



# Polen er tættere på end du tror

Polen er naturens have og kulturens skat. Et demokratisk land midt i Europa, med gæstfrie indbyggere, som er i gang med at udvikle en moderne økonomi, men samtidig værner om sin arv. Hvert år modtager vi ca. 15 millioner turister fra udlandet.

De rejser hjem igen med fantastiske minder og kommer ofte tilbage. I Polen kan enhver finde noget til sin smag – den moderne turistinfrastruktur sikrer afslapning på højeste niveau. Vore museer, moderne kunstgallerier, koncertsale, spillesteder, natklubber, svømmehale og riddeklubber kan imødekomme selv de mest krævende gæsters behov.

Den traditionelle polske gæstfrihed, bedst udtrykt i det gamle ordsprog "At have en gæst i huset er som at have Gud i huset", gør, at man føler sig virkelig velkommen.

Den rige natur, som i mange regioner har bevaret sin oprindelige uspolerthed, der er svær at finde andre steder i Europa, skaber ideelle betingelser for aktiv ferie.

De gunstige klimaforhold lokker turisterne året rundt. Østersøens raskyst, Masurien – de tusinde søers land, urskove, store floder, højlande og bjerge har et net af turistruter og stier for vandrende, cyklende, ridende og sejrende turister.

Nogle søger eventyr og spænding, mens andre vil have fred og ro i naturen, eller måske lidt underholdning – alle vil finde noget, der falder i deres smag.

Polakkerne er et hjerteligt og gæstfrit folk og gerne inviterer gæster hjem. Sådanne besøg og samtaler klinger længe i hukommelsen bagefter.

*Polens Turistorganisation*





# Polen er tættere på end du tror

## Altid i det europæiske hus

I over et tusind år har Polen været et mødested for Øst- og Vesteuropa, hvor forskellige kulturer har eksisteret i respekt for hinanden. Polakker har ofte været nødt til at forsvare deres uafhængighed og samtidig føre dialog med mange forskellige nationer. Dette har været med til at udvikle en nationalkarakter, der gør, at polakkerne inderligt kæmper for sin frihed, men også har forståelse og tolerance for andre.

## Villige til at hjælpe andre...

Polakker har altid involveret sig og været aktive, hvor det gjaldt om at hjælpe andre. I 1700-tallet tilsluttede Tadeusz Kościuszko og Kazimierz Pułaski sig kampen om USAs uafhængighed. Ernest Malinowski byggede en jernbane gennem Perus Andesbjergene. Bronisław Piłsudski er højt værdsat i Japan for sine etnografiske værker. Joseph Conrad, verdens litterære klassiker og samvittighed, blev født og voksede op i Polen, før han drog til søs for at opdage verden. Under 2. verdenskrig spillede polske militærpiloter en betydelig rolle i luftslaget om England, og polske matematikere knækkede Enigma koden og derved gjorde det muligt at afsløre Det Tredje Riges militære hemmeligheder.

## På tærsklen til det 21. århundrede...

Polen er medlem af NATO og EU. Et solidt demokrati, samt stabil økonomi og monetært system er vores kapital til det tredje årtusinde.



**For 1000 år siden mødtes den polske hertug Bolesław Chrobry (den Tapre) med den tyskromerske kejser Otto 3. i Gniezno og indgik en aftale – den første internationale aftale i den del af Europa.**





# Et land med religiøs tolerance

## Tradition For Tolerance

Polen har aldrig oplevet religiøse krige. De fleste polakker er katolikker, men de har i århundreder levet i fred med repræsentanter for mange andre trosretninger, f. eks. protestanter, som også har sat deres præg på den polske kultur. De synlige minder fra fortiden er bl.a. Martin Luthers statue i Bielsko-Biała og luthersk-kalvinistiske kirkegaard i Wschowa. I dag findes der, især i den sydvestlige del af landet, mange evangeliske kirker og menigheder.

Flertallet af Europas jøder i perioden fra ca. 1200- tallet til 2. verdenskrig boede i Polen. Mange af dem, f.eks. fra familierne Rubinstein, Natanson, Kronenberg og Epstein, er kendt som fremtrædende personer, der bidrog til udviklingen af polsk kunst, videnskab og økonomi. "Jødiske kulturruter", fulde af mindesmærker om den blomstrende kultur, fører fra Tykocin og Warszawa til Leżajsk og Lublin, og fra Kraków og Lesko til Bobowa.

Medlemmer af den ortodokse kirke har i århundreder været bosat i den østlige Polen og er i dag en af de største trosgrupper i landet.

Tatarer har boet i Polen i 600 år. De har bevaret deres kultur og den muslimske tro, og samtidig altid har været behandlet som ligeværdige og respekterede borgere.



**Efter gammel polsk tradition byder man gæster velkommen med brød og salt. Brød betyder tillid og salt – varighed. I de gamle dage var salt, som guld, meget kostbart og efterspurgt. Ligesom venskab...**



# Polakker – verdensborgere



## Han standsede solen

For 400 år siden påviste Nicolaus Kopernikus, at det er Jorden, der kredser omkring Solen, og ikke omvendt. Den "kopernikanske revolution" blev grundlaget for den moderne astronomi.



## Uden voldsanvendelse

Lech Wałęsa, modtager af Nobels Fredspris i 1983, var leder af fagbevægelsen Solidaritet, som startede demokratiseringsprocessen i Central- og Østeuropa. I 1989 genvandt Polen sin frihed - uden voldsanvendelse. Under forhandlinger omkring det runde bord gav de politiske modstandere et eksempel på, hvordan man løser konflikter på en fredelig måde. Både på hjemmefronten og på internationalt niveau.



## Kærlighedens pilgrim

Pater Karol Wojtyła var en erfaren turist, der ikke var bange for at tage selv de sværeste ruter gennem bjergene. Da han blev valgt som pave, rejste han verden rundt for at sprede håb og kærlighed. Millioner af mennesker lyttede til hans budskab. Disse pilgrimrejser var det dominerende træk ved Pave Johannes Paul 2.'s pontifikat.



## Musik for alle ører

Den polske komponist Frédéric Chopin, født i Żelazowa Wola i nærheden af Warszawa, er en af de fornemste kunstnere inden for klassisk musik. Folk fra forskellige verdensdele identificerer sig med de åndelige værdier i hans musik. Det er der, man finder Chopins hemmelighed – og genialitet.



# Slotte og paladser

Døren til den polske kultur åbner sig symbolsk – og i ordret betydning – ved indgangen til domkirken i Gniezno, som – udover det massive bronzedør med reliefskulpturer – huser landets mest værdifulde skatte fra dengang, Polens historie begyndte i 900-tallet.

## Hele menneskelighedens arv

Toruń, Nicolaus Kopernikus fødeby, har bevaret sin middelalderlige byggeplan og den karakteristiske udsigt med bymuren, forsvarstårne og de høje kirketårne, der dominerer i landskabet. Zamość fortryller de besøgende med sin fine renæssancearkitektur og velbevaret forsvarsanlæg. I Malbork (Marienburg) findes den største gotiske ridderborg i verden, som i sin tid var hovedsæde for Den Tyske Korsridderorden. Dens størrelse er imponerende – og mindst lige så imponerende er skønheden af ravudstillingen i slottets galleri.

## Lyse slotte og paladser...

På bakken over byen Nowy Wiśnicz ligger et soloplyst slot, omringet af et forsvarsværk – et sjældent eksempel på palazzo in fortezza stil.

Andre lyse slotte, der betager med sine fine arkitektoniske former og forførende interiører, findes i Baranów Sandomierski og Krasiczyn.

Łańcut, som i fortiden var en aristokratisk residens, er stadigvæk i dag et mødested for åndsaristokrater – operastjerner, under det årlige festival. Vognhuset i Łańcut huser en udstilling af kareter og andre pragtfulde vogne, som regnes blandt de fineste i Europa.





# Polske attraktioner på UNESCOs liste og andre seværdigheder

... Og barokke kontraster

Wilanów Kongeslottet i Warszawa, Jesuiterklosteret i Święta Lipka i Masurien, den historiske basilika i Bardo i Nedre Schlesien er tre, vidt forskellige, men lige smukke eksempler på barokarkitektur.

“Memento mori” (husk, at du skal dø) var et populært budskab i baroktiden, og det kom til udtryk i tidens kunst. I Czermna, i nærheden af Kudowa Zdrój, findes et kapel, hvis vægge er dækket med tre tusinde menneskekranier. Utroligt... men sandt.

## I herskabshuse

Adelige slægter, der boede i herskabshuse på landet, spillede en særlig rolle i udviklingen af den polske kultur. Herskabshusene rummede ofte imponerende kunst- og bogsamlinger. I et sådant hus i Żelazowa Wola blev Frederic Chopin født. Hans berømte polonaiser og mazurkaer fik navnene efter de traditionelle danse, som man åbnede og afsluttede de fine baller med.

## Leonardo da Vinci i Kraków

På Czartoryski Museet i Kraków kan man næsten altid se folk stimlet sammen foran et kvindeportræt. Kvinden er “Damen med Hermelinen” – og kunstværket er malet af Leonardo da Vinci.

Polske attraktioner på UNESCOs liste over verdens kulturarv:

- saltmine i Wieliczka • evangeliske fredskirker i Jawor og Świdnica
- det unikke klosterkompleks i Kalwaria Zebrzydowska
- Nazi-Tysklands koncentrations- og udryddelseslejre Auschwitz-Birkenau i Oświęcim-Brzezinka
- de gamle bydele i Kraków, Toruń, Warszawa og Zamość
- den gotiske korsridderborg i Malbork
- Białowieża-urskoven (naturarv)
- trækirker i den sydlige Malopolska region
- Mużakowski (Muskauer) landskabspark
- Folkehallen (Jahrhunderthalle) i Wrocław



# Religiøse traditioner

## Trækirker

Pragfulde katolske og ortodokse kirker af træ er et hyppigt syn i mange landsbyer i Małopolska og Podkarpacie regionerne i den sydlige Polen. Deres arkitektur og interiører er helt unikke i verden.

## I pilgrimmenes fodspor

Katolske pilgrimssteder er et karakteristisk fænomen i Polen. Paulinerklosteret i Częstochowa med det berømte – også uden for Polens grænser – billede af “Den Sorte Madonna”, er et af de oftest besøgte steder.

Tilhængere af andre religioner har deres egne pilgrimsål forskellige steder i Polen: de ortodokse i Grabarka, protestanter i Karpacz, Wisła og Cieszyn, og muslimer i Bohoniki.

## Farverige og mystiske...

Palmesøndag – søndagen før Påske – er en ualmindelig dag i landsbyerne Łyse i Kurpie regionen og Lipnica Murowana nær Bochnia. Folk klæder sig ud i traditionelle dragter og går i optog gennem byen. De bærer tynde, men utrolig holdbare, op til 25 m høje “palmer” af pileflet og træ, dekoreret med papirblomster og silkebånd.

En lige så gammel religiøs og folkelig tradition er processionerne i forbindelse med Kristi Legemsdag. I Łowicz har kvindernes folkedragter alle regnbuens farver og optoget minder om... en buket af markblomster.





# Saltminen i wieliczka

## Saltminen i wieliczka – naturens og menneskets værk

Naturen har skabt saltkrystaller og mennesket har hugget gange, kamre, kapeller, figurer og lysekroner. Tilsammen har de frembragt en kulturperle, som er uden modstykke i verden. Saltminen i Wieliczka fungerer også som et museum for minedrift. Minens historie går helt tilbage til 1200-tallet.



### Wieliczka saltminen:

- over 800 år gammel
- over 300 km gange
- over 2 km lang turistrute
- 700 tusind turister fra hele verden hvert år unikke underjordiske søer, kamre og saltgrotter, figurer og kapeller udhugget i salt, træbroer og gange
- hovedattraktion: Skt. Kingas Kapel, udhugget i salt og rigt udsmykket med figurer og ornamenten. Skt. Kinga er skytshelgen for saltminearbejdere.
- en by, der ligger mellem 60 og 100 m under jordens overflade, bestående af et sanatorium, postkontor, biograf, restaurant, bal- og koncertsale samt souvenirbutik.





# Warszawa

## – en by med karakter

Polens hovedstad er et mødested for politikere, forretningsmænd og kunstnere af alle nationaliteter. Warszawas 1,7 mio. indbyggere er kendt for deres sans for humor og arbejdsomhed. Efter 2. verdenskrig, med hjælp fra hele landet, genopbyggede de, i løbet af knap 15 år, byen, der var blevet ødelagt i 84%. Den Gamle By og Det Gamle Bytorv, med charmerende borgerhuse med mansardtage, tiltrækker tusindvis kunstnere og turister. Der er altid travlt på vinstuer og de fine restauranter, men man kan altid finde en plads. Skt. Johannes Domkirken er et nationalt symbol og mausoleum. Kongeslottet var hovedsædet for den sidste polske konge. En række gader, der fører fra Kongeslottet til Łazienki og Wilanów, kaldes Kongeruten. Der er her, man finder de smukkeste gader i Warszawa, der er rige på værdifulde bygningsmindesmærker.

Ruten forbinder tre kongelige boliger: Kongeslottet, palæ- og parkkomplekset Łazienki Królewskie og Wilanów slottet. I Łazienki kan man beundre de mange klassicistiske bygninger, heriblandt amfiteateret, der ligger flot på en lille kunstig ø (Teatr na Wyspie) på en af søerne i parken, samt Frédéric Chopin-monumentet. I sommersæsonen afholdes der hver søndag gratis Chopin-koncerter ved monumentet. Slottet i Wilanów repræsenterer et højdepunkt i polsk barokarkitektur. Det tilhørte kong Jan 3. Sobieski, som er kendt for at have reddet Europa fra en tyrkisk invasion ved at vinde slaget ved Wien i 1683. Som alle andre europæiske byer med respekt for sig selv, tilbyder Warszawa forskellige former for underholdning: opera, teater, revy, film, festivaler, musikkoncerter i forskellige genrer med verdensstjerner lige fra opera til rock. Blandt de mange kulturarrangementer og aktiviteter, der foregår i Warszawa, kan man blot nævne den prestigefyldte Chopin-konkurrence, Warszawas Efterår festivalen for samtidsmusik og Mozart festivalen.







# Kraków – enestående kulturskat

Bygget af mange generationer af arkitekter og kunstnere i middelalderen, renæssancen, barokken og jugend-perioden, slap Kraków næsten uskadt igennem krigene og i dag forundrer og tiltrækker millioner af turister med sine historiske seværdigheder, kunstværker, kulturarrangementer og den magiske stemning på cafeer, jazzklubber og hyggelige barer.

Wawel-bakken, der ligger ved Wisła floden, kan kaldes for Polens hjerte. Kongeslottet i renæssancestil, med utallige kulturskatte og den berømte samling af kongelige gobeliner, samt domkirken, hvor polske konger blev kronet og begravet, side om side med andre eminente personer – kunstnere og ledere – er landets nationalt symbol og vigtigste mausoleum.

I nærheden af slottet findes bydelen Kazimierz, som i sin tid var den største jødiske bosættelse i Europa. I dag er det et udmærket sted til afholdelse af kulturarrangementer – koncerter, udstillinger og festivaler for den jødiske kultur. Kazimierz har noget at tilbyde, både til sjælen og til kroppen – bydelen er kendt for sine mange kunstfærdigt indrettede cafeer og restauranter. I en af dem serverer man retter fra det jødiske køkken på... en antik Singer symaskine. Midt i Den Gamle By ligger Rynek Główny (Hovedtorvet) – den største selskabssalon i Europa.

Her kan man høre alle verdenssprog og... et trompetsignal, der ved hvert timeslag bliver afspillet fra Mariakirkens tårn. Udefra ser den gotiske kirke lidt rå ud, men den gemmer på et rigt udsmykket indre, med et mesterværk inden for gotisk billedhuggerkunst – fløjalteret lavet af Veit Stoss.

Midt på Hovedtorvet ligger Sukiennice (Klædeboder), der nok kan betegnes som den ældste markedshal i Polen, og hvor man i dag kan forsyne sig med kunsthåndværk, souvenirs og antikviteter.

Museet for den polske kunst i det 19. århundrede, der er indrettet på førstesalen, byder på en bemærkelsesværdig samling af malerier og skulpturer.

På Hovedtorvet foregår der året rundt en masse forskellige aktiviteter, festlige optog og forestillinger.

Det er også blevet en tradition at holde en stor nytårsaftensfest på torvet hvert år. I 2006 deltog ikke færre end 60 tusind mennesker i festen. Rundt omkring ligger utallige stilfulde restauranter og cafeer, teatre, kunstgallerier, jazzklubber og kabareter. Kraków har en tradition for at fremstille julekrybber, der daterer sig helt tilbage til middelalderen, og i perioden op til Jul holder man hvert år en konkurrence og udstilling af krybber på Hovedtorvet.



Tæt på torvet ligger Collegium Maius, den ældste del af Det Jagiellonske Universitet, der blev grundlagt i 1364. Universitetet og Den Gamle By er omringet af Planty – en bypark med monumenter og statuer, der er anlagt hvor der tidligere lå en bymur.

Årlige festivaler, som Beethovens Musikfestival, Kortfilm Festival, Gadeteater Festival og Festival for Musik i Den Gamle Kraków – har international karakter, men er helt i byens stil. Og hvad er byens stil? Man fornemmer den bedst i “Jama Michalika” jugend-caféen, hvor stemningen er parisisk, morgenmaden á la Wien, og samtaleemner typiske for Kraków: kunst, poesi og damer...



Det karakteristiske trompetsignal, der ved hvert klokkeslag lyder fra tårnet på Mariakirken, afbrydes altid pludseligt midt i en tone. Det er et minde fra dengang byen, ifølge overleveringen, blev angrebet af Tatarer, og en af fjendens pile gennemborede vagtmandens hals, netop da han var i gang med at advare indbyggerne om angrebet. I dag markerer melodien tidens gang. Den lyder flottest ved morgenens frembrud, når sanserne er “beruset af vin og fanget af evigheden”.





## Gdańsk – frihedens by

Gdańsk er lige så gammel som Polen selv. Byen, der ligger ved udmundingen af Wisła floden til Østersøen, har en spændende historie som et medlem af Hansaforbundet, en blomstrende, rig og storlået by, et center for den borgerlige kultur, Polens port mod havet og en fristad i mellemkrigsperioden. Det første slag i 2. verdenskrig foregik i Gdańsk – og de heltmodige forsvarere af halvøen Westerplatte har fået sin plads i historien ved siden af forsvarerne af Thermopylae. Den rige og smukke by har tit været nødt til at kæmpe for sin suverænitet. Derfor er det ikke underligt, at Solidaritet-bevægelsen opstod her i byen.

Havnen i Gdańsk har i mange århundreder modtaget utallige handelsskibe fra hele verden og stadigvæk er den største i Polen. Turister kan få glæde af at tage på en af de populære sejlture langs kysten.

Den gamle by – Glównne Miasto (Hovedbyen) er skåret igennem af gaderne Długa (Den Lange Gade), med Złota Brama (Den Gyldne Port), og Długi Targ (Det Lange Marked), der ender ved Zielona Brama (Den Grønne Port). Kvarteret byder på en hel vifte af seværdigheder, kunstgallerier og guldsmedeværksteder. Her finder man det pragtfulde gotiske rådhus og herskabshuset Dwór Artusa, hvori byens fornemmeste borgere modtog besøg af kongelige og adelige gæster. Ved siden af Dwór Artusa ligger Złota Kamienica (Det Gyldne Hus), som vidner om borgerskabets rigdom og styrke, og Neptun springvandet - byens vartegn og mødested for turister og forelskede par. Der er også her, man om sommeren afholder adskillige festivaler og markeder, blandt andet det årlige Dominikanermarked, som tiltrækker tusinde af besøgende fra hele verden. Den lille gade Mariacka (Mariagaden), med sine smalle, gamle huse med terrasser samt kældre indrettet som ravsmykkebutikker, er et arkitektonisk mesterværk.

Domkirken i Oliwa er kendt for sit pragtfulde barokorgel, som både har et udmærket lyd og en spændende udseende med sine bevægelige figurer.

Gdańsk er i tidens løb vokset sammen med byerne Gdynia og Sopot - området kaldes på polsk Trójmiasto, der betyder de 3 byer. Sopot er en mondæn kur- og kulturby, som tilbyder afslapning og underholdning i bedste stil. Her kan man svæve over vandet... når man går ud på den 500 m lange mole.

I Gdynia afholdes den vigtigste polske filmfestival, og ved havnefronten ligger to museumsskibe ved kaj, nemlig krigsskibet "Błyskawica" og sejlskibet "Dar Pomorza".

**Den gotiske Kościół Najświętszej Marii Panny (Mariakirken) dominerer over den gamle by. Kirken er den største murstenskirke i verden og kan huse 25.000 kirkegængere.**





# Poznań – de første polske regenters by

Poznań er en by med rige traditioner inden for handel, videnskab og kunst – et messecenter og universitetsby, med museer og avantgarde-teatre.

På Ostrów Tumski øen, omringet af floden Warta, ligger en domkirke fra 900-tallet, hvor de første polske hertuger og konger er begravet. Midt på Det Gamle Torv finder man det pragtfulde rådhus, som er opført i italiensk renæssancestil.

Den tidligere Jesuiterkirke tæt på Det Gamle Torv hører blandt de smukkeste barokbygninger i Polen, og Jesuiterkollegiet har haft mange berømte gæster, bl.a. Napoleon og Chopin.

Det smukke Raczyński palads huser det ældste offentlige bibliotek i Polen, og Działyński paladset – en del af bogsamlingen fra Kórnik Biblioteket, herunder et uvurderligt eksemplar af "De revolutionibus orbium celestium" af Kopernikus fra 1543.

Ved siden af Adam Mickiewicz Universitetet er der rejst et monument til minde for ofre af det første oprør mod det kommunistiske styre i juni 1956.

Poznań er tillige kendt for sit store idræts- og rekreativcenter ved Malta søen, med bl.a. moderne kaproningsanlæg, kunstig skiløjpe og bobslædebane. Det er også her, det næststørste moderne teaterfestival i Europa – Malta Teaterfestivalen – foregår hvert år. Andre eksempler på de mangfoldige kulturinstitutioner og aktiviteter er Henryk Wieniawskis violinkonkurrence, Operaen, Det Polske Danseteater, mand- og drengekor, m.m.

På messecenteret afholdes hvert år ca. 50 internationale handelsmesser, heriblandt for byggeri, computer- og elektronisk udstyr, landbrug og kunst. Det årlige Skt. Martins-marked er et yderligere bevis på byens foretagsomhed. Her kan man købe alt hvad hjertet begærer, man skal bare huske at prutte om prisen.

Det sætter de sparsommelige – efter sigende – beboere en stor pris på!

**Hver dag, præcist kl. 12.00, kommer to små gedebukke frem oppe på rådhusårnet over uret. Ifølge legenden reddede de rådhuset og byen fra brand. I dag er de et symbol på byens og indbyggernes foretagsomhed og... stædighed.**



# Wrocław – et sted hvor kulturer mødes

I Wrocław går kunstværker fra forskellige tider, arkitektonisk dekadens og kosmopolitisme hånd i hånd med provinsagtig atmosfære... midt i Europa.

Der findes et hundrede broer over floden Odra (Oder), der løber igennem byen og et dusind øer. På en af øerne - Ostrów Tumski – blev Wrocław "født" for mere end ét tusind år siden.

I tidens løb har byen været underlagt Tjekkiet, Østrig, Ungarn, Tyskland og Polen, hvilket bekræftes bl.a. af tilstedeværelsen af kirkegårde for forskellige trosgrupper – protestanter, jøder, katolikker, osv.

Wrocław er et vigtigt universitets- og kulturcenter, som tiltrækker især unge folk fra forskellige verdenshjørner.

Det Gamle Torv er et specielt sted, hvor de gamle handelsruter gennem Europa krydsede hinanden og hvor forskellige arkitekturstile mødes i harmoni. Det gotiske Rådhus er ikke bare en historisk seværdighed, men et levende center for kulturaktiviteter.

I Wrocław er det rart at gå i byen. På Det Gamle Torv findes en række hyggelige og stilfulde restauranter, heriblandt den kendte Piwnica Świdnicka, hvor øllet altid smager bedre end... alle andre steder.

Wrocław er tillige kendt for sine adskillige kulturarrangementer og festivaler, hvoraf den mest berømte er oratorie- og kantatefestivalen "Wroclavia Cantans".

Den store sal Aula Leopoldina er det fornemste eksempel på barokarkitektur og kunst i byen. Aulaen tilhører Wrocław Universitetet.

**Byens særlige attraktion er det monumentale maleri "Panorama Racławicka" (Racławice panorama), der måler 15 x 114 m, og har et flademål på 1710 kvm. Billedet forestiller en slagscene mellem polakker og russere under krigen i 1700- tallet og udstilles i en speciel rund bygning. Beskueren hensættes i en anden virkelighed og en anden tid, som i en 100 år gammel 3D biograf...**



# Havet, søer og skove

Ravgylde strande ved Østersøen, bjerge og skove, floder og søer – den polske natur er bestemt ikke sparsom. Derfor findes der masser af muligheder for afslapning, hygge, fysisk udfoldelse og turistoplevelser af alle slags.



Langs den ravgylde kyst er

Międzyzdroje, Kołobrzeg og Sopot internationale feriebyer, kendt for deres smukke strande og mange attraktioner.

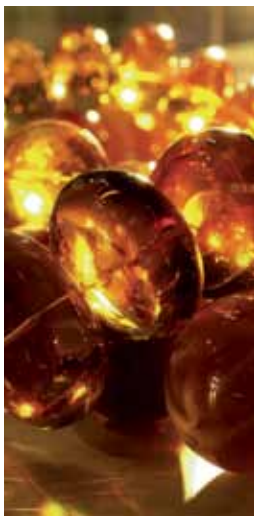
Her er ingen grund til at kede sig!

Ved daggry mærker man den friske duft af fyrreskoven ved stranden. Det er stille. Man kan kun høre bølgenes brus og mågernes skrig. Det er herligt at starte dagen med et bad i havet. Dagen tilbringes på stranden eller på de forskellige idræts- og rekreative steder med golf, ridning, tennis eller noget fjerde – helt efter behag.

Og om aftenen sørger de bedste underholdere for, at gæsterne morer sig. Hele natten.

## Det mystiske rav

Mange ravsamlere prøver deres held på strandene i Gdańsk bugt. Østersøens guld var værdsat allerede af de gamle romere. Det lokker stadigvæk med sin skønhed og mystisk kraft.



**Rav er hærdnet harpiks fra fortidige nåletræer. Slebet og indrammet, f.eks. i sølv, er det et perfekt smykke til enhver kvinde. Det siges, at rav har healende egenskaber og giver god energi til kroppen og sindet.**



# Havet, søer og skove

## Masurien – de tusinde søers land

Masurien har... alt for mange seværdigheder for at kunne opleve dem alle under et enkelt besøg. Tusinder søer, vandruiter, lystbådehavne, hyggelige fiskerbyer, barer og tavernaer med maritim folkemusik. Det rene vand frister til en dukkert og de mange fisk tiltrækker lystfiskere.

De fleste af søerne er relativt små eller mellemstore og gemmer sig dybt i skoven, blandt træer og tagrør, hvor forskellige fuglearter bygger sine reder. Andre, som Śniardwy og Mamry, har imponerende størrelse, som Wigry – en usædvanlig form, eller som Jaczno – en unik malakitgrøn farve.

Tæt på Masurien ligger Suwałki Søområdet, hvor søerne i gennemsnittet er lidt mindre, men lige så smukke.

På nogle af dem ligger ubeboede øer, hvor man for en stund kan prøve at leve som Robinson Crusoe.

Et rejsemål for natur- og fredelskere.

## Hvor mennesket kun er gæst

Białowieża urskoven overskrider Polens og... tidens grænser.

Træer, dyr og planter lever i dag som for tusinde år siden, i den tætte skov, i moser og enge.

Mennesket er her kun en gæst, for hvem urskoven afslører sine hemmeligheder. Man kan f.eks. få en chance for at være vidne til urfuglens raffinerede parringsdans, som er en storslået oplevelse for både øjne og ører, eller se vilde europæiske bisoner i deres naturlige omgivelser. Man glemmer aldrig disse "skovens konger", der vejer over 1 ton, men spiser kun græs.

Hvis man ikke er til vandring, kan man opleve skoven fra en hestevogn eller smalspors jernbane, som især børnene vil elske.



**I de polske skove kan man frit vandre rundt. Afmærkede ruter fører til de mest interessante steder, og på campingpladser kan man slå telt op, tænde et bål og riste en polsk pølse.**





# De polske bjerge

## Bjergenes hemmeligheder

Karkonosze massivet er en del af Sudety bjergkæden og den magiske region Nedre Schlesien. Fra toppen af det højeste bjerg Śnieżka (1602 m) kan man beundre landsdelens usædvanlige rigdom og variation, der er skabt med både naturens og menneskets hånd. På trods af det tætte net (2.500 km) af afmærkede turistruter, har Karkonosze bevaret sin hemmelighedsfulde karakter og tiltrækker opdagere og dem, der leder efter værdifulde mineraler. Marmorgrotten Jaskinia Niedźwiedzia (Bjørnehulen) har over 3 km lange gange og dybt skjulte kamre, hvor mennesket aldrig har sat sin fod. Karkonosze er 350 millioner år gamle. Det er svært at forestille sig sådan dette tal – det er nemmere at vandre rundt i bjergene og undersøge... tidens hemmeligheder.

## Tatra og Podhale-regionen

En panoramaudsigt over Tatra-bjergene kan ses fra mange steder i Podhale, Orawa og Spisz regionerne. Det ser ud som om de stejle granitklipper ville omfavne hele landet. De små landsbyer med træhuse og kirker har sin egen stil, karakteristisk for bjergområderne, hvor man får inspiration fra naturen. Zakopane, en by der ligger på grænsen mellem de høje enge og nøgne klipper, har i lang tid fascineret og tiltrukket vandre- og skientusiaster, kunstnere og dem, der bare vil have det sjovt. Fra Zakopane er der kun et skridt til bjergene. Og når man er i Tatra bjergene, er man – som højtlænderne siger – tæt på alt.

## Ubeboede og venlige

Bieszczady hører blandt de mindst beboede bjerge i hele Europa. Enkelte små landsbyer og et par lidt større byer er de eneste steder, hvor menneskerne bor. Resten - de jævnt skrånede bakker og enge - hører naturen til. Den kunstige Solina sø tiltrækker sejlere med sine fine lystbådshavne. Turistruter går forbi bøgeskove og bjergskråninger, ensomme ortodokse kirke og små gamle kirkegårde under lindetræer. I dag frister bjergene flere og flere turister, hvoraf mange foretrækker at nyde landskabet fra hesterygen.

**I dalerne Kościeliska og Chochołowska har man bevaret den gamle tradition for græsning af får. De hvide flokke flyttes med hjælp af hyrdehunde. Det er kun mænd, der får lov til at passe fårene. Kvinderne passer køer. Hvorfor? Ingen ved det.**

# På fotojagt

## Biebrza skal man tage med hjem

Storslåede sumpe- og moselandskaber i Biebrza flodens dal gør et magisk indtryk.

Med tømmerflåder, kajaker, til fods – alle måder er lige gode for fugle- og planteelskere. Ved solnedgangen afspejler vandet solstrålene og forvandler dalen til et lysteater.

Et uforglemmeligt syn, som man er nødt til at fotografere og tage med hjem.

## På fotojagt

Entusiaster af fotosafari er i skoven allerede ved morgengry. Der, dækket med grene og fuldstændig camoufleret, venter de på de vilde dyr. Bare man får et godt skud i kassen... I den 12 m dybe Sławskie sø tæt på Zielona Góra er vandet så krystalklart, at det er muligt at se helt ned til bunden. På en af øerne holder de sjældne og smukke skarve til. En enkelt rulle film vil bestemt ikke være nok.



De bedste steder for fotosafari er:

- Słowiński Nationalpark – vandrende klitter, op til 50 m høje
- Warta flodens udmunding i Odra – sjældne vand- og sumpfugle, samt vandrende fugle
- Biebrza – maleriske sumplandskaber og usædvanlig righoldig flora
- Bieszczady – om efteråret kronhjortens parringssæson, om vinteren – ulveflokke
- Białowieża urskoven, Białowiecki Nationalpark- bisoner og nogle af de ældste træer i Europa
- Tatra – alpint landskab og gemser



# Sejlads og kajaksport

## Gennem De Store Søer

De fleste masuriske søer er forbundet med hinanden med flode og kanaler. Man kan derfor rejse hele søområdet rundt uden at stige ud af sin sejlbåd eller kajak.

Man sejler ud fra Mikolajki, Ruciane-Nida eller Węgorzewo og så begynder eventyret! Sejlruten gennem De Store Søer er over 100 km lang (en af de længste af sin slags i Europa) og kræver en god båd, erfaring og sejlfærdigheder samt gunstige vinde. Ruten fører igennem vekslende landskaber, søer og floder, til den største polske sø Śniardwy – det er en oplevelse i maritimt stil. Man behøver ikke engang tage ud til kysten.

Den dybeste sø i i Polen - Hańcza - med en dybde på 108 m - er startpunktet for en malerisk, 80 km lange kajakrute gennem floden Czarna Hańcza og Augustowski kanalen med spændende landskaber og 18 sluser.

Den kunstige Elbląski kanal stammer fra det 19. århundrede. Den udgør et enestående eksempel på ingeniørvideskab og en stor turistattraktion, som den eneste af den slags i Europa. Kanalen er 62 km lang og alle de oprindelige hydrotekniske anlæg, såsom sluser, dæmninger, osv., er stadigvæk i brug. Eftersom der er op til 25 m forskel mellem vandniveauerne, blev der bygget 5 specielle ramper med spor, som bruges til at trække de 50 ton tunge turistbåde på vogne over land ved hjælp af kabler.

Efter en god tur er det anbefalelsesværdigt at sætte sig ned på en kro og få serveret heltling. Den bedste fisk i verden, som de lokale siger.

## Sejlbåde hurtigere end vinden selv

Isbåde farer frem og tilbage på den glatte overflade af tilfrosne masuriske søer. Isbåden er en kombination af sejlbåd og slæde og, hvis vinden er stærk nok, kan opnå en hastighed på over 100 km/h. Denne oplevelse giver virkelig et adrenalin-kick. En sejlbåd, der er hurtigere end en motorbåd – hvordan kan det være?

**Der er 100 m forskel mellem vandniveauerne i begyndelsen og slutningen af Elbląski kanalen. Det er ligesom at sejle op ad et vandfald.**



# Til vand, til hest og på cykel

## Dunajec dalen

Pieniny er en lille kalkstensbjergkæde, berømt for det pragtfulde landskab. Bjergene er "skåret over" af floden Dunajec og danner en dal. Den smukkeste udstrækning af floden, hvor den bryder gennem bjergene, og det mest spændende bjergparti med stejle skråninger der knejser 300 m over floden, kan beundres på tømmerflådetur - en oplevelse, der tager vejret fra en. Turen tager 3 timer – men minderne varer evigt.

## Alle elsker heste

Alle regioner i Polen byder på gode muligheder for ridning. I rideklubber, stalde og stutierier finder man alle mulige typer heste – fra ponyer og huculer til de bedste arabere.

Ved Książ slottet i Nedre Schlesien findes et stutierie, der er berømt for sine heste og træningsprogrammer for børn. Lær at ride på slottets rideskole eller tag en hestevognstur i det bjergrige område – det er ren fornøjelse.

Du kan glæde dig til en ridetur på stranden, gennem skoven eller i bjergdale. Op på sadlen!

## Altid med vinden

Attraktive turistruter fører fra Szczecin til Wrocław langs den store flod Oder, gennem skove og moseområder, og gamle byers gader. Altid med vinden. For dem, der gerne vil cykle "i modvind" anbefaler vi de rigtig svære ruter i Tatra og Karkonosze. De er så stejle, at de umiddelbart virker utilgængelige. Men er de nu virkelig sådan?

**Den europæiske cykelrute R-1 begynder i Calais (Frankrig) og løber gennem Holland, Tyskland og Polen til Rusland.**



# Sjov for alle

## I underjordiske labyrinter

Navnene Złoty Stok (Den Gyldne Skråning) og Góry Złote (De Gyldne Bjerge) pirrer guldsøgers fantasier. Selv om de forhenværende guldminer er for længst lukket, tiltrækker de stadigvæk masser af besøgende. Måske er der stadig noget guld tilbage?

I Kościeliska dalen i Tatra findes flere dusin grotter. Turistruter fører dog kun gennem nogle få af dem og andre er kun tilgængelige for erfarne huleforskere.

I Ziemia Lubuska området ved Świebodzin findes et underjordisk befæstningsanlæg, bygget af tyskere i årene op til 2. verdenskrig. Bunkere med stålkupler er forbundet via et system af gange. Med gangenes samlede længde på ca. 30 km, er anlægget det største i Europa. I dag huser det en af de største flagermuskolonier i Europa med ca. 30.000 flagermus af 12 forskellige arter. Under byen Chełm (ved Lublin) ligger labyrinter af gange - en gammel kridtmine, blot nogle meter under de livlige gaders overflade. En helt anden verden - for de modige og nysgerrige.



## Hundeslæder

Når man skal køre hundeslæde, er det hundenes udholdenhed og førerens benstyrke, der tæller. Hvert år afholdes der to internationale hundeslædeløb: i Młociny skoven i nærheden af Warszawa og i Zawoja i Beskid Żywiecki bjergene, med deltagelse af de bedste hunde af racerne alaskan malamut, sibirian husky og samojed.

Og førere? Jo, de kommer også... hvis de kan holde trit med deres hunde.



## Campingferie

Millioner af turister rejser rundt i verden i deres eget "hus på hjul". De er én stor verdensfamilie, som mødes på alle kontinenter. Polen tilbyder dem mange hyggelige campingpladser som er placeret nogle af de smukkeste steder i landet.



## Hvad sker der under vandet...

I Bytów, tæt på Gdańsk, findes en 33 m dyb sø - et udmærket sted for at lære at dykke. Når man har trænet i søen, kan man prøve sine kræfter af i den nærliggende Østersø, som anbefales for de mere erfarne dykkere.



# Sommer- og vintersjov

## Bondegårdsferie

Bondegårdsferie er ferie for hele familien, som kombinerer afslapning med nye erfaringer. Alle kan finde på noget nyt at lære – det kan være hemmeligheder af det regionale køkken, eller hvordan man kører traktor, eller måske hvordan man slår græs med le. Pas på! Leen er skarp som en ragekniv. De helt frygtløse kan prøve at malke en ko. En du nu stadigvæk sikker på, at mælk kommer fra supermarkeder?

## Sommersjov

Hver sommer, i Dobro Miasto i Masurien, mødes musikalske familier fra hele verden - musik bringer jo mennesker sammen, ifølge et gammelt ordsprog.

En helt anderledes familieattraktion er verdensmesterskabet i guldvaskning i Złotoryja, hvor guld, efter sigende, "ligger på gaderne". Og dem, der elsker Østersøens guld – ravet, mødes hvert år i Stegna ved Gdańsk, for at deltage i verdensmesterskabet i ravsamling.

## Vintersjov

Når sneen knirker under støvlerne, er der tid til "kulig" slædeture. Man tager to heste, en stor slæde, og nogle mindre slæder, som man fastgør til den store – og så kan legen begynde. En slædetur med fakler, der oplyser vejen og tilsnæede grantræer, efterlader uforglemmelige minder. Under karneval i Bukowina Tatrzajska strømmer folk i tusindvis til byen for at beundre de modige højlændere når de kører væddeløb med de traditionelle to personers "kumoterka" slæder eller bliver trukket af sted på ski af en hest.

Det årlige skiløb "Bieg Piastów" i Karkonosze har flere tusinde deltagere, hvoraf de yngste er 3, og de ældste 70 år gamle.



# Til gavn for kroppen og sindet

## I sundhedens dal

I Kłodzko dalsænkningen, som er præget af et specielt, mildt og forfriskende lokalklima og nostalgisk landskab, findes kursteder med kilder med helbredende mineralvand. Kurbyerne Kudowa Zdrój, Polanica Zdrój og Duszniki Zdrój kan besøges hele året rundt. Her, i 400 m højde, kan man indånde det rene luft, hvile og komme til kræfter... med akkompagnement af klassisk musik, især under Chopin festivalen i Duszniki.



## Afslapning med underholdning

Krynica Zdrój er især populær blandt opera- og teaterkunstere. Byen har derfor en særlig atmosfære, hvori behandling, afslapning og underholdning er kombineret. Om morgenen tager man et mudderbad og en gang massage, derefter en tur til drikkehuset, hvor man kan nyde mineralvand fra forskellige kilder, og derfor med forskellige smage og helbredende virkninger. Om aftenen må man ikke gå glip af en koncert eller kabaretforestilling. Latter har jo også en helbredsmæssig effekt.

Om vinteren er Krynica lige så fuld af gæster fra hele Europa. I vinterkarnevalperioden byder byen nemlig på endnu flere muligheder for at have det sjovt.



## Foryngelse og velvære – simpelthen et nyt liv



# Forkældende spabehandling

## Ved havet og under jorden

Kurstederne ved Østersøens kyst er også vældig populære hele året rundt. Gæsterne i de moderne og hyggelige sanatorier tilbydes helbredende behandlinger på et højt fagligt niveau. Kolobrzeg er kendt for effektiv behandling af motoriske problemer. Udover selve behandlingen får man mulighed for at gå forfriskende ture langs stranden og indånde den helbedsfræmmende, jodholdige luft. I den berømte saltmine Wieliczka hersker der "havklima" 100 m under jorden. Saltluften i det underjordiske sanatorium helbreder og lindrer astma, allergi og hjertesygdomme.

## Simpelthen et nyt liv

Pladser på de polske "beauty farms" skal bookes i meget god tid, for der kommer altid mange, der er villige til at underkaste sig de "ubarmhjertige" trænere og "grusomme" læger, som kræver, at man går i skarp træning og ikke får sin dessert. På trods af disse torturer, forlader gæsterne stedet smilende og tilfredse med resultatet. Også dem, der har fået foretaget skønhedsoperationer.

### Foryngelse og velvære – simpelthen et nyt liv



# Riddertraditioner

Når man holder ferie på et gammelt slot, kan man opleve, hvordan de kongelige "levede lykkeligt til deres dages ende".

## Til den sidste dråbe... sved

Et weekendslotsophold er noget for de mere udholdende og tålmodige. Før festen kan begynde og troubadurerne kan synge deres sang, skal man være med til en ridderturnering. Som beskuer eller deltager – og der er flere og flere, der gerne selv vil prøve. Især Golub-Dobrzyń er kendt for sine årligt tilbagevendende ridderturneringer. Riddere i tunge rustninger svinger med deres sværd til den sidste dråbe... sved og smukke hofdamer kaster kæln blikke efter deres helte.

## En ferie med spøgelse

Slottet i Moszna i nærheden af Opole har 99 tårne – og næsten lige så mange byggestile. En kunstfærdigt udhugget stenblomst pryder haven sammen med ægte planter. Når de pragtfulde rhododendroner og azaleaer er i fuld blomst, afholdes en række udendørs klassiske koncerter i parken. Til slottet hører et hestestutteri i kun én stil, nemlig mauritansk. Og spøgelse? De er farete vild i slottets gangelabyrinth, kamre og tårne.

## I champagne-stemning

Har du nogensinde tilbragt Nytårsaften i slotsgemakker, klædt ud i de kongelige dragter og i champagne-stemning? I Niepołomice, tæt på Kraków, findes et smukt renæssance slot.

**Tænk bare: Nytårsaften på et kongeslot... i Polen!**



# En vifte af muligheder

Når morgendugen har lagt sig...

...er det bedst at starte dagen med at gå barfodet på en blomstrende eng. Nyd følelsen af det kølige græs mod din bare hud og de varme solstråler på dine kind. Det bliver en smuk dag... Stort udvalg af muligheder På landet kan man tage sig en ridetur, lystfiske eller bare iagttage naturen. Andre gode forslag er at hjælpe til på gården eller... sætte sig under et træ og lytte til den dejlige stilhed.

Stjerner over hovedet

Aftensmad ved et bål. Stjernerne skinner over hovedet, frøerne kvækker, ugerne tuder... På landet vil du komme til at mærke livets smag igen. Tæt på naturen.

Fine klipninger

Om efteråret får folkekunstnere rigtig travlt. De laver træfigurer af helgener, dekorerede møbler, glasmalerier, broderede duge og fine klipninger. Klipninger fra Koniakowa og Bobowa har fået stort renommé i hele verden. Er det nemt at lære kunsten?

Til højlændernes musik

Beskidy Kulturuge afholdes hvert efterår og samler massevis af tilskuere. I byerne og landsbyerne i regionen kan man opleve en bred vifte af udstillinger og forestillinger samt deltage i et væld af aktiviteter, f.eks. folkedansværksteder. Højlændernes vinterkarneval i Bukowina Tatrzańska er simpelthen årets begivenhed i Tatra bjergene. Husk at smage på de traditionelle lokale retter. Velbekomme!

**Fire årstider – fire måder at opleve livets smag på**



# Lad os mødes i Polen

Polen byder på udmærkede muligheder for at afholde konferencer, kurser og møder samt for at arrangere forskellige former for incentive-ture. Den traditionelle polske gæstfrihed og de moderne faciliteter sikrer fuld komfort for gæsterne, inklusive de mest kræsne forretningsfolk. Enhver, der gerne vil arrangere et ualmindeligt, enestående og ukonventionelt møde, f.eks. for sine erhvervspartnerne, vil være yderst tilfreds med infrastrukturen og den udmærkede og kompetente service.

## Smukke og nyttige

Konferencecentre indrettet i gamle paladser og herskabshuse er et udmærket sted for gæster, som ikke kan slappe af uden at arbejde. I enestående interiører udarbejder man de bedste forretningsplaner og de smukkeste projekter.

## Internationale beslutninger

Det fine slot i Baranów Sandomierski huser et moderne konferencecenter med alle faciliteter i topklasse. Barokinteriøret i italiensk stil, den franske have, musikkoncerter og det traditionelle polske køkken skaber en international stemning. De bedste omgivelser, når man skal tage beslutninger og forhandle aftaler af international betydning.

## Tid til afslapning

Konferencecentre har alt, hvad man kan ønske sig – veludstyrede lokaler, internet, professionel betjening og raffineret køkken. Og når man er færdig med arbejdet, er der tid til at slappe af. Men hvad skal man vælge?

**Polen – et udmærket valg til alle årets og dagens tider**



# Nyd det traditionelle polske køkken

Polakker åbner sine døre og dækker borde for gæster med glæde. For, som det gamle ordsprog siger, "At have en gæst i huset er som at have Gud i huset". Og det de har at byde på, vil få munden til at løbe i vand, selv hos de største gourmeter. I århundreder har landets køkken været påvirket af både det franske og italienske køkken og de mere eksotiske – tatariske, armenske, litauiske, russiske, ungarske og jødiske. Derfor finder man i det polske køkken både den franske elegance, indført af den første polske valgkonge Henri de Valois, aromaer fra Litauens mystiske urskove, den søde smag af retterne, der blev serveret om sabbaten og den rå tatarbøf – en ret, der ifølge overleveringer blev opfundet af de grusomme mongolske krigere ved, at de anbragte et stykke kød under sadlen og lod det modne for ekstra mørhed.

Også de enkelte regioners køkken er varieret og byder på et udvalg af spændende karakteristiske retter og produkter. Den nordlige del af landet – regionerne ved Østersøen og søområderne - har naturligvis specialiseret sig i fiskeretter, Mazowsze er kendt for den sure suppe żurek, og fra de østlige egne stammer de berømte piroger. Wielkopolska regionen, i den vestlige del af Polen, er kendt for anderetter, Suwalszczyzna byder på forskellige kartoffelretter, Podhale – på kwaśnica (en surkålssuppe) og den røgede fåreost oscypek. I alle regionerne har man altid flittigt brugt råvarer fra naturens spisekammer – fra skove, marker, enge, floder og søer. Enhver erfaren polsk kok vil bekræfte, at det traditionelle polske køkken er ufuldendt uden gryn, fisk, krebs, vildt, svampe og bær. For at bedre kunne forstå, hvorfor de polske retter er så velsmagende, skal man vide, at de forberedes af naturlige råvarer af høj kvalitet, uden tilsætningsstoffer, og med anvendelse af de traditionelle madlavningsmetoder. Gamle opskrifter, f.eks. på krebsesmør, kålrabi-blinis, eller marinerede tjørnebær, som man serverer til vildt, er gået i arv fra generation til generation. En række ingredienser, der indgår i det polske køkken, kan virke eksotiske for udlændinge. Surkål, saltede agurker, mange slags gryn, syltede eller tørrede svampe, surmælk og surdej er blot nogle eksempler. Og de polske kokke husker altid at tilsætte den vigtige sidste ingrediens – hjertet.





## Republikken Polen

Areal: 312.000 km<sup>2</sup>.

Beliggenhed: Centraleuropa.

Grænser op til: Tyskland, Tjekkiet, Slovakiet, Ukraine, Hviderusland, Litauen og Rusland. Den nordlige, mere end 500 km lange, grænse er Østersøens kyst. Indbyggertal: ca. 38 millioner.

Statsvåben: hvid ørn med gylden

krone på rød baggrund.

Nationalflag: hvidt og rødt.

Nationalsprog: polsk.

Hovedstad: Warszawa.

Andre store byer: Łódź, Kraków, Wrocław, Poznań, Gdańsk, Szczecin, Bydgoszcz, Lublin, Katowice.

Klima: tempereret, gennemsnitstemperatur i juli måned 19 °C, men stiger tit op til 30 °C. De koldeste måneder er januar og februar. Fra januar til marts er der gode skiforhold, især i bjergene.



## Fri- og helligdage

Udover alle lørdage og søndage er følgende dage officielle fridage: Nyårsdag (1. januar), Påskedag og 2. påskedag (forskydelig helligdag), Arbejdernes dag (1. maj), Grundlovsdag (3. maj), Kristi Legemes og Blods Fest (forskydelig helligdag, falder altid på en torsdag, normalt i juni), Jomfru Marias Himmelfart (15. august), Allehelgensdag (1. november), Nationaldagen (11. november), Juledag og 2. juledag (25-26. december).



## Overnatning

Der findes hoteller i alle kategorier, både uafhængige hoteller og hotelkæder. Man kan også overnatte på et af de mange moteller, pensionater, vandrehjem og på campingpladser. Mange historiske bygninger (paladser, slotte, herskabshuse, møller, osv.) er tillige blevet omdannet til spændende overnatningssteder. Reservation kan foretages pr. telefon, fax eller Internet.

- Hoteller og hotelkæder: [www.discover-poland.pl](http://www.discover-poland.pl), [www.hotelsinpoland.com](http://www.hotelsinpoland.com), [www.polhotels.com](http://www.polhotels.com), [www.hotelspoland.com](http://www.hotelspoland.com), [www.polhotel.pl](http://www.polhotel.pl), [www.warsawshotel.com](http://www.warsawshotel.com), [www.visit.pl](http://www.visit.pl), [www.orbisonline.pl](http://www.orbisonline.pl), [www.pph.com.pl](http://www.pph.com.pl)
- Overnatning i historiske bygninger: tf./fax +(48) 22 646 81 50, [info@hhpoland.com](mailto:info@hhpoland.com), [www.hhpoland.com](http://www.hhpoland.com)
- Reservering af landboferie: tf. +(48) 52 398 14 34, +(48) 602 459 137, [www.agritourism.pl](http://www.agritourism.pl), [federgg@wp.pl](mailto:federgg@wp.pl)
- Vandrehjem: tf. +(48) 22 849 81 28, fax: +(48) 22 849 83 54, [www.ptsm.org.pl](http://www.ptsm.org.pl)
- Campingpladser: tf./fax +(48) 22 810 60 50, [www.pfcc.eu](http://www.pfcc.eu)
- Polsk Turistforening: [www.pttk.pl](http://www.pttk.pl)



## Valuta

Den nationale møntfod i Polen er den Polske Zloty (PLN). Det er muligt at betale med andre valuter, f.eks. Euro, efter aftale mellem køberen og sælgeren, men det er ikke obligatorisk og man får byttepenge udbetalt i Zloty. Udenlandske valutaer veksles i banker og på vekselkontorer. Man kan benytte betalings- og kreditkort i næsten alle forretninger, samt til at hæve kontanter i pengeautomater 24 timer i døgnet. 1 Zloty = 100 Grosz. Følgende mønter er i cirkulation: 1, 2 og 5 Zloty, 1, 2, 5, 10, 20, 50 Grosz; pengesedlerne findes i: 10, 20, 50, 100 og 200 Zloty.



## Told- og valutaregler

Told- og valutareglene i Polen er som i det øvrige EU. Aktuelle oplysninger fås hos Finansministeriet på [www.mf.gov.pl](http://www.mf.gov.pl) eller på tf. (+48) 22 694 31 94.



## Rejse med fly

Lufthavne findes i Warszawa, Kraków, Gdańsk, Poznań, Wrocław, Łódź, Rzeszów, Szczecin og Bydgoszcz. Polskie Linie Lotnicze LOT er det nationale flyselskab. Oplysninger om Nazionale og internationale flyforbindelser findes på hjemmesiden [www.lot.com](http://www.lot.com).

Mange andre flyselskaber flyver også til Polen, inkl. lavpris flyselskaber som f. eks. Aer Lingus – [www.aerlingus.com](http://www.aerlingus.com), Easyjet – [www.easyjet.com](http://www.easyjet.com), Germanwings – [www.germanwings.com](http://www.germanwings.com), Jet2 – [www.jet2.net.pl](http://www.jet2.net.pl), Norwegian – [www.norwegian.no](http://www.norwegian.no), Ryanair – [www.ryanair.com](http://www.ryanair.com), WizzAir – [www.wizzair.com](http://www.wizzair.com).



## Rejse med tog

Hele landet er dækket af et tæt jernbanenet. IC og EC tog forbinder alle store byer i Polen med hinanden – og de største byer i Europa. IC- og EC-trafikken forestås af den statsejede jernbaneoperatør PKP. Alle nødvendige oplysninger om togforbindelser fås på [www.pkp.pl](http://www.pkp.pl), pr. telefon og hos informationen på banegårde. Andre indenlandske togforbindelser betjenes af Przewozy Regionalne selskabet: [www.pr.pkp.pl](http://www.pr.pkp.pl).



## Rejse med bus

På trods af det begrænsede antal motorveje har Polen et veludviklet vejnet. Busser når ud til byer og landsbyer i alle hjørner af landet. Derudover findes der mange busforbindelser til de fleste lande i Europa. Ruter i hele Polen betjenes af statslige og private busselskaber – f.eks. PPKS – [www.rozkłady.com.pl](http://www.rozkłady.com.pl) og Polski Express – [www.polskiexpress.pl](http://www.polskiexpress.pl).



## Bytransport

Bytransportmidler omfatter busser, sporvogne og taxaer, samt – i nogle af byerne – trolleyvogne, og i Warszawa – metroen. Om natten, mellem kl. 22.00 og 06.00, kører der natbusser og sporvogne. Billetter kan købes i kiosker og forretninger, og om natten også af chaufførerne. Taxaholdepladser er afmærkede med "Taxi" skilte. Det er dog bedst at benytte telefonisk bestilling. Det er dyrere at køre uden for byens grænser, i weekender og om natten.



## Trafikregler

Færdselsreglerne i Polen er som i det øvrige EU. Hastighedsbegrænsning er som følger:

- i bymæssig bebyggelse 50 km/t;
- på landeveje 90 km/t;
- på motortrafikveje 110 km/t;
- på motorveje 130 km/t.
- Køreløys og sikkerhedssele er påbudt.



## Alarmnummers

Alarmopkald (landsdækkende gratis numre): Lægevagten / ambulance – 999, Brandvæsenet – 998, Politiet – 997, fælles alarmnummer – 112 – er tilgængelig fra mobiltelefoner. I sommerperioden er der oprettet en særlig nødhjælpslinie for udenlandske turister, tf.nr. 0-800 200 300 (kun fra polsk fastnettelefon) eller (+48) 608 599 999 (fra mobiltelefoner).

