's most desirable residential districts – the development offers both prestige and everyday convenience.

Everything within 15 minutes

Designed with the principles of the 15-minute city in mind, PianoForte places essential amenities and services within walking distance. This not only enhances daily comfort

but also reduces reliance on cars. Excellent access to public transport further adds to the appeal of its location.

A responsible future

PianoForte has been created with future generations in mind. In line with BPI Real Estate Poland's sustainability strategy, the development will feature a range of environmentally conscious solutions – including rainwater harvesting systems, photovoltaic panels, and heat pumps – to reduce utility consumption and CO₂ emissions. The flats will also benefit from panoramic glazing and elegant curved windows, offering interiors filled with natural light and uninterrupted views stretching to the horizon.



Lecimy na studia?

OFF TO UNIVERSITY?

Maria Skłodowska-Curie studiowała na Sorbonie, Bill Gates – na Harvardzie, zaś Olga Tokarczuk – na Uniwersytecie Warszawskim.

A ty którą uczelnię wybierzesz?

Maria Skłodowska-Curie studied at the Sorbonne, Bill Gates at Harvard, and Olga Tokarczuk at the University of Warsaw. And you?

Which university will you choose?

tekst / by **AGNIESZKA MICHALAK**



PL

Na niektórych uczelniach we Francji, Danii czy Finlandii w trakcie studiów nie ma typowych egzaminów, studenci uzyskują oceny w trakcie trwania całego semestru, podczas prezentacji czy prac zespołowych. Po ukończeniu studiów w Kanadzie można się ubiegać o stały pobyt, a we Włoszech czy Hiszpanii studencką tradycją są wspólne sjeśty, kolacje i wyjazdy. Jakże jeszcze czynniki wpływają na to, że coraz więcej Polaków wybiera studia za granicą?

Rzeczywiście, szacuje się, że na uczelniach za granicą uczy się już ponad 50 tys. polskich studentek i studentów. I z każdym rokiem jest więcej chętnych. Powodów jest

ENG

Some French, Danish and Finnish universities do not have traditional exams, but grade their students on their presentations and group work during the semester. In Canada, graduates can apply for permanent residency, while in Italy and Spain, student life often includes shared siestas, dinners, and trips. What other factors are making more and more Poles choose to study abroad?

It is estimated that over 50,000 Polish students are currently enrolled in universities abroad and that number is increasing every year. There are several reasons for this, and the ones you men-



Założony w 1209 r. Uniwersytet Cambridge jest drugą po Uniwersytecie Oksfordzkim najstarszą angielską uczelnią wyższą. Founded in 1209, the University of Cambridge is the second-oldest university in England, after the University of Oxford.

kilka, a te, które wymieniałś są na pewno brane pod uwagę przez młodych ludzi, bo dla nich liczy się dziś umiejętność odnalezienia się w międzynarodowym środowisku. Ważne też, że nie ma już bariery językowej. Pokolenie Z mówi świetnie po angielsku, wiele rodzin podróżuje za granicę na wakacje, więc dzieciaki od najmłodszych lat uczą się otwartości, są ciekawe świata. Poza tym studiowanie już dawno nie oznacza jedynie zdobywania wiedzy czy konkretnego wykształcenia. To kształtowanie charakteru, nabieranie odwagi, budowanie relacji i sieciowanie kontaktów. W przypadku studiów za granicą to również możliwość poznania kultury danego kraju. A jeśli skończyliśmy uczelnię z czołówki rankingu szanghajskiego, który ocenia m.in. liczbę noblistów, prestiż kadry czy mierzy wpływ publikacji naukowych, to rynek pracy automatycznie nam się otwiera.

Na szczycie rankingu, o którym wspominasz, są Harvard University, Stanford, Massachusetts Institute of Technology, Cambridge, Berkeley i Oxford. Skończenie takiej uczelni to rzeczywiście gwarancja sukcesu na rynku pracy?

To zależy od sektora, w którym absolwent chce pracować. W administracji publicznej nie ma to dużego znaczenia, międzynarodowych korporacjach już tak. Uczelnie techniczne często współpracują z globalnymi firmami, jak Google, Microsoft czy Boeing, oferując studentom atrakcyjne staże i praktyki, co może być początkiem ich kariery zawodowej. Renoma uczelni ma też znaczenie, jeśli chcemy np. podjąć studia doktoranckie. Pamiętajmy też, że te prestiżowe szkoły często dają możliwość swoim studentom uczestnictwa w międzynarodowych projektach badawczych prowadzonych przez wybitnych naukowców, zdobycia grantów na realizację swoich badań i nauki w najlepszych laboratoriach badawczych.

Od czego zacząć przygotowania?

Najlepiej nie zostawiać tego na ostatnią chwilę, czyli czwartą klasę liceum, tylko wybrać uczelnię **nieco**

Za studia w Wielkiej Brytanii średnio trzeba zapłacić 30 tys. funtów rocznie.

Studying in the UK costs an average of £30,000 per year.

tioned definitely matter to young people because they value the ability to thrive in an international environment. It's also important that the language barrier is no longer an issue. Gen Z speaks excellent English, and many families holiday abroad, so their children grow up open-minded and curious about the world. Not only that but studying is no longer just about acquiring knowledge or a degree. It's about shaping character, gaining confidence, building relationships, and networking. Studying abroad also offers a deeper understanding of a country's culture. And if you've graduated from a university listed in the Shanghai Ranking, which evaluates things like Nobel laureates, faculty prestige, and the impact of academic publications, the job market often opens up to you.

Harvard, Stanford, the Massachusetts Institute of Technology (MIT), Cambridge, Berkeley, and Oxford top the ranking you just mentioned. Does graduating from one of these universities really guarantee success in the job market?

It depends on the sector the graduate wants to work in. It doesn't count for much in public administration, but international corporations are another story. Technical universities often collaborate with global companies like Google, Microsoft, or Boeing. These companies offer students attractive internships and placements, which can kick-start their careers. A university's reputation also matters if, say, you want to pursue a PhD. Let's not forget that these prestigious schools often give their students opportunities to take part in international research projects led by top scientists, apply for grants to fund their own studies, and work in some of the world's best research labs.

When and how should you start preparing?

It's best not to leave it until the last minute – like the final year of high school – but instead to choose a university a bit earlier and carefully familiarize yourself with the application requirements. It's important to know that even universities in the European Union (EU) use different scoring systems. Many international universities require an additional language certificate or an International Baccalaureate diploma. In the Netherlands and Germany, entrance interviews and exams are common. These require solid preparation, and applications must be submitted months before your final exams. In Japan, there's a "zero year", i.e. a preparatory year before studies begin. American universities often require students to take the Scholastic Assessment Test (SAT). There's also a whole group of art schools – many Poles choose institutions in Austria or Hungary – that require a portfolio of work. To avoid missing any crucial step during the admissions pro-



wcześniej i dokładnie zapoznać się z zasadami rekrutacji. Warto wiedzieć, że nawet w Unii Europejskiej szkoły wyższe mają różne systemy punktowania. Na wielu zagranicznych uniwersytetach wymagany jest dodatkowy certyfikat językowy albo dyplom matury międzynarodowej International Baccalaureate. W Holandii i w Niemczech często przeprowadzane są rozmowy rekrutacyjne i egzaminy wstępne, do których należy się dobrze przygotować, a aplikacje do nich trzeba złożyć wiele miesięcy przed przystąpieniem do matury. Japonia ma tzw. rok zerowy, przygotowawczy do studiów. Uczelnie amerykańskie często wymagają zaś zdania testu predyspozycji SAT (Scholastic Assessment Test). Jest jeszcze cała grupa uczelni artystycznych – Polacy wybierają np. austriackie bądź węgierskie szkoły, na które trzeba dodatkowo przygotować tzw. teczkę, czyli próbki swoich prac. By niczego nie pominąć podczas rekrutacji, polecam konsultować się z hubami, które działają przy uczelniach, oraz uczestniczyć w dniach otwartych i targach edukacyjnych. Podczas takich wydarzeń wykładowcy i studenci dają praktyczne wskazówki, jak najlepiej przygotować się do rekrutacji i co zrobić, aby dostać się na wymarzoną uczelnię.

A co ma zrobić licealista, który wybrał uczelnię za granicą, ale nie ma wystarczająco dobrych ocen, by otrzymać stypendium naukowe – średnio tylko 10 proc. uczniów je uzyskuje. A przecież studiowanie poza Polską kosztuje krocie, nawet jeśli wybraliśmy uczelnię bezpłatną. Co w takiej sytuacji?

Faktycznie bariera finansowa jest dla wielu młodych ludzi problemem – akademik np. w Holandii, gdzie studia są bezpłatne, to koszt ok. 800 euro miesięcznie, zaś wynajęcie mieszkania jest jeszcze droższe. Z kolei miejsc pracy dorywczej dla studentów, zwłaszcza w mniejszych miastach, gdzie mieszczą się kampusy, nie ma. W takim przypadku dobrym rozwiązaniem jest rozpoczęcie studiów na polskiej uczelni, a po kilku miesiącach skorzystanie z programu Erasmus+ finansowanego przez Unię Europejską, który pokrywa koszty studiowania. Uczniowie objęci programem są zwolnieni z opłat za naukę, rejestrację, egzaminy i dostęp do zasobów bibliotecznych oraz laboratoryjnych na uczelni przyjmującej. Uczestnicy otrzymują też stypendia, które pomagają w pokryciu kosztów zakwaterowania, wyżywienia i podróży. Ich wysokość zależy od kraju docelowego, a także od ustaleń konkretnej uczelni. Dofinansowanie Erasmus+ np. dla hiszpańskich uczelni to ok. 670 euro miesięcznie. Żeby móc skorzystać z tego programu, zazwyczaj wymagane jest ukończenie pierwszego semestru danego kierunku i znajomość języka obcego na poziomie B1. Uczelnie w ramach swoich biur współpracy z zagranicą mają profesjonalnych pracowników, którzy pomagają w złożeniu wniosku i wyborze miejsca wyjazdu. Jeśli



Studiowanie już dawno nie oznacza jedynie zdobywania wiedzy czy konkretnego wykształcenia. To kształtowanie charakteru, nabieranie odwagi, budowanie relacji i sieciowanie kontaktów.

Studying is no longer just about acquiring knowledge or a degree. It's about shaping character, gaining confidence, building relationships, and networking.

cess, I advise consulting the student hubs that operate at universities. I also recommend attending open days or education fairs, where lecturers and current students offer practical tips on how to best prepare your application and increase your chances of getting into your dream school.

The financial barrier is a significant issue for many young people. For example, in the Netherlands, a student dormitory can cost around €800 per month, and renting an apartment is even more expensive. Moreover, there are few part-time jobs available, especially in smaller centres.

In this case, a good option is to begin your studies at a Polish university and, after a few months, take advantage of the Erasmus+ program. This program is funded by the EU and covers many study-related expenses. Participants are exempt from tuition fees, registration charges, and lab or library fees at the host university. They also receive grants to help with housing, food, and travel. The amount depends on the destination country and the individu-

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie to najstarsza uczelnia ekonomiczna w Polsce.

The Warsaw School of Economics is the oldest economics university in Poland.

ktoś naprawdę chce wyjechać za granicę, Erasmus+ bardzo to ułatwia. W wymianach można brać udział kilkukrotnie – raz na studiach licencjackich, raz na magisterskich i raz na doktoracie. Zresztą można też skorzystać z nieco krótszej wymiany już w liceum.

Najczęściej na świecie wybieranymi kierunkami przez przyszłych studentów są: informatyka, potem psychologia, zarządzanie oraz studia medyczne. Które z nich warto studiować za granicą, a które wybrać jednak na polskich uczelniach?

USA, Niemcy, Francja – te państwa mają świetne uczelnie techniczne, a na nich kierunki związane z technologią, IT czy sztuczną inteligencją. Massachusetts Institute of Technology (MIT) to absolutnie numer jeden, by studiować informatykę. Stanford słynie z innowacji, świetne programy techniczne ma ETH Zurich. Psychologia na bardzo wysokim poziomie jest na Uniwersytecie Amsterdamskim czy University College London, zaś z kierunków medycznych słyną uniwersytet w Toronto czy Instytut Karolinska, ale też Uniwersytet Medyczny im. Piastów Śląskich we Wrocławiu. W Polsce na pewno warto wybierać uczelnie humanistyczne. Dość wspomnieć Filmówkę w Łodzi, która jest wymieniana jako jedna z najlepszych tego typu uczelni na świecie. Podobnie jest z Akademią Sztuk Pięknych w Warszawie oraz Krakowie czy Uniwersytetem Muzycznym Fryderyka Chopina. Nie mamy się czego wstydić, nasze szkoły wyższe są na coraz lepszym

al university's arrangements. For example, the Erasmus+ grant for Spanish universities is about €670 per month. To qualify, students typically need to complete their first semester and have B1-level proficiency in a foreign language. Most universities have international offices with staff who help students prepare applications and select a host school. For anyone determined to study abroad, Erasmus+ makes it considerably easier. You can take part in the program more than once, during your undergraduate, graduate, and doctoral studies. There is also an opportunity to join a shorter exchange program in high school.

The most popular fields of study among future students worldwide are computer science, followed by psychology, management, and medicine. Which of these are worth studying abroad, and which are better pursued at Polish universities?

The USA, Germany, and France all have excellent technical universities offering top programs in technology, IT, and artificial intelligence. MIT is the number one place to study computer science. Stanford is known for innovation, while ETH Zurich offers outstanding technical programs. Psychology is taught at a very high level at the University of Amsterdam and University College London. When it comes to medical studies, top institutions include the University of Toronto, the Karolinska Institute, and Poland's very own Wrocław Medical Universi-

Wnętrze Centrum Edukacyjnego The Hive na terenie Uniwersytetu Technologicznego Nanyang w Singapurze.

Interior of The Hive Learning Centre at Nanyang Technological University in Singapore.



THAMES BRITISH SCHOOL **WARSAW**

INTERNATIONAL SCHOOL

- A leading international school in Warsaw that offers the full complement of education for children aged 2,5 to 19.
- Fully accredited to deliver the Cambridge International Curriculum to Primary, Secondary (IGCSE) and High School (A LEVEL).
- Authorised to deliver the International Baccalaureate Diploma Programme (IB DP).
- Teachers are qualified, experienced and native level speakers of English.
- More than 50 nationalities. International and multicultural atmosphere.
- Four campuses in Warsaw: Ochota Campus, Włochy Campus, Mokotów Primary Campus, Mokotów High School Campus.



CAMBRIDGE
International Education

Cambridge International School



ib Diploma
Programme

Jeśli skończyliśmy uczelnię z czołówki rankingu szanghajskiego, to rynek pracy automatycznie nam się otwiera.

And if you've graduated from a university listed in the Shanghai Ranking, the job market often opens up to you.

poziomie, co potwierdza chociażby program „Polskie Powroty”, który prowadzi Narodowa Agencja Wymiany Akademickiej (NAWA).

Co taki program oferuje polskim naukowcom?

Jego celem jest umożliwienie najlepszym naukowcom, którzy rozwinęli swoje kariery poza granicami kraju, powrotu do ojczyzny i rozpoczęcia pracy w polskich uczelniach czy instytucjach. Otrzymują oni finansowanie nie tylko dla siebie, ale też dla własnej grupy projektowej, dzięki czemu mogą rozwijać swoje, często nowatorskie badania. W ten sposób polskie uczelnie mogą mieć wśród swoich pracowników specjalistów z doświadczeniem międzynarodowym, którzy będą się dzielić swoją wiedzą. W ostatnich latach już kilkadziesiąt osób skorzystało z możliwości powrotu do kraju z takich ośrodków jak Uniwersytet Kalifornijski w San Diego, Uniwersytet Humboldtów w Berlinie czy Aarhus University w Danii. Z drugiej strony NAWA prowadzi też programy skierowane do polskich naukowców, którzy chcieliby wyjechać za granicę, by prowadzić badania w innym środowisku, np. „Bekker” czy „Walczak”.

Które uczelnie zagraniczne wybierają Polacy?

Dziś to szkoły w Holandii, np. Uniwersytet w Amsterdamie, czy w Irlandii – University College Dublin. Wzrost zainteresowania notują także włoskie uczelnie, jak Uniwersytet Bocconi w Mediolanie i Uniwersytet La Sapienza w Rzymie. Przez wiele lat najpopularniejsze były uczelnie brytyjskie, zmienił to jednak brexit. Z najnowszych danych opublikowanych przez *Opportunities and insight* wynika, że do systemu rekrutacji na rok akademicki 2025/2026 zarejestrowało się ok. 600 osób wskazujących Polskę jako miejsce zamieszkania. Wpływają na to wysokie koszty, średnio za samo studiowanie musimy w Wielkiej Brytanii zapłacić 30 tys. funtów rocznie.

Z drugiej strony coraz więcej studentów przyjeżdża studiować do Polski. Dlaczego wybierają nasz kraj?

Z badań wynika, że obcokrajowcy doceniają bezpieczeństwo, brak presji ze strony wykładowców, a co za tym idzie – komfort studiowania. Bardzo dobrze oceniają poziom nauki i podkreślają, że często nie odbiega od tego, co doświadczali w krajach zachodnich. Chwalili również dobre warunki na uczelniach i w naszych akademikach, np. przy Szkole Głównej Handlowej w Warszawie, gdzie w zeszłym roku otwarto dom studenta po remoncie, który komfortem nie odbiega od dobrego hotelu. ■



dr Damian Syjczak

Ekspert ds. szkolnictwa wyższego, zastępca przewodniczącego Rady NAWA, adiunkt w SGH.

Higher education expert, Deputy Chair of the NAWA Council, Assistant Professor at the Warsaw School of Economics.

ty. In Poland, it's definitely worth considering humanities programs. Just think of the Łódź Film School, which is consistently ranked among the world's best. The same goes for the Academies of Fine Arts in Warsaw and Kraków, or the Fryderyk Chopin University of Music. There is nothing to be embarrassed about – Polish universities are constantly improving, as confirmed by the “Polskie Powroty” (Polish Returns) program run by the National Academic Exchange Agency (NAWA).

What does such a program offer Polish scientists?

The goal of the program is to allow top Polish scientists who have established careers abroad to return home and work at Polish universities and other tertiary institutions. They receive funding for both themselves and their research teams, allowing them to pursue innovative projects. This way, Polish universities can have specialists with international experience among their staff, who can share their knowledge. In recent years, dozens of people have returned from centres like the University of California San Diego, Humboldt University in Berlin, and Aarhus University in Denmark. On the other hand, NAWA also runs programs aimed at Polish scientists who want to go abroad to conduct research in a different environment, such as the “Bekker” and “Walczak” programs.

Which foreign universities do Poles choose?

Today, popular schools include those in the Netherlands – e.g. the University of Amsterdam – and in Ireland, e.g. University College Dublin. Interest is also growing in Italian universities, such as Bocconi University in Milan and La Sapienza University in Rome. For many years, British universities were the most popular, but Brexit has put paid to that. According to recent data published by *Opportunities and Insight*, about 600 people who registered for the 2025/2026 academic year application system listed Poland as their country of residence. High costs are certainly a factor, as the average annual cost of study alone is £30,000 in the UK.

More and more students are coming to study in Poland. Why do they choose our country?

Research shows that foreigners appreciate the safety and the lack of pressure from lecturers, which creates a comfortable study environment. They rate the level of education very highly and emphasize that it often matches what they have experienced in Western countries. They also praise the facilities at universities and dormitories, such as those at the Warsaw School of Economics, where a student house reopened after renovation last year, offering amenities comparable to those of a good hotel. ■



Nowość!

WIETNAM

DOŚWIADCZ PONADCZASOWEGO PIĘKNA

bezpośrednio Dreamlinerem

 **ZIMA
25/26**

WWW.ITAKA.PL





Pomaganie to przywilej

HELPING IS A PRIVILEGE

Wrzesień to Miesiąc Świadomości Nowotworów Dziecięcych. Dzięki sportowo-charytatywnej akcji RakReaton możesz wesprzeć małych pacjentów.

September is Childhood Cancer Awareness Month. You can support young cancer patients through the sports and charity campaign, RakReaton.

tekst / by **AGNIESZKA PERCZYK**

PL

W Polsce symbolem solidarności z małymi pacjentami jest Złota Wstążka – ogólnopolska kampania społeczna organizowana przez Fundację Na Ratunek Dzieciom z Chorobą Nowotworową we współpracy z innymi fundacjami onkologicznymi.

JAK MOŻESZ POMÓC?

Jednym z kluczowych elementów kampanii jest RakReaton – sportowo-charytatywna akcja, do której dołączyć może każdy: indywidualnie, z przyjaciółmi lub w ramach firmy. Przez cały wrzesień uczestnicy zbierają 1,2 mln km. Za wspólnie pokonane kilometry partnerzy akcji przekażą 120 tys. zł na wsparcie młodych pacjentów: psychoterapię, rehabilitację i nierefundowane terapie.

Do udziału wystarczy pobrać darmową aplikację Move4Kids i ruszyć się – biegać, spa-

ENG

The Gold Ribbon Campaign is a nationwide social campaign that symbolises solidarity with young cancer patients in Poland. It is organised by the Na Ratunek Dzieciom z Chorobą Nowotworową [To the Rescue of Children with Cancer] Foundation in conjunction with several other oncological foundations.

HOW CAN YOU HELP?

RakReaton is a key plank of the campaign. This is a charitable sports challenge that anyone can join – either individually or as part of a company. Participants have to rack up 1.2 million km throughout September. Once this distance is covered in aggregate, the campaign's partners will donate 120,000 PLN to support young cancer patients: psychotherapy, rehabilitation, and treatments that are not reimbursed. To enter, simply download

Chcesz pomóc małym pacjentom? Ściągnij darmową aplikację Move4Kids i zacznij się ruszać: biegać, jeździć na rowerze, spacerować.

Do you want to help young patients? Then download the free Move4Kids app and start running, walking, or cycling.

cerować, jeździć na rowerze. Kilometry liczą się automatycznie, a każdy z nich ma realne znaczenie. RakReaton to sposób, by pomagać dzieciom chorym na nowotwory, nawet jeśli na co dzień nie mamy z tym tematem styczności.

Kampania Złotej Wstążki to nie tylko liczby. To przede wszystkim nadzieja, wsparcie i głośny apel o uwagę dla dzieci, które codziennie mierzą się z nowotworem. Pomóc może każdy – wystarczy ruszyć się z miejsca. ■

the Move4Kids app and get moving – run, walk, or cycle. The kilometres are counted automatically and every one of them really does count. RakReaton is a way to help children with cancer, even if we do not come into contact with this topic every day.

The Gold Ribbon Campaign is not just about numbers. It is mostly about giving hope and support to, and sending out a loud appeal for, children who grapple with cancer every day. Anyone can help – all it takes is to get moving. ■



Modern
Mokotów

NAJLEPSZY PROJEKT NA MOKOTOWIE

MIASTO ŻYJE TUTAJ



naprzeciwko Westfield Mokotów



+22 660 48 45

modernmokotow.archicom.pl



Archicom
ECHO GROUP



↓ KNEDLE Z KARMELIZOWANĄ MARCHEWKĄ

Knedle with Caramelized Carrot

Tradycyjne knedle w Alpach robiło się z tego, co było pod ręką. Z ziemniaków, czasami z czerstwego pieczywa bądź twarogu. Dziś na bazie tego prostego sycącego dania tworzą się wariacje – do klusek dodawane są karmelizowane marchewki, sok z owoców cytrusowych, ale też boczek, śliwki, a nawet ricotta, mięta i mus jabłkowy.

Traditionally, knedle in the Alps were crafted from readily available ingredients such as potatoes, stale bread, or farmer's cheese. Today, this simple, hearty dish has evolved into a variety of creative versions. Modern knedle are now paired with imaginative combinations like caramelized carrots, citrus juice, bacon, plums, or even ricotta, mint, and applesauce.



Ze szczytu Culinary Heights

Kuchnia gór jest sycąca, prosta i treściwa. Ale kto powiedział, że równocześnie nie może być zaskakująca, wyrafinowana i inspirująca?

Mountain cuisine is often characterized as filling, simple, and hearty.
But who says it can't also be surprising, refined, and inspiring?



tekst / by
KATARZYNA KACHEL

Dziennikarka NG Traveler, pisarka
NG Traveler journalist, a writer



← RACLETTE

Kiedy myślę raclette, od razu cieknie mi ślinka. Uwielbiam to danie w najprostszej wersji. Takiej, gdzie głównym bohaterem jest stopiony ser podawany z prostymi dodatkami, jak ziemniaki i cebula. Pierwotnie raclette było przyrządzane przez szwajcarskich pasterzy na gorących kamieniach ułożonych wokół paleniska, dziś tę górską potrawę można zrobić na patelni. The mere thought of raclette is enough to make mouths water. This beloved Alpine classic celebrates simplicity, with melted cheese as its undeniable star, traditionally served with basic sides like boiled potatoes and onions. Originally, raclette was prepared by Swiss shepherds on hot stones placed around a fire. Today, this mountain dish is commonly made in a pan.



” Austriacki omlet cesarski, czyli kaiserschmarrn, jest doskonały także z musem jabłkowym, wanilią i cynamonem.

The Austrian imperial omelette, or Kaiserschmarrn, is particularly delicious when served with applesauce, vanilla, and cinnamon.



← ALPEJSKI SER Z KWIATAMI

Alpine Cheese with Herb Flowers

Ser z chabrem i płatkami róż? Tak, nie oszalałam. Ten długo dojrzewający ser, którego skórka pełna jest zatopionych ziół, wśród których są m.in. lawenda, chabry i róże. Ma kremowy, orzechowy smak i pachnie górską łąką.

Cheese with cornflower and rose petals? It may sound surprising, but this long-ripened cheese is a true delicacy. Its rind is studded with a blend of herbs, including lavender, cornflowers, and roses, giving it a creamy, nutty flavour and the enchanting scent of a mountain meadow.



↑ KAISERSCHMARRN

Podawany zarówno w alpejskich schroniskach, jak i najlepszych wiedeńskich restauracjach. Omlet cesarski, który w trakcie smażenia ulega lekkiej dekonstrukcji, czyli jest szarpany widelcami na kawałki, najlepiej mi smakuje z rodzynkami i migdałami moczonymi w rumie.

A dish enjoyed in both rustic Alpine huts and the finest Viennese restaurants, Kaiserschmarrn is an imperial omelette that is deliberately torn into pieces with forks as it is cooked. It is particularly delicious when served with raisins and almonds soaked in rum.



← DAL BHAT

Im wyżej w górę, tym wariacji na temat tego dania więcej. Każda nepalska rodzina przygotowuje go po swojemu. Ale podstawą jest zwykłe sycący, gotowany ryż bhat, a gdy go brakuje – kasza, jęczmień bądź kukurydza, plus dal gotowany z soczewicy, pomidorów, cebuli, z dodatkiem tamaryndowca, czosnku, imbiru, kuminu czy kolendry.

The higher you travel into the mountains, the more variations of this dish you'll find, as every Nepali family has its own unique way of preparing it. The base is usually hearty rice, known as bhat. When rice is not available, it is replaced with grains like millet, barley, or corn. The accompanying dal is made from lentils, tomatoes, and onions, with seasonings like tamarind, garlic, ginger, cumin, or coriander.

→ RÖSTI

Szwajcarski klasyk, do którego wystarczą ziemniaki, szczypta soli, tłuszcz, a jak kto ma i lubi, może dodać gałkę muszkatołową. Potrawa, którą przyrządza się z gotowanych kartofli startych na tarce o grubych oczka, smażonych z obu stron na złoty kolor. Dziś najczęściej serwuje się je z jajkiem, skwarkami i serem.

A Swiss classic defined by its simplicity, Rösti requires only a few staple ingredients: potatoes, a pinch of salt, and fat. This dish is prepared from boiled potatoes, which are coarsely grated and then pan-fried on both sides until golden brown. Today, it's most often served with a fried egg, crisp bacon, and cheese.



← PIEROŻKI MOMO

Momo Dumplings

Mają korzenie w Tybecie, Nepalu i Bhutanie, gdzie przyrządza się je z mąki i wody, gotuje na parze, a farsz robi się z mięsa, warzyw i przypraw. Występują też w wersji smażonej. Uwielbiam je winać z pomidorowo-selerowym sosem, w którym wyczuwam nutki kurkumy, kolendry, pieprzu syczuańskiego i czosnku. Można je posypać cebulką lub świeżymi ziołami.

They have their roots in Tibet, Nepal, and Bhutan, where they are made from flour and water, steamed, and filled with meat, vegetables, and spices. They also come in a fried version. I love eating them with a tomato-celery sauce, with hints of turmeric, coriander, Sichuan pepper, and garlic. They can be topped with crisp onions or fresh herbs.





← OSCYPEK

Trzeba wydoić 20 owiec, by z ich mleka bisa mógł „upuczyć” (ugnieść) jednego oscypka. Tak mi mówili górale.

Za dawnych czasów wsadzali ser do kieszeni spodni, by mieć na czarną godzinę. I kiedy nadchodziła, sięgali i „scypali” go po trochu, zaspakajając pierwszy głód. Od czynności tej wzięta się nazwa najpopularniejszego produktu pod Tatrami, a od kieszeni w portkach wrzecionowaty kształt dzisiejszych serów.

A single oscypek requires the milk of 20 sheep for a highlander shepherd (baca) to knead. In the old days, the cheese was tucked into trouser pockets as a provision for a rainy day. When the need arose, they would reach in and pinch off small pieces to satisfy their initial hunger. The name of this most popular product in the Tatra Mountains comes from this very act, while the spindle-like shape of today's cheeses was inspired by the shape of those old trouser pockets.

” Tarta z borówkami zbieranymi w górach to sezonowy przysmak Francji.

A seasonal French delicacy, the blueberry tart is crafted with berries foraged in the mountains.



↓ HOT POT

Jak ktoś lubi gotowane kociółki oraz przygodę, to polubi i hot pot. Bo to nie tylko jedzenie, a rytuał. Azjatycki hot pot to celebrowanie, gdzie w centrum stołu znajduje się specjalny garnek z wrzącym bulionem, do którego trafiają mięso, najczęściej poledwica wołowa, tofu, warzywa, grzyby i makaron.

If you enjoy cooking in pots and love a bit of adventure, you'll probably enjoy hot pot too. It's not just a meal, it's a ritual. Asian hot pot is a celebration where a special pot of boiling broth sits at the center of the table, into which go slices of meat, most often beef tenderloin, along with tofu, vegetables, mushrooms, and noodles.



↑ BANOSH

Istna mamalyga. Patelnia pełna sycącej gęstej kaszy kukurydzianej z dodatkiem tłustych skwarek, bryndzy i grzybów nie tylko rozgrzewa, ale jest tak syta, że starcza na kilka godzin. Banosh pochodzi z Karpāt i jest zwykle przyrządzana na śmietanie. Niebo w gębie.

A true mamalyga is a hearty, thick cornmeal porridge with rich bacon bits, bryndza, and mushrooms. This dish not only warms you up but is so filling it keeps you going for hours. Another Carpathian specialty, banosh, is made with sour cream. It's pure heaven on a plate.



NINJA
LUXE CAFÉ
— PREMIER SERIES —

Kawa jak z kawiarni w Twoim domu



EKSPRES DO KAWY 3-W-1
ESPRESSO, COLD BREW & KAWA PRZELEWOWA

TOWAROWA²²

KWARTAŁ MIEJSKICH DOŚWIADCZEŃ

ŻYCIE, PRACA, PRZYJEMNOŚCI

Życie, praca, przyjemności – trzy funkcje, jeden adres z charakterem. Towarowa22 to kwartał miejskiej energii w samym sercu Woli, zaprojektowany tak, by pomieścić całe spektrum codzienności: od życia prywatnego, przez pracę, po miejskie doświadczenia.

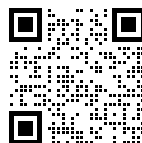
Powstaje w miejscu, które przez dekady współtworzyło krajobraz słów i obrazów – drukując książki, plakaty, manifesty i wspomnienia. Dziś ta historia zyskuje nową formę – bardziej otwartą, bardziej wielowymiarową, bardziej Twoją.





VIBRANT URBAN QUARTER: LIFE, WORK, DELIGHTS

Life, work, delights — three dimensions, one distinctive address. Towarowa22 is a vibrant urban quarter in the heart of Wola, designed to capture the whole rhythm of daily life: from private living and professional pursuits to the pleasures of city experiences. This is a place with a rich history. For decades, it shaped the visual and literary landscape of Warsaw, printing books, posters, manifestos, and memories. Today, that legacy takes on a new form: more open, layered, and personal.



ODKRYJ ADRES
O NIEZWYKŁEJ HISTORII:
DISCOVER AN ADDRESS
WITH A CAPTIVATING STORY:
TOWAROWA22.PL

Kwartal miejskich doświadczeń tworzony przez:
Vibrant urban quarter created by:





1



3

2

SPORTOWA ELEGANCJA

SPORTY ELEGANCE

Co z tego, że liście lecą z drzew, skoro jesień to najlepszy czas na aktywny wypoczynek.

Podpowiadamy, co warto mieć pod ręką.

Leaves may be falling, but that's no excuse to fall out of shape! Autumn is prime time for action — here's what you absolutely need to stay ahead of the game.



4

5



6



13



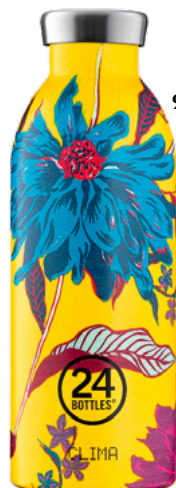
12



11



10



9

1. Komplet Set Marie, 900 zł Set Marie, PLN 900, **PG CLOTHES**
2. Gumka do włosów, 59 zł hair scrunchie, PLN 59, **CRYSTALLOVE**
3. Okulary przeciwsłoneczne **Panarea Unisex**, 315 zł **Panarea Unisex sunglasses** PLN 315, **XLAB** 4. Woda toaletowa **Homme Sport** 75 ml, 485 zł **Homme Sport toilet water** 100,ml PLN 485, **DIOR** 5. Ochrona przeciwsłoneczna SPF-30, 179 zł Sun protection SPF-30, PLN 179, **GROWN ALCHEMIST** 6. Czapka z daszkiem, 249 zł Cap, PLN 249, **POLO RALPH LAUREN**
7. Torebka **Balto Unisex**, 339 zł **Balto Unisex bag**, PLN 339, **CARHARTT WIP** 8. Słuchawki bezprzewodowe **Vibe Beam 2**, 329 zł **Vibe Beam 2 Wireless Headphones**, PLN 329, **JBL** 9. Butelka termiczna **Clima Aster**, 149,99 zł **Clima Aster thermal bottle**, PLN 149,99, **24BOTTLES** 10. Klapki zamszowe **Boston** 719,99 zł **Boston suede flip-flops** PLN 719,99, **BIRKENSTOCK** 11. Top damski **Comfort**, 119 zł **Women's top Comfort** PLN 119, **OYSHO** 12. Mata do jogi, 179 zł **Yoga mat**, PLN 179, **OYSHO** 13. Kurtka sportowa damska, 179 zł **Women's sports jacket**, PLN 179, **OYSHO**

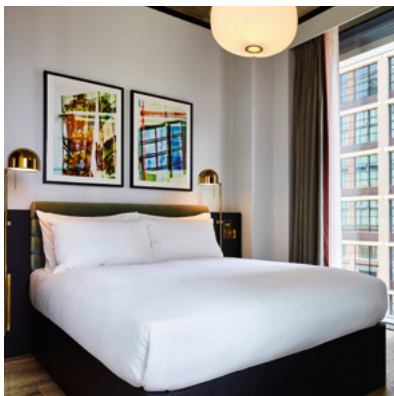


CHARGE 6
ODTWARZAJ I ŁADUJ
W DOWOLNYM MIEJSCU



Dobry adres

Good Address



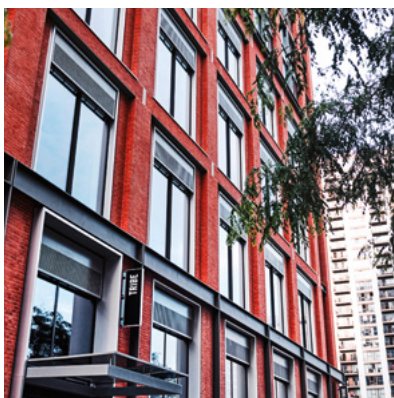
LONDON

TU LICZY SIĘ KAŻDY DETAL EVERY DETAIL MATTERS

Designerskie, luksusowe i wygodne pokoje, swobodna przestrzeń coworkingowa, pyszne śniadania i świetne drinki serwowane przez najlepszych baristów – położony w sercu dzielnicy biznesowej TRIBE London Canary Wharf to dynamiczna baza wypadowa dla tych, którzy podróżują zarówno służbowo, jak i turystycznie. Ten nowoczesny obiekt został otwarty w 2022 r., na wyciągnięcie ręki macie tu Tamizę, całą gamę barów i restauracji, a jednocześnie w zaledwie kilka minut możecie się znaleźć w centrum Londynu (jeden przystanek metrem do O2 Arena i ExCeL London).

Featuring designer, comfortable rooms, a relaxed coworking space, and delicious food and drinks, Tribe London serves as a dynamic base for both business and leisure travelers. Located in the heart of Canary Wharf's business district, this modern hotel opened in 2022, placing the Thames and a wide range of bars and restaurants at your fingertips, and it's just minutes from central London, with a single tube stop to the O2 Arena and ExCel London.

więcej | more: tribehotels.com



REKLAMA



DR BARBARA JERSCHINA FACE & BODY CLINIQUE

Warszawska Face & Body Clinique to ekspert w medycynie estetycznej i anti-aging. – Stosujemy najnowocześniejsze, certyfikowane technologie HI-TECH i preparaty, by zapewnić naszym pacjentom skuteczne i bezpieczne zabiegi – tłumaczy właścicielka kliniki dr Barbara Jerschina. W ofercie m.in. **Endolift, Ulthera Prime, Thermage FLX, Ultraformer Mpt i stymulatory tkankowe.**

Warsaw's Face & Body Clinique is a leader in aesthetic medicine and anti-aging treatments. "We use the latest certified HI-TECH technologies and products to ensure effective and safe treatments for our patients," explains the clinic's owner, Dr. Barbara Jerschina. The clinic's offerings include **Endolift, Ulthera Prime, Thermage FLX, Ultraformer Mpt and tissue stimulators.**



ul. Topiel 18, Warszawa-Powisłe

tel. +48 662 886 601
drjerschina.pl



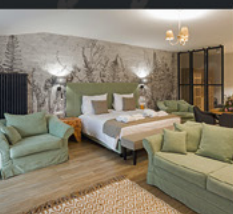
OSTOJA
CHOBIENCE



Ostoj Chobienice

luksusowe pokoje i apartamenty rodzinne | bogata strefa SPA&Wellness | restauracja
PUB | kilka sal bankietowych i warsztatowo-szkoleniowych | autorskie propozycje
atrakcji dla grup zorganizowanych | Akademia Golfa | prywatna plaża przy jeziorze
sportowy sprzęt wodny | trasy rowerowe | kort tenisowy | boisko sportowe | stajnia

KONFERENCJE | SZKOLENIA | WESELA | RODZINNE WAKACJE



www.ostojachobienice.pl | Hotel w Wielkopolsce dla biznesu i rodziny

WARSAW

CHOPIN, JAKIEGO NIE ZNACIE

CHOPIN AS YOU'VE NEVER KNOWN HIM

Art Box Experience to jedno z tych miejsc, które zmieniają sposób, w jaki obcujemy ze sztuką. W tej nowoczesnej przestrzeni immersyjnej w warszawskiej Fabryce Norblina wystawy nie tylko można oglądać, ale też czuć wszystkimi zmysłami. Już od 19 września będzie można doświadczyć wystawy *Romantyczny Chopin* – wyjątkowego spotkania z życiem i twórczością tego wybitnego polskiego kompozytora w zupełnie nowej, zaskakującej odsłonie.

Art Box Experience is one of those rare places redefining how we engage with art. Located in Warsaw's Norblin Factory, this modern, immersive space invites visitors to not just view exhibitions, but to fully experience them with all the senses. Starting September 19th, step into *Romantic Chopin* – a unique, multisensory journey through the life and work of this extraordinary Polish composer, presented in a completely new and unexpected way.

więcej | more: artboxexperience.com

WARSAW

TU ZACZYNA SIĘ PIĘKNO

WHERE BEAUTY BEGINS

Profesjonalny personel, indywidualne podejście, topowe technologie hi-tech oraz kosmetyki renomowanych światowych marek – Skin Esthetic to nowoczesny gabinet na warszawskich Bielanych. Specjalizuje się w odmładzaniu, kosmologii estetycznej oraz laseroterapii.

Professional staff, a personalized approach, cutting-edge hi-tech technologies, and cosmetics from renowned global brands – Skin Esthetic is a modern practice in Warsaw's Bielany district. It specializes in rejuvenation, aesthetic cosmetology, and laser therapy.

więcej | more: skonesthetic.pl



SENGERA

MARVIPOL[®]
development



WIZUALIZACJA POGLĄDOWA

Sengera 1

Wznieś się ponad codzienność



TYLKO
56 MIESZKAŃ



BLISKO
LASU NATOLIŃSKIEGO



700 METRÓW
DO METRO NATOLIN



Sztuka wygodnego podróżowania

The Art of Comfortable Travel

Czy podróż musi być skomplikowana? Niekoniecznie. Komfort zaczyna się nie w pierwszej klasie, ale w głowie – od dobrego planu, kultury osobistej i kilku sprawdzonych nawyków.

Travel doesn't have to be complicated. True comfort doesn't start in first class, but in the mind – with a solid plan, good etiquette, and a few tried-and-true habits.

tekst / by **PAULINA SOBONIAK**



NIE LATASZ CZĘSTO? DON'T FLY TOO OFTEN?

Większość portów lotniczych opiera się na wspólnym schemacie. To celowe i wynika z potrzeby standaryzacji. Do oznaczenia stref używa się uniwersalnych ikon oraz piktogramów. Ich kolorystyka i symbole są ustandaryzowane przez IATA (International Air Transport Association) i ICAO (International Civil Aviation Organization), a wszystkie informacje zazwyczaj są w lokalnym języku oraz angielskim.

The layout of most airports is intentionally standardized to facilitate international transport. This is achieved through the use of universal icons and pictograms for different zones, with their colours and symbols standardized by the International Air Transport Association (IATA) and the International Civil Aviation Organization (ICAO). All information is typically provided in both the local language and English.

ODPOWIEDZIALNIE FLY RESPONSIBLY

Nawet jeśli latasz solo – pamiętaj, że w podróży nigdy nie jesteś sama/sam. Z roku na rok rośnie liczba incydentów spowodowanych przez niezdyscyplinowanych pasażerów: nieodpowiedzialne żarty o posiadaniu materiałów wybuchowych, niestosowne zachowania, niewykonywanie poleceń załogi, nadmierne spożycie alkoholu. Takie zachowania nie są zabawne – i takie też nie będą ich skutki: odmowa wejścia na pokład, mandat karny, w skrajnych przypadkach np. koszty przymusowego lądowania. Nasz priorytet w podróży to bezpieczeństwo i nie żartujmy z tego!

Traveling solo doesn't mean you're on your own. Every year, airlines report a growing number of incidents involving unruly passengers – from reckless jokes about explosives to inappropriate behavior, ignoring crew instructions, or excessive drinking. These actions aren't just disruptive – they carry serious consequences: denied boarding, hefty fines, and in extreme cases, the high cost of emergency landings. In the air, safety is the top priority – let's not make light of it.

More: ulc.gov.pl





**Centrum Medyczne
VenaMed**
Ul. Grzybowska 5 lok.6
Warszawa
cmvenamed.pl

LEĆ BEZ RYZYKA

FLY WITHOUT RISK

Często jesteś w powietrzu? Zadbaj o swoje żyły – mówi flebolożka Agnieszka Wolska z Centrum Medycznego VenaMed w Warszawie.

"Are you a frequent flyer? Take care of your veins," says phlebologist Agnieszka Wolska from the VenaMed Medical Center in Warsaw.

tekst / by IGA IWAŃSKA

PL

Jak na nasze żyły wpływa długie siedzenie w samolocie?

Wielogodzinny lot na pewno nie jest obojętny dla naszych żył. Długie siedzenie w jednej pozycji zwiększa ryzyko zakrzepicy, żylaków, obrzęków czy uczucia ciężkości nóg. Jeśli po podróży zauważamy takie objawy albo dostrzegamy np. pajączki naczyniowe – warto zgłosić się na konsultację do flebologa, czyli lekarza zajmującego się diagnostyką i leczeniem naczyń żylnych.

W warszawskim CM VenaMed zajmujecie się właśnie chorobami żył? Tak, specjalizujemy się w tym. Wykorzystujemy nowoczesne metody, takie jak USG Doppler, a terapię dobieramy

indywidualnie – zależnie od stanu zdrowia i stylu życia pacjenta. Stosujemy m.in. skleroterapię, laseroterapię i zabiegi endowaskularne, które są małoinwazyjne i skuteczne. Zawsze też przypominam pacjentom, że wczesne i precyzyjne leczenie może znacząco poprawić jakość życia i zapobiec groźnym dla zdrowia komplikacjom. A regularna kontrola flebologiczna może uchronić przed powikłaniami, zwłaszcza jeśli często jesteśmy „w powietrzu”.

Jak zatem przygotować się do lotu?

Należy zadbać o profilaktykę: założyć podkolanówki uciskowe, pić wodę i poruszać nogami w trakcie podróży. Te drobne działania naprawdę mają znaczenie.

ENG

How does long sitting on a plane affect our veins?

Long-haul flights definitely have an impact on our veins. Sitting in one position for many hours increases the risk of thrombosis, varicose veins, swelling, or a feeling of heaviness in the legs. If you notice such symptoms after traveling, or spot things like spider veins, it's a good idea to consult a phlebologist—a doctor who specializes in the diagnosis and treatment of vein diseases.

At VenaMed Medical Center in Warsaw, you focus specifically on vein conditions?

Yes, that's our specialty. We use modern methods such as Doppler ultrasound and tailor the treatment to each individual, depending on their health status and lifestyle. We offer treatments like sclerotherapy, laser therapy, and endovascular procedures, which are minimally invasive and highly effective. I always remind patients that early and precise treatment can significantly improve quality of life and help prevent serious health complications. Regular phlebological checkups can also protect you from problems down the line, especially if you're frequently "in the air."

So how should we prepare for a flight?

It's important to focus on prevention: wear compression knee socks, stay hydrated, and move your legs during the flight. These small actions really do make a difference



ZADBAJ O SIEBIE!

TAKE CARE OF YOURSELF

Priorytetem personelu pokładowego jest zapewnienie bezpieczeństwa rejsu i postępowanie ściśle z procedurami operacyjnymi. Nie zawsze przeprowadzenie serwisu jest możliwe, dlatego przygotowany pasażer ma butelkę na wodę (do napełnienia po kontroli bezpieczeństwa), awaryjną przekąskę i lek przeciwbólowy.

Flight attendants' main priority is to ensure a safe flight and follow strict operational procedures. While in-flight service isn't always possible, a prepared passenger can bring an empty water bottle to fill after going through security, an emergency snack, and a painkiller.

Dzięki aplikacji linii lotniczej odprawisz się online i dodasz kartę pokładową do telefonu. Włącz powiadomienia push, by otrzymywać alerty o możliwości odprawy, zmianie bramki, rozpoczęciu boardingu czy opóźnieniach.

For a smoother journey, check in online using the airline app. This allows you to add your boarding pass to your phone and receive essential updates, from check-in availability to gate changes and delays via push notifications.



Zrób próbne pakowanie dzień wcześniej. Przygotuj własny „comfort kit”, czyli rzeczy, które poprawiają twój komfort: nawilżane chusteczki, krople do oczu czy szal. W przeddzień lotu wypij się, unikaj ciężkostrawnych potraw i alkoholu. Pij wodę! Zrób zdjęcie dokumentów – w razie zgubienia telefonu, portfela czy wydruków kopie w chmurze mogą się okazać bezcenne – zwłaszcza gdy podróżujesz poza UE.

The day before your trip, pack a trial run. Create a personal "comfort kit" with essentials like wet wipes, eye drops, or a scarf. Be sure to get enough sleep and avoid heavy meals and alcohol. Stay hydrated by drinking plenty of water. Also, take photos of your documents; cloud copies can be invaluable if you lose your phone, wallet, or printouts, especially when traveling outside the EU.



Adam Szóstko

– specjalista ds. mediów społecznościowych, na Instagramie znajdziesz go jako @polskitraveller. – a social media specialist, known on Instagram as @polskitraveller.

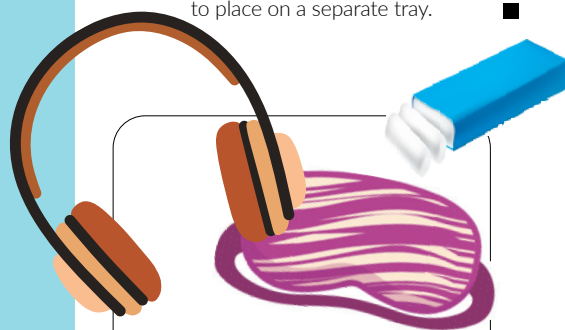


PRZEJDŹ KONTROLĘ BEZPIECZEŃSTWA JAK MISTRZ

GO THROUGH SECURITY LIKE A PRO

Dokumenty – kartę pokładową i dowód/paszport, miej pod ręką, aby nie szukać ich w ostatniej chwili. Przygotuj się do opróżnienia kieszeni – wyjmij monety, telefon, słuchawki, klucze oraz zdejmij zegarek czy pasek z metalową klamrą. W podróży unikaj masywnych butów i obcasów, najlepsze będą łatwe do zdjęcia mokasyny lub obuwie sportowe. Często, ale nie zawsze, elektronika i płyny powinny być wyjęte z torby/walizki i położone na osobnej tacy.

For a smoother experience, have your boarding pass and ID/passport ready to avoid a last-minute search. Be prepared to empty your pockets, removing any coins, phone, headphones, keys, or any watches and belts with metal buckles. It's best to wear easy-to-remove loafers or sneakers and avoid bulky shoes or heels. Additionally, be ready to remove electronics and liquids from your bag to place on a separate tray.



Na internetowe porady dla wyjeżdżających patrz z przymrużeniem oka. Każdy z nas podróżuje inaczej. Złoty środek to dostosowanie stylu podróżowania do własnych potrzeb.

Don't listen to online travel advice – the golden rule is to adapt your travel style to your own needs. in hand luggage.

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

132

ROZRYWKĄ POKŁADOWĄ

In-flight entertainment

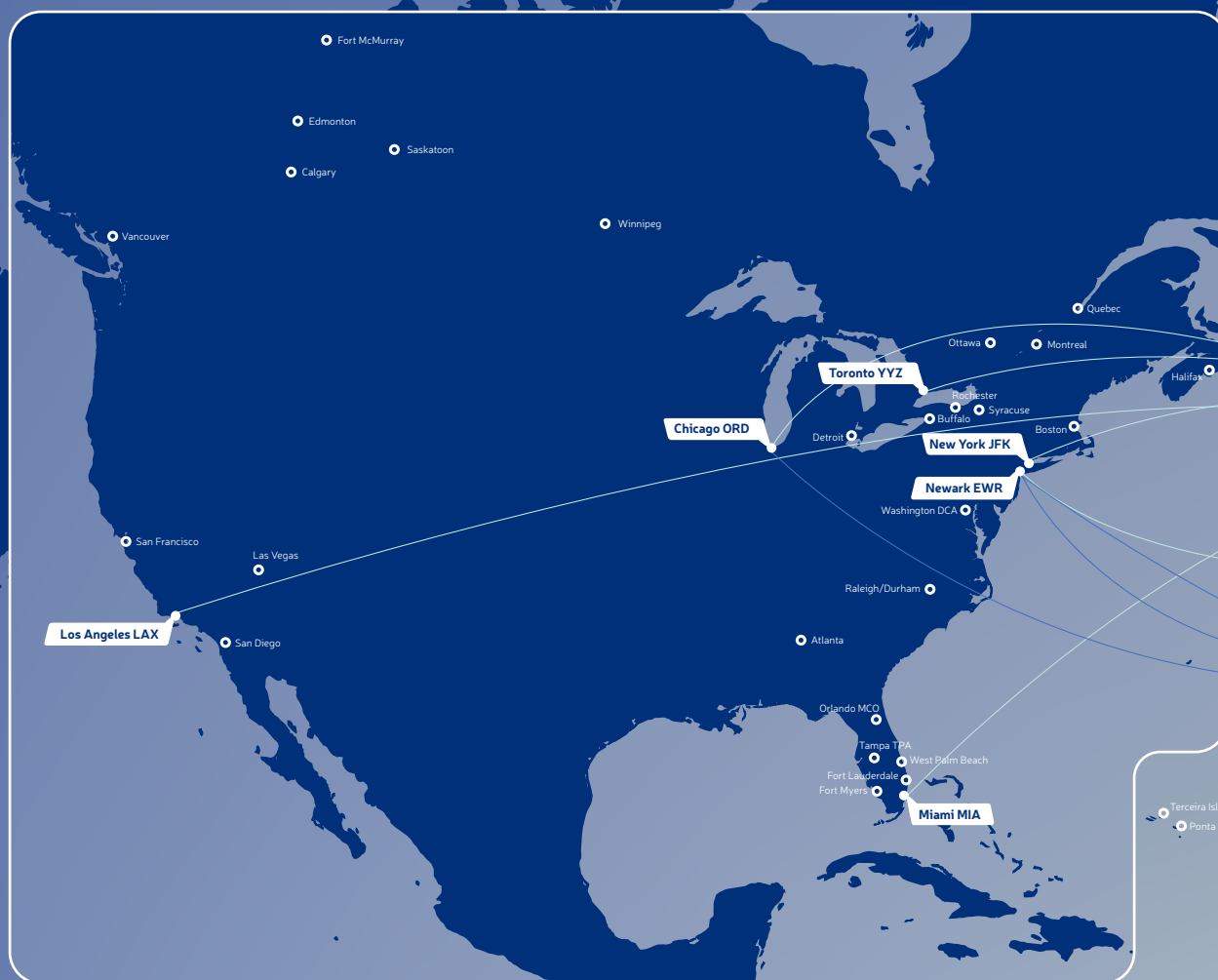
141

PORADNIK PASAŻERA

Passenger handbook

142

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 czarterowe | charter destinations
- kierunki code-share | code-share destinations
- kierunki sezonowe | seasonal destinations

Połączenia czarterowe średniego i dalekiego zasięgu na sezon letni 2025 | Medium & long haul charter services for summer 2025 season

z Katowic do... | from Katowice to:
Sharm el Sheikh

z Warszawy do... | from Warsaw to:
Enfidha, Hurghada, Marsa Alam, Sharm El Sheikh

z Wrocławia... | from Wrocław to:
Enfidha



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 letni 2025 | Short haul charter services for summer 2025 season

- | | |
|---|---|
| z Gdańska do... from Gdańsk to:
Antalya | z Katowic do... from Katowice to:
Antalya, Dubrovnik, Heraklion, Izmir, Paphos, Samos |
| z Rzeszowa do... from Rzeszów to:
Antalya, Tirana | z Krakowa do... from Krakow to:
Palma, Palermo |
| z Radomia do... from Radom to:
Antalya | z Poznania do... from Poznan to:
Dalaman, Varna |
| z Warszawy do... from Warsaw to:
Antalya, Almeria, Athens, Burgas, Chania, Cagliari, Dubrovnik, Dalaman, Faro, Izmir, Heraklion, Kos, Lamezia Terme, Malaga, Menorca, Milas-Bodrum, Santorini, Samos, Olbia, Palma, Palermo, Paphos, Podgorica, Rhodes, Tirana, Tivat, Varna, Zakynthos | |
| z Wrocławia do... from Wrocław to:
Milas-Bodrum | |

*tymczasowo zawieszone | temporarily suspended
Stan na 17/07/2025 | Status as of 17JUL25





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

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	16	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	15***	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	5	V przelotowa Cruising speed	870 km/h
Rozpiętość skrzydeł Wing span	26,00 m	Liczba miejsc Capacity	76

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	18	V przelotowa Cruising speed	839 km/h
Rozpiętość skrzydeł Wing span	32,92 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

** 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

Smaki z Gwiazdką Michelin w LOT Business Class / Michelin-Starred Flavors in LOT Business Class

Już teraz możesz zamówić swoje danie główne z wyjątkowego menu opracowanego przez Bartosza Szymczaka - szefa kuchni restauracji Rozbrat 20 nagrodzonej Gwiazdką Michelin. Możliwość wcześniejszego zamówienia dostępna jest na lotach długodystansowych z Warszawy.

You can now pre-order your main course from an exclusive menu crafted by Bartosz Szymczak, head chef of Rozbrat 20 - a Michelin-starred restaurant. Pre-order menu available on long-haul flights departing from Warsaw.



NOWOŚCI W KATALOGU SHOP&MORE



Carolina Herrera La Bomba EDP 50 ml

La Bomba to zapach, który rozbudza zmysły i dodaje odwagi. Kwiatowo-owocowa mieszanka w unikalnym flakonie to manifest kobiecej siły i wolności. Nie czekaj - podaruj sobie ten wyjątkowy zapach już dziś!

La Bomba is a fragrance that awakens the senses and boosts confidence. This floral-fruity blend in a unique bottle is a bold statement of feminine strength and freedom. Don't wait - treat yourself to this exceptional scent today!



ChocoMoon Happy Stripes

Stylowy damski zegarek, który łączy modę z wygodą! Kolorowy, elastyczny pasek dopasowuje się do nadgarstka, a wodoodporność i mechanizm kwarcowy zapewniają niezawodność. Niech czas nabierze koloru!

A stylish women's watch that combines fashion with comfort! The colorful, flexible strap adjusts to your wrist, while water resistance and a quartz mechanism ensure reliability. Let your time burst with color!



Zestaw Tapas / Tapas set

To smakowita nowość na pokładzie LOT! W zestawie znajdziesz wyborny ser Iberico, oliwki, mini chorizo i fuet a także chrupiące paluszki chlebowe. Tapas idealnie komponuje się z napojami serwowanymi na rejsach krótkodystansowych - spróbuj i poczuj różnicę!

A tasty new treat onboard! The set includes exquisite Iberico cheese, olives, mini chorizo and fuet, as well as crispy breadsticks. Tapas pair perfectly with beverages served on short-haul flights - give it a try and taste the difference!

SHOP&MORE
BY LOT

**Zrób zakupy
i wykorzystaj
również mile**
- łatwo, szybko
i wygodnie!

**Also redeem your
miles easily online**
- fast, convenient,
rewarding!



lot.com/shop-and-more

DLACZEGO POLSKI BIZNES POTRZEBUJE SILNEGO RZECZNICTWA INTERESÓW W UE?

WHY DOES POLISH BUSINESS NEED STRONG ADVOCACY IN THE EU?



Rzecznictwo interesów wymaga budowania trwałych relacji opartych na wiarygodności i konsekwencji działania.

Advocacy requires building lasting relationships founded on credibility and consistency.



Polskie Linie Lotnicze LOT pozostają jednym z naszych najbardziej zaangażowanych i wpływowych członków, aktywnie uczestnicząc w kluczowych dyskusjach na temat kształtowania się przepisów regulujących branżę, ze szczególnym naciskiem na wzmocnienie konkurencyjności unijnego sektora lotnictwa cywilnego. Wierzymy, że dzięki zaangażowaniu takich partnerów jak LOT możliwe jest budowanie silnej obecności polskiego biznesu w ramach unijnych regulacji oraz stworzenie strategicznego i skutecznego kanału komunikacji z głównymi ośrodkami decyzyjnymi Unii Europejskiej.

LOT Polish Airlines continues to be among our most engaged and influential members, actively participating in pivotal discussions concerning the evolution of the regulatory landscape, with a clear focus on strengthening the competitiveness of the European Union's civil aviation sector. We are confident that, with committed partners such as LOT, it is possible to cultivate a robust presence for Polish business within the EU regulatory framework and to establish a strategic and effective channel of communication with the Union's principal decision-making centres.

W Business & Science Poland doskonale rozumiemy, jak ważne jest, aby głos polskiego biznesu był słyszalny w Brukseli. W gronie 27 państw i ponad 15 000 organizacji obecnych w unijnym ekosystemie nie można sobie pozwolić na bierne obserwowanie efektów prac instytucji UE. Polska – jako jedna z największych i najszybciej rosnących gospodarek w UE – ma potencjał do większego wpływu na procesy unijne. Warunkiem jest większa obecność i aktywność polskich firm w Brukseli – mówiąc krótko: jeśli nie zasiądziemy przy stole negocjacyjnym, możemy znaleźć się w menu. Rzecznictwo interesów wymaga budowania trwałych relacji opartych na wiarygodności i konsekwencji działania. Właśnie tym zajmujemy się w Business & Science Poland.

Ważnym elementem skutecznego rzecznictwa są wydarzenia, które służą budowaniu narracji oraz nawiązywaniu relacji. Tylko w ciągu ostatniego roku zgromadziliśmy na nich kilka tysięcy osób,

wzmacniając wiarygodność polskiego głosu w unijnej debacie. Szczególnie warto wspomnieć o Competitiveness & Security Business Summit 2025 – największym w historii kongresie polskiego biznesu w Brukseli, który zorganizowaliśmy we współpracy z Polską Prezydencją UE, oraz konferencji New Gates, New Heights: Driving EU Competitiveness Through Aviation zorganizowanej z LOT i CPK.

Budując oparty na zaufaniu dialog z urzędnikami i politykami, wpływamy na kształt rozwiązań legislacyjnych. W 2025 roku, poprzez dobrze skoordynowaną współpracę z polską branżą chemiczną, Polską Prezydencją i europosłami, udało się w rekordowym tempie doprowadzić do ograniczenia napływu rosyjskich nawozów do UE, w tym do Polski. To realny efekt działań, który wzmocnił pozycję polskich firm i ograniczył finansowanie rosyjskiej maszyny wojennej.

Dlatego właśnie decydujemy się być przy stole – tam, gdzie zapadają decyzje.

BSP

BUSINESS & SCIENCE
POLAND

więcej | more
www.zpbsp.com

BUSINESS & SCIENCE POLAND TO NAJWIĘKSZA POLSKA ORGANIZACJA BIZNESOWA DZIAŁAJĄCA W BRUKSELI

Naszą misją jest zapewnienie, aby decyzje podejmowane na poziomie UE lepiej odzwierciedlały polską perspektywę:

- Wspieramy partnerów w procesach legislacyjnych UE
- Budujemy trwałe relacje z interesariuszami unijnymi
- Monitorujemy i analizujemy polityki oraz procesy UE
- Integrujemy polskie środowiska w Brukseli

BUSINESS & SCIENCE POLAND IS THE LARGEST POLISH BUSINESS ORGANISATION IN BRUSSELS

Our goal is to ensure that decisions made in Brussels better reflect the Polish perspective:

- We support partners in EU legislative processes
- We build relationships with EU stakeholders
- We monitor and analyse EU processes
- We integrate Polish communities in Brussels

At Business & Science Poland, we fully understand why the voice of Polish business must be heard in Brussels. Among 27 countries and over 15,000 organisations present in the EU ecosystem, we cannot afford to passively observe the outcomes of the EU institutions' work.

Poland – as one of the largest and fastest-growing economies in the EU – has the potential to exert greater influence on EU policymaking. But to realise this potential, Polish companies must be more visible and more active in Brussels. Put simply: if we do not take our place at the negotiating table, we may end up on the menu. Advocacy requires building lasting relationships founded on credibility and consistency. That is exactly what we do at Business & Science Poland.

A key component of effective advocacy is the organisation of events that help shape the narrative and forge valuable connections. In just the past year, we have brought together several thousand

participants at our events, reinforcing the credibility of the Polish voice in the EU debate. Of particular note is the Competitiveness & Security Business Summit 2025 – the largest Polish business congress ever held in Brussels, which we organised in cooperation with the Polish EU Presidency, and the conference New Gates, New Heights: Driving EU Competitiveness Through Aviation, organised with LOT and CPK.

By building a dialogue based on trust with policymakers, we help shape legislative solutions. In 2025, through well-coordinated collaboration with the Polish chemical industry, the Polish Presidency, and Members of the European Parliament, we succeeded – in record time – in limiting the influx of Russian fertilisers into the EU, including into Poland. This tangible outcome strengthened Polish companies and curtailed the financing of Russia's war machine.

That is why we choose to be at the table – where the decisions are made.



**motiv
Home.**

www.motivhome.com

Where design meets functionality

PLL LOT, BUSINESS
LOUNGE O'HARE CHICAGO,
dostawa całego wyposażenia
meblowego, 11'2024

Motiv Home oferuje profesjonalne usługi w zakresie wyposażania wnętrz komercyjnych.

Od ponad 15 lat jesteśmy wiarygodnym partnerem w procesie wyposażania hoteli, restauracji, biur i wielu innych przestrzeni publicznych. Dbamy o najwyższą jakość wykonawstwa i oryginalne pomysły na aranżację wnętrz. Zapewniamy kompleksową obsługę: od przygotowania przemyślanego projektu, przez produkcję mebli i montaż na miejscu inwestycji, po obsługę serwisową po realizacji projektu. Zawsze w zgodzie z założonym terminem i budżetem.



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



UKRYTA EUROPA, KTÓREJ JESZCZE NIE ZNASZ

EUROPE'S HIDDEN SIDE YOU HAVEN'T SEEN (YET)

PL

Na północnym wschodzie Czech, godzinę od Polski i Słowacji, leżą Morawy Północne – miejsce, gdzie Europa ukrywa swoje najciekawsze peretki. Znasz klasyki? Czas na coś nowego. Poznaj Ostrawę – miasto z duszą. Trzecie największe miasto Czech zaskakuje kreatywną energią i zielenią wyrastającą z przemysłowej przeszłości. Zaczynij od **Hałdy Ema** – ostrawskiego „Wezuwiusza”. Roślinność, ciepło od wewnątrz i niesamowity zachód słońca nad miastem, które nieustannie się zmienia. W **Dolnych Witkowicach** – dawnej hucie, dziś centrum kultury – wejdź na **Bolt Tower**, wypij kawę w wielkim piecu i odwiedź **Centrum Nauki i Techniki** oraz **Interaktywne Muzeum Techniki U6** – świat nauki i wyobraźni. Zajrzyj też na **Wieżę Widokową Nowego Ratusza**, z której panorama Ostrawy przypomina włoskie miasto z lotu ptaka. Potrzebujesz przestrzeni i świeżego powietrza? Odwiedź **Pustevny** – górski kurort z kolorowymi, drewnianymi willami, w tym słynnym Libušinem autorstwa Dušana Jurkoviča. Niedaleko stamtąd zaczyna się ścieżka **Stezka Valaška** – spacer w koronach drzew zakończony zawieszoną kładką w Beskidach. W regionie Jesioników odkryj **Slezskie Rudoltice**, z barokowym pałacem nazywanym „Małym Wersalem”. A dla nutki magii? Wsiądź do historycznej kolejki wąskotorowej z Osoblaha – niczym z filmu o Harrym Potterze. Od industrialnych symboli po ścieżki w koronach drzew – Morawy Północne to Twoje nowe odkrycie.

EN

Tucked in the north-eastern corner of the Czech Republic – just an hour from Poland and Slovakia – North Moravia is where Europe hides some of its best-kept secrets. You've seen the icons. Now discover the alternatives. Uncover Ostrava – the city with a soul. The Czech Republic's third-largest city surprises with its raw charm, creative energy, and green corners born from its industrial past. Start with **Mound Ema**, Ostrava's very own Vesuvius. This glowing slag heap is covered in subtropical vegetation and offers unbeatable sunset views over a city that's constantly reinventing itself. In **Dolní Vítkovice**, a former steelworks turned cultural landmark, climb the Bolt Tower, sip espresso in a blast furnace, or explore the **Science and Technology Centre** and **Interactive Technical Museum U6** – where science meets imagination. And don't miss the view from the **Viewing Tower of the New Town Hall**, whose symmetry recalls an Italian palazzo – Ostrava seen from above is a true surprise. Need fresh air and big views? Visit Pustevny, a mountain resort famous for colourful wooden buildings, especially Libušín, a national heritage gem by architect Dušan Jurkovič. From there, walk the Stezka Valaška treetop path, ending in a suspended skywalk above the Beskydy Mountains. In the Jeseníky region, explore **Slezské Rudoltice**, with its quiet baroque chateau known as “Little Versailles.” And for a magical twist? Hop aboard the historic narrow-gauge train from **Osoblaha** – straight out of a Harry Potter movie. From forest walkway to post-industrial wonders, North Moravia is your next great discovery. Fly LOT to Ostrava and experience Europe differently.

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 umożliwia równoległe 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
podróże
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

 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



PAYBACK

Miles & More

LOT POLISH
AIRLINES

Realizuj swoje podróżnicze marzenia z PAYBACK

Wymień °punkty PAYBACK na mile w programie Miles & More.



Zbieraj °punkty za bilety na LOT.com i u innych partnerów PAYBACK, w tym w ponad 350 sklepach online!



ALCAPONE



Multikino

jsb MRÓWKA

Wybrane sklepy online

allegro

AliExpress

empik

eobuwie.pl



i wiele innych

Pobierz aplikację



Sprawdź szczegóły
na [PAYBACK.pl/aplikacja](https://payback.pl/aplikacja)

 WIELKI PORT

Odkryj więcej *piekna*

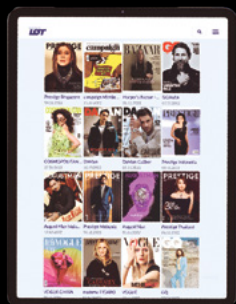


VisitMalta

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



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. Oglądanie filmów to bez dwóch zdań jeden z najlepszych sposobów na spędzenie czasu w chmurach. Szukacie Państwo najnowszych produkcji z hollywoodzkimi gwiazdami? Oto Mickey 17 z Robertem Pattinsonem i Amator z Ramim Malekiem. Lubicie blockbustery i kino akcji? Obejrzyjcie Furiosę: Sagę Mad Max, Incepcję, Jokera, Ocean's 8 albo Matriksa. Dla fanów komedii mamy Barbie, Jestem na tak i Pierwszy gol. Jest też coś dla młodych widzów: Gdzie jest Dory, Młodzi Tytani: Akcja! Film i Smok Diplodok. Na koniec proponujemy zaś polskie produkcje: Chleb i sól oraz To nie mój film. 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. Watching films is surely one of the best ways you can spend your time up in the air. Are you looking for latest titles with Hollywood stars? Here's Mickey 17 with Robert Pattinson and The Amateur with Rami Malek. Do you like blockbusters and action? Watch Furiosa: A Mad Max Saga, Inception, Joker, Ocean's 8 or The Matrix. If you're a fan of comedies, check out Barbie, Yes Man or Next Goal Wins. There's also something for young viewers: Finding Dory, Teen Titans Go! To the Movies and Diplodok. And, last but not least, some polish films: Chleb i sól and To nie mój film. Have a nice watch!

Jakub Popielecki

Zastępca redaktora naczelnego portalu Filmweb |
Deputy editor-in-chief of Filmweb

polecają | recommend



oraz | and



FILMWEB

PORADNIK PASAŻERA

Passenger handbook

BAGAŻ REJESTROWANY PRZEWOŻONY W LUKU BAGAŻOWYM

Checked baggage allowances

LOT BUSINESS CLASS

na długie dystanse
on long haul flights



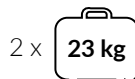
na krótkie dystanse
on short haul flights



Suma trzech wymiarów bagażu rejestrowanego nie powinna przekraczać 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

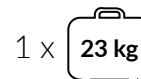
na średnie i długie dystanse
on mid and long haul flights



*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

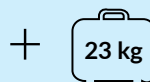


wózek składany
folding buggy

LUB
or



fotelik samochodowy
car seat



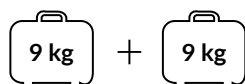
o maksymalnym wymiarze do 158 cm
maximum dimensions of up to 158 cm
*zależy od taryfy rodzica depending on parents' tariff

BAGAŻ PODRĘCZNY

Carry-on baggage

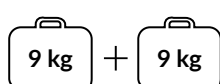
LOT BUSINESS CLASS

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



LOT PREMIUM ECONOMY

na średnie dystanse**
on mid haul flights

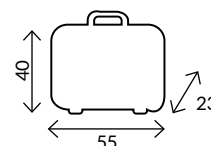


na długie dystanse**
on long haul flights



LOT ECONOMY 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

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

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

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

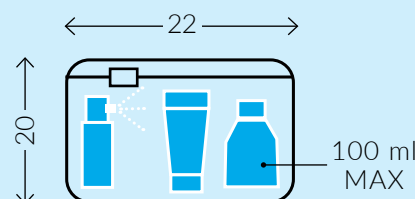
Dodatkowo do kabiny można zabrać albo torbę z laptopem, albo torebkę damską o maksymalnych wymiarach 40 x 30 x 8 cm oraz o maksymalnej wadze 2 kg. Ze względów bezpieczeństwa cały bagaż kabinowy musi zmieścić się w schowkach nad głowami lub pod poprzędkającym fotelem. Wszystkie bagaże przekraczające dozwolone 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 przeznaczonej 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. Upzejmniamy 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, niewykonanie 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

Upzejmniamy 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

1. Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
2. Udaj się jak najszybciej do bramki, z której odlatuje Twój następny rejs
Please proceed directly to the security check

→ **Przesiadka z kraju ze strefy Non-Schengen do kraju w strefie Schengen**
Transfer from Non-Schengen country to another Schengen country

1. Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
2. Udaj się prosto do kontroli paszportowej z przygotowanymi dokumentami
Please prepare your documents and proceed to the passport control
3. Następnie podejdź do kontroli bezpieczeństwa
Next proceed to the security check
4. Przejdź 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 Non-Schengen do kraju ze strefy Non-Schengen**
Transfer from Schengen country to Non-Schengen country

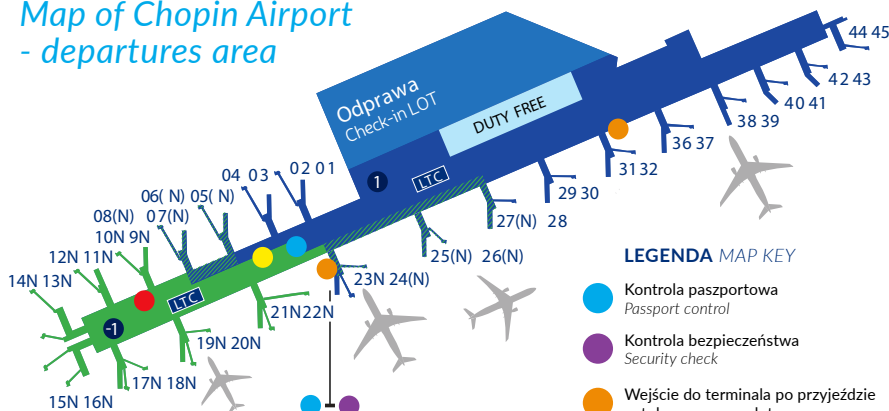
1. Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
2. Udaj się prosto do kontroli paszportowej z przygotowanymi dokumentami
Please prepare your documents and proceed to the passport control
3. Przejdź jak najszybciej do bramki, z której odlatuje Twój następny 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

1. Wyjdź z rękawa lub autobusu do terminala
You arrive to the terminal by bus or by air bridge
2. Udaj się prosto do kontroli bezpieczeństwa
Please proceed to the security check
3. 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

Numer 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, Zarubzar

Numer 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

Numer 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!

Chirurgia na miarę XXI wieku | Surgery for the 21st Century

OT.CO HOSPITAL

OSIPIOWICZ & TURKOWSKI

OT.CO HOSPITAL

NOWOCZESNA MEDYCYNĄ W SERCU BIELAN
MODERN MEDICINE IN THE HEART OF BIELANY



Na warszawskich Bielanych działa OT.CO Hospital – nowoczesna placówka medyczna, łącząca wysokospecjalistyczną opiekę zdrowotną z komfortem pacjenta na każdym etapie leczenia. Szpital specjalizuje się w chirurgii plastycznej kobiet i mężczyzn, oferując m.in. przeszczepy włosów, operacje piersi, nosa, liftingi twarzy, plastykę powiek oraz modelowanie sylwetki. Zespół lekarzy tworzą doświadczeni specjaliści chirurgii plastycznej, chirurgii odtwórczej włosów, chirurgii twarzowej, ginekologii estetycznej, laryngologii oraz rekonstrukcji.

OT.CO Hospital to także nowoczesne sale operacyjne, wysoki standard opieki pooperacyjnej i indywidualne podejście do każdego pacjenta – niezależnie od tego, czy celem jest poprawa wyglądu, komfortu życia czy odzyskanie zdrowia. Zaufanie, jakim darzą placówkę pacjenci z Polski i zagranicą, jest efektem połączenia nowoczesnej technologii medycznej, transparentności i empatycznego podejścia całego zespołu.

Wyróżnikiem szpitala jest kompleksowa opieka – od pierwszej konsultacji, przez badania, aż po rekonwalescencję w komfortowych warunkach. W OT.CO Hospital pacjent nie jest anonimowy. Leczenie i zabiegi planowane są z uwzględnieniem jego indywidualnych potrzeb, stylu życia i oczekiwań.

OT.CO Hospital to symbol nowoczesnej chirurgii plastycznej i medycyny estetycznej – na najwyższym, światowym poziomie.

Located in Warsaw's Bielany district, OT.CO Hospital is a state-of-the-art medical facility that seamlessly combines highly specialized healthcare with patient comfort at every stage of treatment. The hospital specializes in plastic surgery for both women and men, offering procedures such as hair transplants, breast surgery, rhinoplasty, facelifts, eyelid surgery, and body contouring. Its medical team is composed of experienced specialists in plastic surgery, hair restoration surgery, facial surgery, aesthetic gynecology, otolaryngology, and reconstructive procedures.

OT.CO Hospital features cutting-edge operating theaters, a high standard of postoperative care, and a personalized approach to each patient—whether the goal is to enhance appearance, improve quality of life, or restore health. The trust placed in the facility by both domestic and international patients is the result of advanced medical technology, transparent practices, and a compassionate, patient-centered team.

What sets the hospital apart is its comprehensive care—from the initial consultation and diagnostics to recovery in comfortable conditions. At OT.CO Hospital, patients are never treated as anonymous cases. Treatments and procedures are tailored to individual needs, lifestyle, and expectations.

OT.CO Hospital stands as a symbol of modern aesthetic and surgical medicine—delivered at the highest international standard.



ul. Bartycza 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

