



wirtualnemedia

# PODRÓŻE 2024

*Zima*

DODATEK SPECJALNY



Podróże w wydaniu  
Tomka Michniewicza

Święta w domu czy w tropikach?

First minute czy last minute?

Gdzie na narty i na deskę?

2 w 1: praca i podróże

# Zimowa eksploracja świata

**Z**ima to wyjątkowy czas, który daje podróżnikom szeroki wachlarz możliwości. Dla jednych to idealna pora, aby wyruszyć na ośnieżone górskie stoki, ciesząc się aktywnością na świeżym powietrzu i śniegiem. Inni marzą o ucieczce od mrozu i wiatru, szukając schronienia pod ciepłym słońcem egzotycznych plaż. Bez względu na to, czy wybieramy zimowe szaleństwo w górach czy relaks w tropikach, każda podróż wymaga odpowiedniego przygotowania.

Oddajemy w Państwa ręce drugą edycję naszego dodatku „Podróże”, tym razem skupionego wokół zimy. Ale nie ograniczamy się w nim jedynie do tej pory roku.

Pokazujemy na jego łamach, gdzie warto wybrać się na narty czy na snowboard. Co mają nam do zaoferowania w tym zakresie polskie ośrodki narciarskie - a jest ich przecież całkiem sporo. Opisujemy też, które europejskie kurorty są najczęściej wybierane przez Polaków do szusowania po górskich stokach czy lodowcach.

W naszej publikacji zastanowimy się również, czy święta Bożego Narodzenia spędzać tradycyjnie w Polsce czy zdecydować się na plażowanie w tropikach. Jeśli tradycyjnie - to niekoniecznie w domu. Więc gdzie?

Jeżeli zaś wybierzemy wyjazd w tropiki, to czy warto taki wyjazd zaplanować dużo wcześniej? A może czekać do ostatniej chwili? Co się lepiej opłaca: oferty first minute czy last minute. I dlaczego?

Na naszych łamach nie zabraknie też ciekawych inspiracji, które mogą stanowić drocenne wskazówki przy wyborze kierunku podróży. Prezentujemy bowiem Państwu uroki polskich kątek oraz atrakcje oferowane przez inne europejskie miasta.

Opisujemy także zjawisko tzw. workation, czyli łączenia pracy z podróżowaniem. Tutaj zwrócimy uwagę na tzw. cyfrowych nomadów (digital nomads) – zjawisko, które ewoluowało na przestrzeni ostatnich lat.

Swoimi doświadczeniami z eksplorowania świata dzieli się w naszym dodatku „Podróże” Tomasz Michniewicz. Człowiek niezwykle wszechstronny, który odkrywa miejsca nieoczywiste. Który nie tylko podróżuje i to relacjonuje, ale też wykorzystuje zdobytą w ten sposób wiedzę w codziennej pracy, organizując różne warsztaty czy szkolenia.

W naszej publikacji nie mogło zabraknąć także informacji o najciekawszych kulturalnych propozycjach, jakie do zaoferowania ma nasz kraj.

Dodatek „Podróże” to również cały wachlarz wskazówek dotyczących planowania wyjazdów: praktyczne porady związane z lotem samolotem, informacje o dostępnych rodzajach ubezpieczeń czy też koniecznych szczepieniach.



Zapraszamy do lektury!

**Beata Goczał**

dziennikarka  
Wirtualnedia.pl



# Plaża pod palmami zamiast tradycyjnych świąt z choinką

Coraz więcej Polaków, zwłaszcza z młodszego pokolenia rezygnuje z bożonarodzeniowych tradycji na rzecz podróży w wymarzone miejsca.

Z badania Amazon.pl i Instytutu Badań Rynkowych i Społecznych IBRIS zrealizowanego w ub.r. wynika, że coraz więcej Polaków marzy o tym, żeby spędzić święta Bożego Narodzenia za granicą. Raport pokazał, że przed rokiem o świątach w domu z rodziną marzyło tylko 30 proc. badanych. Polacy chcieliby zamienić choinkę na palmkę w drinku, 12 potraw – na szwedzki stół, a mróz – w upał.

Z badania Amazon.pl wynika też, że ponad 1/4 badanych (26 proc.) marzy o tym, by spędzić święta z dala od domu – najchętniej na zagranicznym wyjeździe lub w górach. O wyjeździe za granicę marzą głównie przedstawiciele Generacji X1 (22 proc.) oraz kobiety (20 proc.).

## Odpoczynek ponad tradycję

Ten trend potwierdza Deniz Rymkiewicz, ekspert internetowego biura podróży eSky.

pl. - Choć wydawałoby się, że Święta w Polsce tradycyjnie spędzamy w rodzinnym gronie, to w ostatnich latach widoczny jest trend organizowania coraz większej liczby wyjazdów za granicę w tym czasie. Z naszych danych wynika, że w tym roku dłuższe wyjazdy (pobyt przez co najmniej pięć nocy) są dominującą formą podróży, jaką wybierają użytkownicy eSky.pl w okresie stricte świątecznym – mówi. Jego zdaniem to właśnie w grudniu wiele osób preferuje wybrać się na urlop, by zregenerować siły i z nową energią wejść w nowy rok.

- Konieczność organizowania takiego wycieczki wpisuje się w narrację rosnącej świadomości społeczeństwa, które w coraz większym stopniu dba o swoją kondycję psychiczną i fizyczną. Wakacje poza sezonem z internetowymi biurami podróży są tym bardziej kuszące, że dzięki pakietom dynamicznym możemy wybierać spośród tysięcy destynacji, zarezerwować dowolny nocleg w każdym standardzie, wybrać najbardziej odpowiednie daty podróży i długość pobytu, a także skonfigurować cały wyjazd w zależności od konkretnych potrzeb. Ponadto budżet już nie stanowi żadnego ogra-

niczenia, gdyż pakiety dynamiczne – oferujące atrakcyjne ceny dzięki tanim połączeniom lotniczym i bogatej, różnorodnej bazie noclegowej w internetowych biurach podróży – pozwalają zorganizować wakacje na każdą kieszeń – wskazuje Deniz Rymkiewicz.

## Kierunek – bliżej słońca

eSky.pl przeanalizowało, które kierunki podróży wybierają klienci w okresie między Mikołajkami (6 grudnia) a świętem Trzech Króli (6 stycznia). Analiza ta po raz kolejny potwierdziła wcześniej obserwowane trendy: na 7 najpopularniejszych destynacji 5 jest położonych na ciepłym europejskim południu. Wśród nich są trzy maltańskie miasta (Qawra, Mellieħa i Valletta), cypryjskie Pafos i portugalska Lizbona. Poza tym w rankingu znalazły się również Durres (Albania) i Mediolan we Włoszech.

- Tradycyjnie największym zainteresowaniem Polaków rezerwujących swoje podróże z eSky.pl od grudnia do lutego cieszą się kierunki oferujące najwięcej słońca. Jeśli chodzi o bliższe destynacje w Europie, to w tym roku szczególną uwagę podróżni zwracają na Maltę,

Cypr i Wyspy Kanaryjskie: wszędzie tam średnia temperatura dzienna rzadko kiedy spada poniżej 15 stopni Celsjusza. Podobnie jest na portugalskiej Maderze oraz w regionie Algarve obejmującym całe południowe wybrzeże tego kraju na Półwyspie Iberyjskim – o tej porze roku chętnie rezerwujemy tam zarówno city breaki, jak i wakacje w formule lot plus hotel – wylicza Deniz Rymkiewicz.

Ale podróże zimą „nie samą Europą stoją”. Z badań eSky.pl zrealizowanych wspólnie z agencją GfK wynika, że do najczęściej odwiedzanych dalekich kierunków należą Tajlandia, Sri Lanka i Japonia w Azji; Tunezja, Maroko i Madagaskar w Afryce; Stany Zjednoczone, Meksyk i Dominikana w Ameryce Północnej; Peru, Wenezuela i Boliwia w Ameryce Południowej. Natomiast na Bliskim Wschodzie najczęściej poszukujemy ciepła i nowych wrażeń w Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Piotr Henicz, wiceprezes biura podróży Itaka mówi, że okres Bożego Narodzenia jest coraz częściej wybierany na dalekie podróże. Bywa, że łączony jest także z Sylwestrem, jeśli pozwala na to rozkład lotów na dany kierunek.

- Sylwester jest popularny „od zawsze”, a zainteresowanie wyjazdami świątecznymi rośnie od kilku lat, wraz z rozwojem kierunków long haul. Najpierw rosło zainteresowanie wyjazdami w okresie Wielkanocy (głównie wycieczki objazdowe), nieco później, w ślad za tym trendem podążył wzrost popularności wyjazdów świątecznych. Tendencja ta jest szczególnie widoczna od kilku lat, wyraźnie zaznacza się po pandemii COVID-19, kiedy klienci biur podróży zaczęli poszukiwać innej niż tradycyjna formy spędzania świąt, po okresie lockdownu. Do najpopularniejszych należą kierunki egzotyczne, jak Dominikana, Tajlandia, Nosy Be (Madagaskar), Oman, Zanzibar, a także Langkawi, w których zostały ostatnie wolne miejsca. Dlatego tu trzeba się spieszyć z rezerwacją. Dużą popularnością cieszy się także Egipt i Wyspy Kanaryjskie, z uwagi na niższe ceny. Kolejną nowością ofertową na sezon Zima 24/25, która spotkała się z bardzo dobrym przyjęciem są rejsy statkami wycieczkowymi prestiżowych armatorów. Nie ma już miejsc na rejsy do Zjednoczonych Emiratów Arabskich, można jeszcze wybrać się na rejs po Wyspach Kanaryjskich. Coraz więcej klientów wybiera ofertę Itaka Smart, opartą na pakietowaniu dynamicznym do takich miejsc jak Zjednoczone Emiraty Arabskie (Dubaj, Ras-el-Khaimah, Abu Dhabi), Mauritius, Malta, Sesele, Rzym, Paryż, Londyn, Madryt, Barcelona czy Ateny. Warto jednak pamiętać, że bliskość daty wyjazdu może oznaczać mniejszą dostępność wolnych miejsc, szczególnie w popularnych destynacjach. Są jeszcze miejsca na wyloty na Sal (Wyspy Zielonego Przylądka), do Egiptu, na Djerbę (Tunezja), z kierunków egzotycznych – do Kenii, a dla narciarzy – do Innsbrucka – mówi Piotr Henicz.

## Coraz więcej egzotyki

Wiceprezes Itaki przyznaje, że z roku na rok rośnie udział „egzotyki” i sezonu zimowego w sprzedaży touroperatorów.

- Rozbudowujemy naszą ofertę, ciągle dołączając nowe kierunki, więc nasi klienci zawsze mają nie tylko duży wybór, ale także nowości, które szczególnie interesują naszych stałych klientów, którzy regularnie z nami podróżują. Polecamy nasze nowości czarterowe z bezpośrednim przelotem Dreamlinerem: Bali i Mauritius, a także Nosy-Be, małą wyspę należącą do Madagaskaru, safari w Kenii czy luksusowe resorty na prywatnych wyspach na Malediwach. Gorąco zapraszamy na Langkawi (także przelot Dreamlinerem): tu wypoczynek na przepięknej wyspie można połączyć ze zwiedzaniem słynnych metropolii: Kuala Lumpur i Singapuru – dodaje.

Zdaniem Marzeny Buczkowskiej – German, ekspertki ds. komunikacji zewnętrznej i obsługi medialnej w Wakacje.pl klienci biur podróży zimą poszukują głównie kierunków słonecznych, ciepłych, choć niekoniecznie upalnych. W zależności od tego, jaką ilością czasu dysponują, decydują się na różne regiony świata.

- W przypadku wypadów krótszych, kilkudniowych, świetnie sprawdzają się Egipt, Hiszpania – tu mowa zarówno o Andaluzji jak i o Wyspach Kanaryjskich, Zjednoczone Emiraty Arabskie, Malta, Turcja (Riwiera Turecka) i Cypr. Z kierunków dalszych prym wiodą Tajlandia, Dominikana, Zanzibar, Kenia, ale też Wyspy Zielonego Przylądka czy Oman. Nowością w tym roku są bezpośrednie loty na Langkawi, a to stosunkowo nowy kierunek w ofercie, który



ma szansę odnieść sukces podobny to tego, jaki odniósł Wietnam – wylicza Marzena Buczkowska – German.

Zdradza, że w tym roku widoczny jest wyjątkowo wysoki popyt na okres świąt i sylwestra, co z pewnością związane jest częściowo z korzystnym układem dni w kalendarzu. - Przy kilku dniach urlopu można wyjechać nawet na 17 dni, a to pozwala zrealizować wczasy w najdalszych zakątkach świata – dodaje ekspertka.

## Kierunki, które pobudzają wyobraźnię

Badania eSky.pl zrealizowane z GfK potwierdzają rosnącą wśród użytkowników tego biura podróży chęć ucieczki od zimy i spędzenia wakacji w ciepłych krajach.

- Wiemy, że 43 proc. ankietowanych Polaków w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie zorganizowało dłuższy urlop wypoczynkowy poza sezonem (wobec 35 proc. osób organizujących wakacje między lipcem a sierpniem). Natomiast pytana o tegoroczne plany wyjazdowe jedna czwarta respondentów (23 proc.) wskazywała, że zamierza zorganizować wakacje w egzotycznych krajach – to wzrost o 3 p.p. względem poprzedniego roku i 5 p.p. w porównaniu z analogicznym badaniem zrealizowanym w 2022 roku – wskazuje Deniz Rymkiewicz.

Dodaje, że w przypadku egzotycznych krajów istotną rolę odgrywa fakt, że Polacy jako społeczeństwo są coraz bardziej zamożni i mobilni, dlatego wielu z nas stać na częstsze podróżowanie, również do daleko położonych destynacji.

- Ciekawia nas odległe kierunki, które pobudzają wyobraźnię. Stąd bierze się chęć poszukiwania egzotycznych doznań. Tym bardziej że przez większą część roku pogoda w Polsce nie rozpieszcza, dlatego spragnieni słońca wyruszamy tam, gdzie ciepło, robiąc to najchętniej poza sezonem – dodaje ekspert eSky.pl.

Mimo tęsknoty za egzotyką i tropikami nie maleje zainteresowanie podróżami do górskich kurortów.

W Itace w tym roku wyjątkowo szybko wyprzedziały się narty w tureckiej Kapadocji - Erciyes-Kayseri w okresie świąteczno-noworocznym, także po Nowym roku cieszą się dużym powodzeniem. We Włoszech to Dolina Aosty: Pila, La Thuile, Courmayeur i Val Gressoney oraz Madonna di Campiglio, San Martino di Castrozza, Val di Fassa i Arabba – Marmolada, w Andorze: Grandvalira i Pal-Arinsal.

- Powodzeniem cieszą się Włochy – klienci z uwagi na sporą odległość od domu coraz chętniej decydują się na wycieczkę lotniczą, bo to skraca podróż, a dzięki połączeniom lotniczym z różnych lotnisk regionalnych oferta jest szeroko dostępna. W ramach dojazdu własnego wybierane są ośrodki narciarskie w Austrii, ale też na Słowacji i w Czechach. W dalszej kolejności pojawia się Szwajcaria – mówi Marzena Buczkowska – German.



# Szusowanie

Zima to nie tylko okres kojarzący się głównie z rodzinnymi świętami Bożego Narodzenia. Dla miłośników aktywnego spędzania czasu to pora zimowego szaleństwa na fascynujących, ośnieżonych stokach.

Stojący przed nami otworem świat daje dzisiaj miłośnikom sportów zimowych całą masę możliwości aktywnego spędzania czasu. Możliwości ograniczonych jedynie wyobraźnią i zasobnością portfela.

W tej publikacji prezentujemy najlepsze, według niezależnych rankingów, ośrodki narciarskie w Polsce oraz w Europie. Niech stanie się ona swojego rodzaju przewodnikiem po miejscach, w których warto wyruszyć na ośnieżone stoki.

W sezonie 2023/2024 eksperci od sportów zimowych stworzyli i opublikowali w „Magazynie Travelist” ranking najlepszych ośrodków narciarskich w Polsce. Zawiera on Top10 miejsc, które koniecznie trzeba odwiedzić.

1. **Szczyrk Mountain Resort** - to łącznie 23 km tras zjazdowych o zróżnicowanym stopniu trudności, odpowiednio wyprofilowanych i poszerzonych. Ma aż 5 km tras oświetlonych. Narciarze i snowboardziści mają do dyspozycji 10-osobową kolej gondolową i trzy 6-osobowe koleje kanapowe.
2. **Jaworzyna Krynicka, Krynica-Zdrój** - mamy tu łącznie 14 kilometrów tras i 12 torów - dostępnych zarówno dla początkujących, jak i dla tych prezentujących wyższy stopień zaawansowania narciarzy. W ośrodku są 4 trasy z homologacją FIS oraz trasa slalomowa z pomiarem czasu.
3. **Zieleniec Sport Arena** - największy ośrodek narciarski w polskich Sudetach, w którym można jeździć od późnej jesieni aż do wczesnej wiosny. Do dyspozycji są 22 trasy

o łącznej długości 23 km. Przeważają te łatwe i rekreacyjne, ale na nudę nie będą narzekać i ci mocno zaawansowani. Atrakcją jest snowpark z nowoczesnym torem snowcrossowym.

4. **PKL Kasprowy Wierch, Zakopane** - najwyżej położony ośrodek narciarski w Polsce, który oferuje 14 kilometrów tras narciarskich z homologacją FIS. Wśród nich droga Goryczkowa - najdłuższa i najwyżej położona.
5. **Kotelnica Białczańska, Białka Tatrzańska** - w Białce obok Kotelnicy działają jeszcze 3 inne stacje narciarskie: Bania, Kaniówka i Horników Wierch, które razem z Kotelnicą tworzą sieć 20 tras narciarskich. 14 kilometrów stoków, zarówno łagodnych, jak i posiadających homologację FIS.
6. **Ski Arena Szrenicka** - ma najbardziej stromą trasę w Polsce, o długości 2 km. Łącznie na turystów czeka aż 12 sztucznie dośnieżanych tras. To dobre miejsce dla początkujących narciarzy, a na takich drogach jak „Puchatek” czy „Hala Szrenicka” świetnie odnajdą się dzieci.
7. **Czarna Góra Resort, Sienna k. Stronia Śląskiego** - kryje w sobie 15 tras o łącznej długości 14 kilometrów i zróżnicowanym stopniu trudności: od polan przez trasy niebieskie aż po czerwone i czerwono-czarne. Części z nich przyznano homologację FIS.
8. **Jurgów Ski** - malownicza panorama i trasy, sztucznie naśnieżane, oświetlone i regularnie ratrakowane. Mniej zatłoczone niż te w sąsiednich ośrodkach. Ośrodek oferuje 8 tras o łącznej długości 4,5 km. Na miejscu działa także szkoła narciarska.
9. **Karpacz Ski Arena (Kopa)** - jedno z najstarszych miejsc do uprawiania sportów zimowych po polskiej części Sudetów. To tu znajduje się najdłuższy w Polsce wyciąg taśmowy - liczy 225 metrów. Narciarze i snow-

boardziści mają do dyspozycji 7 nartostrad o różnych stopniach trudności.

10. **Korbielów - Piłsko** - ten ośrodek oferuje jedną z najsłynniejszych dróg zjazdowych w Polsce - trasa nr 5 ma aż 4,5 km. Śnieg tutaj leży nawet do kwietnia. Z tras na tym stoku skorzystają zarówno zaprawieni narciarze, jak i ci początkujący, a także dzieci - w narciarskim przedszkolu.

A jeśli żaden z wymienionych polskich ośrodków narciarskich nie spełni Waszych oczekiwań, możecie wybrać się do któregoś z kurortów europejskich. Oto jedne z najlepszych w Europie:

1. **Zermatt, Szwajcaria** - to świetnie przygotowane stoki z trasami narciarskimi o różnym stopniu trudności, doskonała infrastruktura i mnóstwo atrakcji, które uprzyjemniają zimowy wyjazd. Ma blisko 350 kilometrów tras i ponad 50 wyciągów.
2. **Kitzbühel, Austria** - stoki narciarskie dla zaawansowanych narciarzy oraz amatorów, idealne warunki przez cały sezon, trasy biegowe (najdłuższa trasa biegowa liczy 13 km), a do tego - przepiękne widoki. Łącznie blisko 180 km tras i kilkadziesiąt wyciągów.
3. **Val Gardena, Włochy** - ośrodek narciarski zarówno dla doświadczonych narciarzy, jak i miłośników sportów zimowych, którzy naukę mają dopiero przed sobą. Odnajdą się tu też pasjonaci narciarstwa biegowego. Trasy narciarskie łącznie liczą ok. 175 km.
4. **Chamonix-Mont Blanc, Francja** - ośrodek chętnie wybierany przez doświadczonych narciarzy. Liczy ok. 170 km tras, blisko 70 wyciągów i imponującą liczbę szkolek narciarskich.
5. **Zilertal Arena, Austria** - trasy o różnych stopniach trudności. Do dyspozycji narciarzy jest blisko 160 km stoków i kilkadziesiąt wyciągów.
6. **Jasná, Słowacja** - to blisko 36 km tras z wyciągami orczykowymi, wyciągami krzesłkowymi i gondolami, z których aż 11 dostosowano do potrzeb najmłodszych narciarzy.
7. **Szpindrelowy Młyn, Czechy** - jeden z najpopularniejszych ośrodków narciarskich i kolebka narciarstwa czeskiego. Jego trasy narciarskie mają łącznie blisko 25 km.
8. **Livigno, Włochy** - trasy zjazdowe tego ośrodka łącznie liczą blisko 115 kilometrów - większość ma kolor czerwony. Znajdują się tu też liczne trasy biegowe.
9. **Courchevel, Francja** - oferuje doskonale przygotowane trasy o łącznej długości 600 km i liczne nowoczesne wyciągi narciarskie. Zarówno dla zaawansowanych, jak i początkujących miłośników narciarstwa oraz snowboardzistów.
10. **Cortina d'Ampezzo, Włochy** - tu można spotkać gwiazdy z pierwszych stron gazet. Słynący z luksusu region to niemal 80 tras o łącznej długości 120 km.

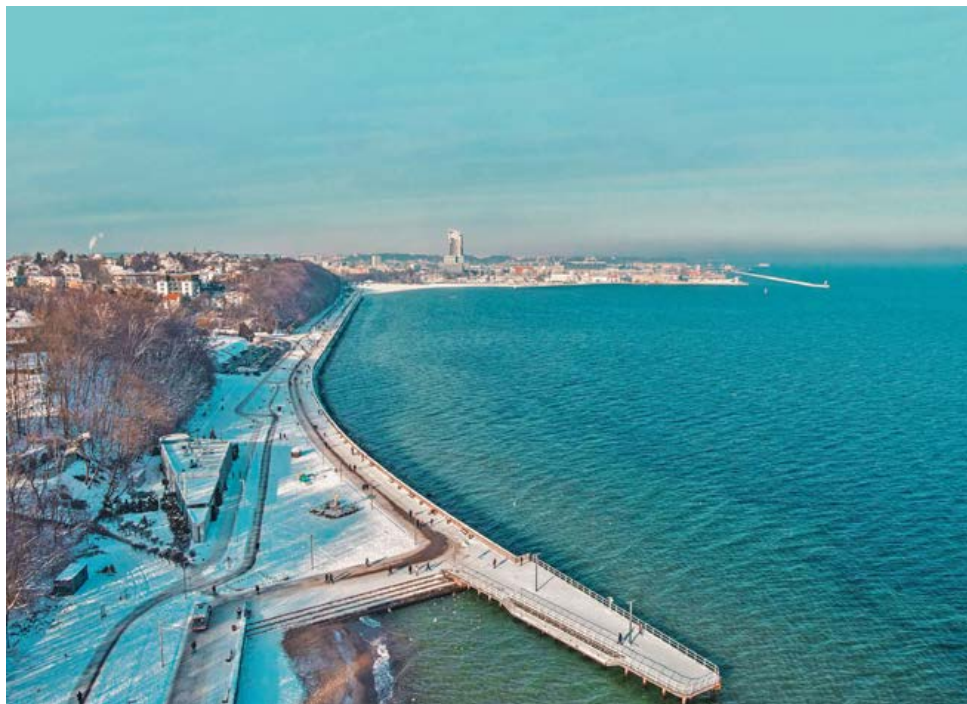


foto: Marcin Milewski

# Zimą do Gdyni?! Ależ oczywiście!

Bez tłumów na plażach i tłoku w restauracjach, za to kameralnie i nastrojowo. Zimą, poza sezonem można nie tylko odkrywać Gdynię w sposób niespieszny, ale i prawdziwie wypocząć. Kto wie, może uda się usłyszeć, o czym szczebioczą łabędzie?

Zima w Gdyni potrafi być magiczna, pozwala wchłaniać czyste piękno wszystkimi zmysłami. Tu się naprawdę oddycha, a najważniejsze jest to, że zimowy pobyt nad morzem ma aspekt zdrowotny. Właśnie zimą stężenie jodu nad polskim wybrzeżem jest najwyższe, a łagodny, nadmorski klimat z lasami bukowymi i sosnowymi jest niczym żywiczny balsam dla naszego nadwyrężonego zanieczyszczonym powietrzem ciała.

## Kontakt z naturą? Bezcenny

Pospaceruj brzegiem morza, pooddychaj powietrzem bogatym w dobroczynny jod. Posłuchaj wzburzonego morza i raduj duszę pięknymi widokami. Niech odpoczywa Twoje ciało, niech złe myśli wywiewa oczyszczający nadmorski wiatr, niech oko raduje się magicznymi obrazami, które maluje matka natura.

Gdynia to nie tylko kilometry plaż. Na terenie Gdyni znajdują się cztery rezerваты przyrody, a lasy stanowią ponad 47 proc. powierzchni miasta. Wzniesienia morenowe pokryte lasami

przypominają beskidzkie krajobrazy. Gdy już wejdziemy na jedno z nadmorskich wzgórz i spojrzemy na morski horyzont, to zachwyтом nie będzie końca.

Oczyszczającą moc powietrza w Gdyni doceniają lekarze specjaliści zajmujący się profilaktyką zdrowia, ale także trenerzy dobroczynnego oddechu i ruchu. Wielu z nich poleca Gdynię jako idealne miejsce dla osób szukających odpoczynku i regeneracji.

Gdynia jest świetną propozycją dla tych, którzy nie muszą czekać na wiosnę czy lato, żeby żyć pełnią życia. Zarówno tym poszukującym doznań kulturalnych, sportowych czy kulinarnych miasto z morza i marzeń ma naprawdę wiele do zaoferowania.

## Historia i modernizm w unikatowej odsłonie

Modernistyczne Śródmieście Gdyni to unikat na skalę światową, Pomnik Historii i polski kandydat na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO. Tą niezwykłą, zachwycającą architekturę można zwiedzać, wędrując Gdyniskim Szlakiem Modernizmu, bo tutaj nawet zwykły spacer może stać się przygodą. Gwarantujemy, że poczujesz się jak prawdziwy odkrywca historii architektury.

Miłośników zgłębiania historii zapraszamy także do Muzeum Emigracji – jedynego w Polsce muzeum poświęconego historii emigracji z ziem polskich w okresie ostatnich 200 lat, mieszczącego się w zabytkowym budynku Dworca

Morskiego oraz do Muzeum Marynarki Wojennej, w którym pasję do morza odnajdą nie tylko miłośnicy militariów. Każda placówka, prócz walorów edukacyjnych oraz kulturalnych, posiada jeszcze jedną, ważną i dość nieoczywistą zaletę – z ich budynków rozpościera się przepiękny widok na morze.

## Na sportowo

W Gdyni – zwłaszcza zimą – warto także korzystać z aktywności na świeżym powietrzu. Można wyruszyć brzegiem morza z kijkami nordic walking, wybrać się na surf-spacer na desce SUP po zatoce lub dołączyć do morsowania w morzu, aby wraz z innymi amatorami zimnych kąpeli ze stworzyszenia „Morsy Gdyni” łąpać pozytywną energię na kolejne zimowe tygodnie.

## Z dziećmi w Gdyni nie ma nudy!

Także rodziny z dziećmi nie będą się tu nudzić. Zwłaszcza że w Muzeum Miasta Gdyni do lutego 2025 roku trwa wystawa „W Gdyni nie pada”. Zwiedzając wystawę, można brykać, biegać, dotykać, zjeżdżać, hałasować, a przy okazji odkrywać fascynującą historię bałtyckiego wybrzeża. Będąc w Muzeum Miasta Gdyni, zajrzyj również na trzecie piętro – tam do końca roku trwa wystawa „Odkryj w Gdyni nieoczywiste. Pradzieje.” Mało kto wie, że tu, gdzie teraz znajduje się młode, nowoczesne miasto, ludzie mieszkali już 4000 lat p.n.e., a wieki temu życie tętniło w średniowiecznym grodzie.

Warto wstąpić także do Centrum Nauki Eksperyment w Gdyni Redłowie, w którym edukatorzy odpowiedzą na każde pytanie, a najmłodszy (i starsi też) poznają m.in. tajemnice ludzkiego ciała, prawa fizyki czy świat wody. To miejsce na eksperymenty, doświadczenie, rozwijanie pasji do nauki. A po dawce wiedzy, czas na prawdziwą magię i wizytę w Ogrodzie Świąteł. Na terenie malowniczego parku Kolibki rozgościły się smerfy oraz inne bajkowe postaci. Na odwiedzających czeka kilkadziesiąt instalacji świetlnych, atrakcji multimedialnych i pokazy laserowe wraz z pełną oprawą dźwiękową.

## Kulturalne i kulinarne doznania

Na koniec dnia warto zasiąść na widowni Teatru Muzycznego czy Teatru Miejskiego, a potem spędzić czas w doborowym towarzystwie w nadmorskiej kafejce lub delektować się smakami z różnych stron świata. Można też wyruszyć Gdyniskim szlakiem kulinarnym, który tworzy blisko 80 najlepszych restauracji i lokali gastronomicznych Śródmieścia, a po drodze zatrzymać się w lokalach Oberża 86 oraz Butchery & Wine, które mogą pochwalić się czerwoną tabliczką z napisem Michelin i otrzymały rekomendacje tego prestiżowego przewodnika.

Gdynia zimą jest spokojna. Ci, którzy na co dzień żyją intensywnie, docenią harmonię tego miasta. Tu można wypocząć bez pośpiechu, we własnym tempie.

# Odkryj zimową różnorodność Innsbrucka



foto: Innsbruck Tourismus / Tom Bause

Od przytulnych zjazdów na sankach i romantycznych wędrówek po śniegu po ekscytujące wydarzenia kulturalne i sportowe. Jedno jest pewne: tutaj zawsze znajdziesz dobry powód, by spędzić czas na świeżym powietrzu.

Przeżyj niezapomniane, alpejsko-miejskie zimowe ferie w Innsbrucku! Położone w majestatycznych Alpach miasto oferuje idealne połączenie sportów zimowych, atrakcji kulturalnych i zapierającej dech w piersiach przyrody. Bez względu na to, czy wolisz jazdę na nartach, zimowe wędrówki czy relaks - Innsbruck oczarowuje



foto: Innsbruck Tourismus, Jonas Schwarzwälder

## Klasyka: jazda na nartach i snowboardzie

W regionie Innsbrucka i dolinie Stubai znajduje się 13 ośrodków narciarskich oferujących coś dla każdego. Freeriderzy mogą się wyszaleć w Axamer Lizum na 300 hektarach otwartego

terenu. Teren narciarski Mittereralm jest przyjazny dla rodzin, podobnie lodowiec Stubai z 35 trasami. Żądni przygód narciarze powinni spróbować jazdy na krótkich nartach (tzw. "Figln") na Nordkette – zjazdy na topniejącym śniegu wiosną są szybkie i przyjemne.



foto: Innsbruck Tourismus / Christian Vorhofer

## Zabawa dla młodszych i starszych: saneczkarstwo

Wycieczka saneczkowa w regionie Innsbrucka to świetna zabawa dla całej rodziny. Szczególnie w Kühtai, ośrodku sportów zimowych na wysokości ponad 2000 metrów, gdzie znajduje się najwyższy położony tor saneczkowy w Tyrolu. 45-minutowa wspinaczka oferuje wspaniałą zimową panoramę, a po dotarciu na szczyt schronisko Graf-Ferdinand-Haus zaprasza na przekąskę. 1,5-kilometrowy tor z wieloma zakrętami i oświetleniem jest czynny aż do godz. 22:30, i to każdego dnia. Bez wątplenia zapewni różnorodność i niezwykłą zabawę na sankach.



foto: Innsbruck Tourismus / Tom Bause

## Sport wśród śnieżnej ciszy: narciarstwo biegowe

Sporo atrakcji czeka też na narciarzy biegowych - region Innsbrucka oferuje im magiczne zimowe krajobrazy. Szczególnie góra Mieminger jest godna polecenia z około 80 kilometrami bezpłatnych tras biegowych. Ten słoneczny region oferuje spokojne i niezakłócone wrażenia z narciarstwa biegowego oraz rozbudowane trasy przez ośnieżone lasy i romantyczne wioski, na imponującym tle tyrolskich gór.



foto: Innsbruck Tourismus / Christian Vorhofer

## Bliski kontakt z naturą: zimowe wędrówki

Jeśli wolisz bardziej spokojne podejście do zimy, spróbuj koniecznie zimowej wędrówki - zwłaszcza jeśli chcesz odkrywać piękną przyrodę w regionie, na przykład w dolinie Sellrain. Zasadniczo nie potrzebujesz wiele: tylko ciepłe ubranie i dobre obuwie, może trochę prowiantu i już możesz startować. Oprócz zanurzenia się w zimowym krajobrazie wielką zaletą takich eksploracji w śniegu jest to, że przy sprzyjającej pogodzie można doświadczyć dużo słońca - dzięki czemu możesz mieć wystarczająco dużo energii na kolejną przygodę na stoku lub poza nim.



foto: TVB Innsbruck / Daniel Zangger

## Zawsze coś się dzieje: wydarzenia

W Innsbrucku i okolicach nigdy nie ma nudy - także dzięki licznym ekscytującym wydarzeniom. Niezwykle kuszące są jarmarki bożonarodzeniowe. Zanurz się w magicznej atmosferze górskich Świąt Bożego Narodzenia! Od 15 listopada 2024 r. do 6 stycznia 2025 r. region zamienia się w zimową krainę czarów ze świątecznie udeko-

rowanymi jarmarkami, tradycyjnymi straganami rzemieślniczymi i kulinarnymi przysmakami. Poczuj magię Alp w czasie Świąt Bożego Narodzenia!



foto: Innsbruck Tourism / Peter Koren

Niedługo potem zapraszamy na Zimowy Festiwal Tańca w Innsbrucku. Startuje już 31 stycznia i potrwa do 2 marca 2025 r.

Limonada, zespół taneczny wyjątkowego tancerza i choreografa Enrique Gasa Valga, przywiezie tej zimy do stolicy Tyrolu urzekające utwory taneczne w połączeniu z kubańskimi dźwiękami. Pierwsza edycja Zimowego Festiwalu Tańca w Innsbrucku opowie historię słynnej kubańskiej rodziny muzyków Valdes w produkcji "Lágrimas Negras". Festiwal tańca obiecuje romantyzm, melancholię i czarującą muzykę podczas siedmiu wieczorów.



foto: Innsbruck Tourism / Andreas Ebermann

Nie zabraknie też atrakcji i wielu emocji dla miłośników zimowych sportów. Od 17 do 19 stycznia 2025 r. zapraszamy na Mistrzostwa Świata w saneczkarstwie na torze naturalnym w Kühtai. Zapewniamy niesamowitą akcję i wysoki poziom adrenaliny. A to wszystko na torze naturalnym w Kühtai! Najlepsi saneczkarze na świecie będą walczyć o zwycięstwo. Czekamy na emocjonujące wyścigi, szybkie zjazdy i wyjątkowy zimowy krajobraz. Wydarzenie, którego nie można przegapić!

## Innsbruck: tyrolska metropolia w sercu Alp

Przede wszystkim oferuje **niezwykłe połączenie alpejskiej przyrody i miejskiego stylu**. Miasto położone jest w Alpach i oferuje liczne możliwości uprawiania sportów na świeżym powietrzu, takich jak narciarstwo, turystyka piesza

i wspinaczka, a także tętniące życiem centrum miasta z licznymi sklepami, restauracjami i wydarzeniami kulturalnymi.



foto: Innsbruck Tourism / Markus Mair

Innsbruck ma bogate dziedzictwo kulturowe i historyczne, które znajduje odzwierciedlenie w licznych zabytkach. Słynny Złoty Dach, Pałac Cesarski Hofburg, górujący nad miastem Zamek Habsburgów Ambras, zabytkowe centrum miasta oraz liczne muzea i galerie oferują wgląd w historię i kulturę regionu. W Innsbrucku regularnie odbywają się również wydarzenia kulturalne i festiwale.

**PAMIĘTAJ!** Innsbruck to 13 ośrodków narciarskich, 296 km tras narciarskich, 50 km tras skiturowych, 150 km tras biegowych, 67 km przygotowanych zimowych szlaków turystycznych, 111 kolejek linowych i wyciągów wokół Innsbrucka i 19 szkół narciarskich w regionie Innsbrucka, a także najwyższa góra w regionie: Lüsener Fernerkogel (3298 m n.p.m.)

Miasto ma też **doskonałe połączenia komunikacyjne**. Posiada międzynarodowe lotnisko, które oferuje regularne połączenia z wieloma europejskimi miastami. Od sezonu zimowego 2024/25 latają bezpośrednie samoloty z Warszawy, co jest nowością w ofercie, o którą zabiegano od bardzo wielu lat. Innsbruck jest również ważnym węzłem transportowym z doskonałymi połączeniami kolejowymi i autostradowymi, dzięki czemu łatwo do niego dotrzeć z różnych części Europy.

Innsbruck zagwarantuje Ci najlepsze górskie doświadczenia. To m.in. pierwsza narciarska przygoda na Patscherkofel. Tu możesz cieszyć się doskonale przygotowanymi trasami i zapierającymi dech w piersiach widokami na Innsbruck. Patscherkofel oferuje idealne warunki zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych narciarzy i jest idealną wskazówką dla rodzin.

A jeśli jesteś amatorem nocnej jazdy na nartach, to zapraszamy do Kühtai. W świetle reflektorów można cieszyć się stokami do późnych godzin wieczornych – gwarantujemy niezapomniane przeżycie dla wszystkich nocnych marków i entuzjastów narciarstwa.

Z kolei tor saneczkowy na Muttereralm zapewni zabawę dla całej rodziny. Szybki zjazd przez pokryte śniegiem lasy i piękne zimowe

krajobrazy gwarantuje adrenalinę i zabawę w równym stopniu.

Mamy też niespodziankę – możesz spędzić niezapomnianą noc w wiosce igloo w Kühtai. Doświadcz tego pośrodku śnieżnego krajobrazu marzeń i ciesz się spokojem oraz magią pokrytego śniegiem górskiego świata. To wyjątkowe doświadczenie dla poszukiwaczy przygód i romantyków.

Zachęcamy też do górskich wędrówek. Oberperfuss oferuje malownicze zimowe szlaki turystyczne przez pokryte śniegiem krajobrazy i spokojne lasy. Dobrze utrzymane ścieżki prowadzą do zapierających dech w piersiach punktów widokowych i rustykalnych schronisk górskich. Szczególnie popularna jest ścieżka do schroniska Rosskogelhütte, która oferuje wspaniałe widoki na dolinę Innu i okoliczne góry.

A może skusi Cię saneczkarstwo na Ranggler Köpfl z przystankiem w schronisku Rosskogelhütte?

Pędź przez ośnieżony zimowy krajobraz i ciesz się szybkim zjazdem. Po zabawie na torze saneczkowym, przytulne schronisko Rosskogelhütte zaprasza na posiłek. Rozgrzej się obfitymi tyrolskimi specjałami i podziwaj zapierające dech w piersiach widoki. Idealna zimowa przygoda dla całej rodziny!



foto: Innsbruck Tourism / Daniel Zanggerl

Oferując Ci tak wiele atrakcji, **nie zapominamy o zrównoważonym rozwoju**. Innsbruck Tourism postawił sobie za cel promowanie bardziej przyjaznej dla klimatu mobilności dla gości, a tym samym zmniejszenie negatywnego wpływu transportu prywatnego na środowisko. Obejmuje to transport publiczny, taki jak autobusy i pociągi, a także aktywną jazdę na rowerze i chodzenie pieszo. Aby to osiągnąć, wdrożono różne środki: karta gościa Innsbruck Card obejmuje bezpłatne przejazdy komunikacją miejską oraz promocję -10% na regionalne bilety kolejowe ÖBB i Westbahn.

Kolejnym działaniem jest współpraca z NaturTrip. NaturTrip to narzędzie do planowania tras wycieczek autobusowych i kolejowych. Celem jest ułatwienie gościom podróżowania po regionie transportem publicznym. Goście są szybko i łatwo informowani, dokąd można dotrzeć i czego można doświadczyć w czasie rzeczywistym bez samochodu.

Więcej informacji na [innsbruck.info](http://innsbruck.info).





# Dolny Śląsk

*kusi tajemniczością i ogromem  
nieodkrytych zagadek*

Jest taki region w Polsce, w którym każdy znajdzie coś dla siebie. Miejsce wciąż – zdaje się – nieodkryte, a oferujące cały wachlarz atrakcji. Pełen historycznych zamków i pałaców – wystawnych i majestatycznych rezydencji. Zachwycający też niepowtarzalnymi krajobrazami na wyciągnięcie ręki. To Dolny Śląsk.

Mało kto wie, że to właśnie na Dolnym Śląsku jest najwięcej zamków i pałaców w Polsce. Kryjących wiele tajemnic i wciąż nieodkrytych zagadek. Miejsc, które można zwiedzać zarówno w dzień, jak i w nocy.

Ale ten region to nie tylko historia. Bo Dolny Śląsk ma do zaoferowania wiele ciekawych wydarzeń kulturalnych, bogatą ofertę edukacyjną, atrakcyjną bazę hotelową oraz liczne ośrodki SPA.

Rozpoczynając podróż po regionie warto sięgnąć po **przewodnik „Dolny Śląsk po królewsku – 50 najpiękniejszych zamków i pałaców”** autorstwa Mikołaja Gospodarka.

Magię Dolnego Śląska ukazano w nim w 50 wyjątkowych lokalizacjach, uwiecznionych na malowniczych zdjęciach. To podróż po zamkach i pałacach regionu, a także w głąb jego historii i architektury. – Jest to autorska selekcja, której celem było przekrojowe pokazanie ogromnego skarbunku jaki posiada Dolny Śląsk. Głęboko wierzę w to, że dzięki promocji tych obiektów wielu turystów wyruszy na odkrywanie innych miejsc w regionie. To co oddajemy w Państwa ręce, to „zaczyn”. Oby ta książka stała się przyczynkiem do zwiększenia ruchu turystycznego na Dolnym Śląsku – mówi Mikołaj Gospodarek, autor przewodnika.

Przewodnik w formie książkowej jest dostępny w punktach informacji Dolnośląskiej Organizacji Turystycznej, w trakcie wydarzeń wspieranych przez Samorząd Województwa Dolnośląskiego oraz w dolnośląskich zamkach i pałacach. Można go też pobrać w formacie cyfrowym jako dostępny PDF oraz jako audiobook.

## Odkrywanie tajemnic historii

**Wyruszając w podróż po Dolnym Śląsku nie można pominąć skrywającego niemal 10 wieków tajemnic Zamku Grodziec** w Geoparku Krainy Wygasłych Wulkanów. Kusi nie tylko historią, ale i pięknym otoczeniem oraz malowniczymi widokami z każdego zamkowego zakątka. To jedno z pierwszych ruin zamku w Europie, które wyremontowano w celach turystycznych.

**Kolejna tajemnicza i pełna niezwykłych historii warownia to położony nad**

### **Jeziorem Leśniańskim Zamek Czocha.**

Dzięki klimatycznemu wizerunkowi często bywa nazywany polskim „Hogwartem”. Jest owiany licznymi legendami, a zwiedzający mogą odkrywać jego sekretne przejścia, skrytki oraz dawne komnaty.

W zamku powstała sieć zmyślnie zamaskowanych tajnych przejść i skrytek – ponoć jest ich ok. 40, ale do tej pory odkryto jedynie 18. Choć został ograbiony, to wiele osób wierzy, że nie wszystkie skrytki zostały odnalezione.

**Na Dolnym Śląsku znajduje się też jeden z najlepiej zachowanych zamków obronnych w Polsce – Zamek w Bolkowiu.** Jednym z jego symboli jest unikalna, potężna wieża o kształcie kropki, która służyła obronie, a dziś oferuje wspaniałe widoki na okolicę.

Także w tym regionie znajduje się **trzeci co do wielkości zamek w Polsce, którego imponująca architektura i bogate wnętrza zapierają dech w piersiach i przyciągają turystów z całego świata. To Zamek Książ.** Można tu poznać niezwykłą historię zamku, który w czasie II wojny światowej był jednym z miejsc tajnych projektów nazistowskich, związanych z podziemnymi tunelami i legendarnym „Złotym Pociągami”.

**Idealnym miejscem do wypoczynku jest ukryty w leśnej głuszy Zamek Kliczków.** Na tych, którzy cenią relaks czeka zamkowy basen w dawnej hali maneżowej, sauny oraz klimatyczne spa. W wakacje codziennie na dziedzińcu odbywa się kino plenerowe.

**Jedną z ważniejszych, piastowskich warowni na Dolnym Śląsku jest Zamek Wleń.** Jego ruiny pamiętają najazd Mongołów. Znajduje się na wzgórzu na terenie klonowo-lipowego rezerwatu leśnego Góra Zamkowa.

**Prawdziwie zamkowy charakter pocujemy w Zamku Karpniki,** który zachwyca średniowieczną fosą, wieżą czy labiryntem korytarzy i schodów. W zamku relaksują nie tylko



Zamek Grodziec

widoki, ale również strefa wellness. Można tu odpocząć oraz skorzystać z wielu opcji aktywnego wypoczynku.

### **Pałacowe komnaty zapraszają**

Dolny Śląsk kusi też niezwykłymi, pełnymi uroku, elegancji i wysmakowanego gustu pałacami.

**Pałac Marianny Orańskiej w Kamieńcu Żąbkowickim** to majestatyczna budowla, o imponujących wieżach i bogato zdobionych fasadach. Kompleks pałacowo-parkowy to także przykład doskonałego połączenia sztuki i natury, która w październiku mieni się paletą złota i czerwieni.

W Kotlinie Jeleniogórskiej położony jest **Pałac Wojanów** – klejnot architektury otoczony malowniczym parkiem krajobrazowym. Dziś pełni funkcję luksusowego hotelu i centrum konferencyjnego i jest idealnym miejscem na romantyczny wyjazd lub organizację wydarzeń.

**Na Dolnym Śląsku znajdziemy też sielską oazę, która powstała ze zrujnowanego zabytku – Pałac Kamieniec.** Urządzony w stylu gustawiańskim, już od progu zachwyca idylliczną atmosferą. Wspaniałe krajobrazy, dawne zabudowania folwarczne, urokliwa szklarnia idealna na wyjątkowy posiłek i historyczny ogród to tylko kilka z wyróżników tego miejsca.

**W bezpośrednim sąsiedztwie Karpacza i Szklarskiej Poręby znajduje się z kolei Pałac Stanisławów.** Przepiękny i rozległy park przypałacowy jest jednym z pierwszych parków w stylu angielskim założonych na Dolnym Śląsku. Znajduje się tam staw, gdzie można spotkać dzikie kaczkę, ptactwo wodne i roślinne.

**Miłośników przyrody w swoje progi zaprasza Pałac Gruszów,** położony w spokojnej dolnośląskiej wsi, której atmosfera sprzyja wypoczynkowi, a otacza go zabytkowy park, zachęcający do długich spacerów. Wśród pobliskich atrakcji można wypróbować ścieżki rowerowe Suliwoods w Sulistrowiczkach, spojrzeć na okolicę z innej perspektywy w czasie lotu balonem czy wybrać się na spływy pontonowe Przełomem Bardzkim.

Pałace i zamki Dolnego Śląska to historia regionu wpisana w mury budynków. Tajemniczych miejsc jest tu bez liku – dedykowanych odkrywcom, badaczom, tropicielom, miłośnikom zagadek, ale nie tylko. Kuszą piękną architekturą i zagadkami historii, oraz bogatym programem wydarzeń: od historycznych rekonstrukcji po festiwale. To tu odbywają się klimatyczne imprezy i turnieje rycerskie, oddające ducha minionych epok. Wiele zamków służy jako hotele czy miejsca inspirujących spotkań i warsztatów artystycznych.

Tym wszystkim Dolny Śląsk kusi, zachwyca, czaruje, zachęca i wciąga. Bo ktoś, kto choć raz spróbuje zgłębić jego tajemnice, będzie tu wracać. Po więcej i więcej.



Zamek Czocha

# Dolny Śląsk zaprasza po powodzi

## Region w pełni gotowy na przyjęcie turystów

Wrześniowa powódź, która dotknęła Dolny Śląsk była dla wielu miejsc trudnym momentem. Jednak dzięki zaangażowaniu mieszkańców i wsparciu samorządów, region ten szybko powrócił do swojej pełnej funkcjonalności i jest gotowy, aby powitać turystów z otwartymi ramionami! Zapraszamy do odkrycia niezwykłych krajobrazów, unikalnych atrakcji i ciepła gościnności Dolnego Śląska – miejsca, które łączy w sobie historię, przyrodę i kulturę w sposób, jakiego nie znajdziesz nigdzie indziej.

### Powrót do pełni życia

Jak podkreśla prezes Dolnośląskiej Organizacji Turystycznej Adam Zawada, „Dolny Śląsk po ostatniej powodzi powraca do pełni życia i jest gotowy na przyjęcie turystów. Region wykazał się niezwykłą determinacją w odbudowie i zaprasza do odwiedzenia licznych atrakcji – od malowniczych gór, przez uzdrowiska, po zabytkowe miasta. Dolny Śląsk jest piękny przez cały rok i zawsze czeka z otwartymi ramionami na wszystkich, którzy chcą odkrywać jego unikalne piękno i historię.”

Rzeczywiście, w ciągu maksymalnie kilkunastu dni przywrócono funkcjonalność szlaków turystycznych, hoteli, restauracji oraz atrakcji przyrodniczych i kulturowych. Każdy odwiedzający może mieć pewność, że region ten jest w pełni bezpieczny i gotowy na nowe wyzwania. Jesień, która wkroczyła z całym swoim urokiem, nadaje Dolnemu Śląskowi wyjątkowego charakteru i pozwoli przygotować nas na zimowe szaleństwo w naszych górach, gdzie ośrodki narciarskie czekają tylko na pierwszy śnieg.

Jesień na Dolnym Śląsku to czas, gdy region ukazuje swoje najpiękniejsze barwy. Karkonosze, Góry Stołowe czy Góry Sowie oferują spektakularne widoki i wspaniałe warunki do pieszych wędrówek oraz wypoczynku na łonie natury. Turystycy mogą odwiedzić popularne szlaki, takie jak Droga Stu Zakrętów w Górach Stołowych czy szlak prowadzący na Śnieżkę, najwyższy szczyt Karkonoszy, który cieszy się popularnością zarówno latem, jak i jesienią.

### Tematyczne szlaki i centrum wydarzeń kulturalnych

Dolny Śląsk to jednak nie tylko przyroda. Szlaki tematyczne takie, jak Szlak Zamków i Pałaców czy Szlak Tajemniczych Podziemi przyciągają zarówno miłośników historii, jak i poszukiwaczy



przygód. „Dolny Śląsk to region niezłomny – po trudnych chwilach jeszcze bardziej otwiera się na turystów, oferując im niezapomniane przeżycia i autentyczne piękno natury oraz dziedzictwa kulturowego. Serdecznie zapraszamy, aby na własne oczy przekonać się, jak wiele ten region ma do zaoferowania” – zachęca Magdalena Piasecka, wiceprezes Dolnośląskiej Organizacji Turystycznej, przewodnicząca Komisji Rozwoju Turystyki, Rekreacji i Sportu w Sejmiku Województwa Dolnośląskiego.

Dolny Śląsk jest także prawdziwym centrum wydarzeń kulturalnych. Wrocław, będący stolicą regionu, zaprasza na liczne festiwale i wystawy, a jego zabytkowy rynek, Ostrów Tumski i liczne mosty tworzą niepowtarzalny klimat miasta. Do końca roku w wielu miejscowościach Dolnego Śląska odbywają się liczne imprezy artystyczne – od festiwali filmowych po koncerty muzyki klasycznej, wystawy sztuki współczesnej oraz jarmarki świąteczne.

Odwiedzając Wrocław, warto poświęcić chwilę na spacer po Ostrowie Tumskim – najstarszej części miasta, która skrywa wiele średniowiecznych zabytków. Dla miłośników sztuki z kolei nie lada gratką będzie Panorama Raclawicka – słynne dzieło przedstawiające bitwę pod Raclawicami, które każdego roku przyciąga tysiące zwiedzających.

### Uzdrowiska i regionalna kuchnia

Dolny Śląsk od dawna słynie z uzdrowisk, które przyciągają gości pragnących odpoczynku i regeneracji. Uzdrowiska oferują szeroką gamę zabiegów i terapii opartych na naturalnych zasobach mineralnych, a także piękne parki i ścieżki spacerowe. To idealne miejsca dla każdego, kto poszukuje harmonii ciała i ducha. Miejscowości uzdrowiskowe, mimo trudnych chwil, nie straciły swojej urody ani wyjątkowego klimatu.

Podróżując po Dolnym Śląsku, nie sposób nie skosztować lokalnych przysmaków, które łączą w sobie tradycje polskie, czeskie i niemieckie. Restauracje i karczmy w całym regionie serwują pyszne dania, ale nie brakuje też wyrobów rzemieślniczych – piw i win z lokalnych winnic oraz browarów, które cieszą się coraz większą popularnością wśród smakoszy.

Niezależnie od tego, czy jesteś miłośnikiem pieszych wędrówek, rowerowych eskapad, odkrywania historii czy relaksu w uzdrowiskach, Dolny Śląsk jest przygotowany, aby spełnić Twoje oczekiwania. Zaplanuj swoją podróż z pewnością, że czeka na Ciebie niezapomniany czas spędzony w pięknym i gościnnym regionie.

Autor tekstu: Elwira Myśliwy, Dolnośląska Organizacja Turystyczna



*Dolny Śląsk to region niezłomny – po trudnych chwilach jeszcze bardziej otwiera się na turystów, oferując im niezapomniane przeżycia i autentyczne piękno natury oraz dziedzictwa kulturowego. Serdecznie zapraszamy, aby na własne oczy przekonać się, jak wiele ten region ma do zaoferowania – zachęca **Magdalena Piasecka**, wiceprezes Dolnośląskiej Organizacji Turystycznej*

# Największą wartość ma to, co przychodzi z trudem



*Rozmawiamy  
z dziennikarzem,  
reportażystą  
i podróżnikiem  
Tomaszem  
Michniewiczem*

**BEATA GOCZAŁ:** Mogę śmiało przyznać i nie będzie w tym nawet odrobiny przesady. Jest Pan nietuzinkową postacią. Podróżnikiem, dziennikarzem, reportażystą, organizatorem wypraw. Autorem pięciu bestsellerowych, nagradzanych reportaży książkowych, programów telewizyjnych i radiowych, współzałożycielem Radia 357. Kto zaraził Pana pasją do podróży?

TOMASZ MICHNIEWICZ: Miałem chyba tych samych przyjaciół, co inni: Szklarskiego, Louisa, Nienackiego, Kapuścińskiego i wielu innych. Do tego wychowałem się w domu wielu kultur – regularnie znalazłem pomidorowej przysłuchiwałem się rozmowom joginów czy mnichów buddyjskich. Takie opowieści z końca świata zostają w człowieku – i w końcu chce się tych odmiennych lądów dotknąć samemu. A potem już ciężko przestać...

**Które z pańskich podróży zapadły najbardziej w pamięć i odcisnęły największe piętno w Pana życiu?**

Dwadzieścia lat takiego przygodowego podróżowania zlewa się w pewien sposób w całość. Mniejsze wrażenie robi już pojedyncza wyprawa, a docenia się bardziej proces – poznawania świata, siebie, swoich granic, limitów. Kiedyś zliczałem stemple paszportowe, później przygody przez wielkie „P” – im bardziej niebezpieczne, tym lepiej, bo przecież jeśli w Kongu mogą mi odstrzelić łeb albo mogą zgnić w pakistańskim więzieniu, to musi być przygoda, prawda? A potem odrabia się lekcję z tego, że nie jesteśmy nietykalni ani niezniszczalni. Bo jeśli na jednej szali wagi jest potencjalna śmierć, co musi być na drugiej, żeby się to opłacało?

**No właśnie. Te Pana podróże nie są zwyczajne, nie są oczywiste. Zwykle mają jakieś drugie dno. Bo przecież mieszkał Pan z Pigmejami Baka w szatach w środku lasu deszczowego. Eksplorował dżunglę północnego Laosu, przyglądając się rytuałom magicznym i kulturze szamańskiej plemion Akha, Khamu i Lantan, a w Kambodży we współpracy z organizacją Heritage Watch tropił przemytników dzieł sztuki z XII wieku. Czym kieruje się Pan wybierając kierunek swoich kolejnych wypraw?**

Mam zazwyczaj jakiś cel poznawczy. Pigmeje Baka w dużej mierze wybierają życie poza cywilizacją. Wiedzą, czym jest, mają do niej dostęp, ale z niej dobrowolnie często rezygnują. Interesowało mnie dlaczego. Magiczne rytuały, czy to w Azji, czy Ameryce Południowej są z kolei przejawem pewnego aspektu duchowości, który na Zachodzie już zatraciliśmy. Wydaje nam się, że bezkosztowo, a może nawet z korzyścią dla nas, bo w jej miejsce mamy karty kredytowe i mikroprocesory, ale przyglądanie się magii Azji, Afryki czy Ameryki Łacińskiej z bliska pozwala zrozumieć, że nie ma bezkosztowych rezygnacji z niczego. Są tylko wybory jednych wartości, kosztem innych. W podróżach zawsze interesuje mnie „dlaczego, w jakim celu?”, a nie „co tam jest?”.

**Podjmuje się Pan trudnych i niebezpiecznych projektów reporterskich. Rozbił Pan kongijsko-zambijski gang przemytników kości słoniowej i został wpuszczony na pokład łodzi Mel Fisher's Treasures, najsłynniejszej ekipy poszukiwaczy**

**skarbów na świecie. I nie tylko. Widzę, że lubi Pan łączyć podróżowanie z podejmowaniem ryzyka.**

Lubię, może lubiłem, sam już nie wiem. Największą wartość ma to, co przychodzi z trudem. A prawdziwa przygoda musi się wiązać z ryzykiem, niewygodami, zmęczeniem. To jest zaszyte w jej definicji. Miałem faktycznie to szczęście, ale też takie podejmowałem wybory, żeby wsadzać nos w sprawy, które mało kto ogląda. Kończyło się to różnie – czasem jakimś tam mikrozwycięstwem, jak przy rozbiściu gangu kłusowników, a czasem zupełnie niczym. Natomiast ryzyko ryzyku nierówne. Ryzyko, które podejmuję ja czy inni zawodowcy mojego pokroju, jest kalkulowane, racjonalne, analizowane. To nie jest brawura na zasadzie „a może się uda”. Każdy taki projekt poprzedzamy miesiącami przygotowań, analizy danych, przygotowywania planów awaryjnych, zbierania kontaktów i możliwości. My nie możemy grać w rosyjską ruletkę, bo w niej się w końcu przegrywa. A my musimy zawsze wrócić do domu, to jest najważniejsze.

**A dlaczego zależało Panu na tym, by w USA wejść do San Quentin, więzienia o maksymalnym rygorze przeznaczonego dla najgroźniejszych przestępców? Co Pana tam zafascynowało?**

San Quentin, jak i inne amerykańskie więzienia o statusie maximum security to mikroświat, rządzący się swoimi prawami, rasistowskim kodeksem więziennym, regulującym każdy aspekt życia za kratami. To jest absolutnie fascynujące. Mówimy o miejscu, w którym system penitencjarny wykorzystał już wszystkie swoje możliwości, a mimo to więzieniem de facto kierują gangi, co więcej – ich model biznesowy pozwala im znowelizować rządzących dziesiątkami tysięcy żołnierzy na ulicach amerykańskich miast. To jest genialnie przemyślana organizacja, można by o niej naprawdę uczyć na zarządzaniu.

**Podróżował Pan swobodnie po Arabii Saudyjskiej, jako jeden z nielicznych europejskich dziennikarzy. Jakie doświadczenia dzięki temu Pan zdobył?**

Wtedy Arabia Saudyjska była w zasadzie zamknięta dla dziennikarzy, więc możliwość zobaczenia tego kraju od środka, incognito, była niemałym przywilejem. Natomiast wróciłem z Arabii z większą liczbą pytań niż odpowiedzi. Okazało się, że nasze zachodnie wyobrażenie tego kraju, nie przystaje do rzeczywistości. Że nasz system wartości, premiujący wolność osobistą, prawa jednostki, jest kompletnie inny od saudyjskiego. I tam, gdzie my widzimy

opresję czy zniewolenie, Saudyjki i Saudowie nie rozumieją zupełnie problemu. Zapytałem na przykład saudyjską aktywistkę feministyczną, czy uwiera ją przymus noszenia abaj, czarnej narzuty zakrywającej ciało, który obowiązuje kobiety. U nas – nie do pomyslenia. Ona zrobiła tylko wielkie oczy – „dlaczego miałoby mi to przeszkadzać? To część naszej kultury, niemal strój narodowy”. Saudyjska feministka, podkreślam.

## **Czym z kolei był dla Pana pobyt w partyzanckim obozie nepalskich maoistów?**

Lekcją, że do takich rzeczy to się trzeba przygotować. To był jeden z moich pierwszych projektów i do obozu trafiłem nieco przez przypadek, również z przypadku biorąc udział w politycznym wiecu maoistowskiej młodzieżówki, a potem płynąc z prądem. I dopłynąłem do obozu partyzantów maoistowskich, którzy sierpami obcinali ludziom ręce i próbowali przejąć władzę w kraju. To nie jest miejsce, w którym można przebywać bez wiedzy, doświadczenia i kontaktów. Wtedy tego jeszcze nie wiedziałem, dzisiaj wiem. Więc to dla mnie raczej bolesna lekcja.

## **W jak dużym stopniu zdobyte podczas tych podróży doświadczenia pomagają Panu w codziennym życiu? Jaki mają wpływ na codzienność?**

Na pewno lepiej radzę sobie z sytuacjami kryzysowymi, potrafię oddzielać emocje od logicznego myślenia, działać „mimo wszystko”. Praca na takich wyprawach, w dżungli, buszu, na pustyni, to ciągły trening z radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Niewiele jest spraw, w których stracę dziś zimną krew.

## **Współpracuje Pan z wieloma firmami, występuje również na branżowych konferencjach i jest Pan cenionym mówcą motywacyjnym. Co z doświadczeń zdobytych podczas Pańskich podróży przydaje się w tej pracy?**

Zespoły korporacyjne, z którymi pracuję, najwyżej cenią praktykę działania. Teoretyków opowiadających ogólniki z książek do zarządzania mają powyżej uszu. Ale jeśli ktoś może ich nauczyć, jak nie wpaść w panikę, jak się zorganizować przed trudnym wyzwaniem czy co zrobić, gdy wszystko się wali – chętnie posłuchają. Przekazują więc wiedzę i doświadczenie, które na wielu poziomach jest uniwersalne – sprawdza się i w dżungli, i w biurze.

## **Pokazuje Pan również analogie między światem wypraw i biznesu. Proszę szerzej o tym opowiedzieć.**

Jako homo sapiens jesteśmy tak skonstruowani, zwłaszcza na poziomie układu nerwowego, że reagujemy identycznie na różne typy zagrożeń. Więcej, reagujemy tak samo na prawdziwe zagrożenie i kompletnie wyimaginowane. Jeśli ktoś boi się wysokości, włośy staną mu dęba na samą opowieść o gór-

skich serpentynach, choć siedzi wygodnie w fotelu. Ekspozowanie się na ekstremalne sytuacje zagrożenia, które mi towarzyszą od lat, daje dość cenne umiejętności zachowywania zimnej krwi, gdy inni panikują. Zdarzyło mi się już składać w buszu złamane kolano, szyc polowo rozwaloną głowę, wyciągnąć z dachującego samochodu dziewczynę i ją reanimować, chronić klientów przed atakami nosorożców czy łapać węże i wynosić w bezpieczne miejsce. I choć brzmi to egzotycznie, to tak naprawdę uniwersalne umiejętności kontroli emocji w sytuacji zagrożenia, które przydają się tak samo w buszu, co w firmie, na trudnych negocjacjach, w kryzysach, albo nawet przy rozwodzie. Z tych umiejętności szkoleń ludzi w firmach – a ankiety „po” wykazują, że wiedza się przydaje, co mnie cieszy.

## **Menadżerów i menadżerki firm zabiera Pan na wyprawy do buszu i dżungli, na pustynie oraz bezludne wyspy, żeby w konfrontacji z granicami strefy komfortu wypracowywali założone cele (teambuildingowe, motywacyjne lub inne). Naprawdę się to udaje? Nie traktują tego jako formy wakacji czy odpoczynku?**

Bardzo by chcieli, ale nie tym razem... Wyprawa to nie wycieczka. Na wyprawie trzeba swoje przejść, przenieść, wycierpieć, wytrzymać – nikt tego za nas nie zrobi. Takie „firmowe” wyprawy zawsze realizują określony cel. Czasem teambuildingowy, czasem w obszarze leadershipu, czasem jeszcze inny. Do każdego celu proponuję inny format, bo pustynia i dżungla budzą zupełnie inne emocje i stawiają inne problemy. Ale z doświadczenia mogę powiedzieć, że cztery dni wyprawy przewartościowują wszystko. Często zespoły przebudowują firmę już w samolocie do Polski, to doświadczenie tak silnie zmienia ich sposób myślenia.

## **Organizuje Pan również regularnie wyprawy na Saharę, do afrykańskiego buszu i do równikowych dżungli. Polacy chętnie się na to decydują?**

To rosnąca gałąź turystyki, choć turystów akurat ja rzadko zabieram. Większość moich wyjazdów to projekty profesjonalne, wycieczkowe lub reporterskie, a reszta to wyjazdy o określonym celu, przygotowywane na życzenie klienta. Prawda jest jednak taka, i to jest w branży tajemnicą Poliszynela, że komercyjne „wyprawy” wyprawami są tylko z nazwy. Mają pachnieć przygodą i taką udawać. Bo bezpieczeństwo uczestników jest jednak zawsze najwyższym priorytetem. A przygody bez ryzyka po prostu nie ma.

## **Spędza Pan większość czasu w roku przemierzając kolejne kraje, ale nie chce Pan, by nazywać go podróżnikiem. Dlaczego?**

Podróżnicy to byli w XIX wieku, kiedy zapętniali białe plamy na mapach. Dziś można

dotrzeć w dowolne miejsce na ziemi w dwadzieścia cztery godziny. Mamy telefony satelitarne, łączność z siecią, SPOT-y, systemy alarmowe, zastęp fixerów do pomocy. Jesteśmy turystami, czasem reporterami czy nawet wycznowcami, ale podróżnicstwo już się skończyło w tym dawnym rozumieniu.

## **Więc jak Pana nazywać?**

A po co nam etykiety? Co one zmieniają? Nic.

## **To kto jest wg Pańskiej klasyfikacji podróżnikiem?**

Jeśli podróż to przemieszczanie się z punktu A do B, to pani Jadwiga w Polregio spełnia już te kryteria. Jeśli podróżnik robi to profesjonalnie, biznesmen latający na spotkania do Londynu nim jest. I w ten sposób można wyśmiać każdą definicję podróżowania. Mit podróżnika już dziś nie istnieje, moim zdaniem szkoda na niego uwagi. Nie te czasy, żyjemy w XXI wieku.

## **Promuje Pan również świadomość ekologiczną i odpowiedzialne podróżowanie. Odpowiedzialne, czyli jakie?**

No to jest wielki dylemat podróżowania. Z jednej strony niszczy, zatruwa ono świat, z drugiej przynosi mu wiele korzyści – od poznawczych po zbliżenia kultur i rozładowywania napięć. Bezkosztowo dla środowiska podróżować się nie da, więc skupiam się na eliminacji najbardziej szkodliwych społecznie wpływów działania turystów – walczę z handlem produktami zwierzęcymi, uświadamiam w kwestii wielkiego oszustwa wolonturystyki, uczę poszanowania innych kultur i rozumienia ich w miejsce narzucania swoich nakładek. Wiele aspektów turystyki, jak wykorzystywanie w niej dzieci czy zwierząt, można wyeliminować, bez szkody dla wrażeń samych turystów.

## **Jest Pan doskonałym przykładem na to, że można łączyć pracę z podróżowaniem. Ale jak to robić najlepiej? Co by Pan poradził tym, którzy chcieliby mieć podobny do Pańskiego pomysł na życie?**

Żeby zostać zawodowym podróżnikiem, łączyć pasję z pracą? Są dwie metody – można iść metodą prób i błędów, zazwyczaj bardzo kosztownych. Druga opcja jest taka, żeby „pójść do szkoły”, co w tym wypadku oznacza ukończenie któregoś z dostępnych online kursów, prowadzących do tego świata zawodowego podróżowania za rękę. Mój Travel Pro to najstarszy taki kurs w Polsce, choć jest też wiele innych. Największą korzyścią z takiej inwestycji jest uniknięcie powszechnych błędów oraz odpowiednie sformatowanie tej swojej ścieżki już na samym początku. Gdyby takie kursy były dostępne, gdy ja zaczynałem, pewnie zaoszczędziłyby mi pięć lat frustracji i niepowodzeń.

# First czy last? CO LEPSZE?



## Czy decydując się na urlop albo dłuższą podróż skorzystać z tzw. oferty „first minute”, czy też lepiej z „last minute”? Która opcja jest korzystniejsza i jakie daje możliwości?

Określenie „first minute” pochodzi od anglojęzycznego „first minute deal” lub „first minute booking”. Oznacza dokonywanie rezerwacji jako jedna z pierwszych osób, które zdecydowały się na dane wakacje.

Z kolei „last minute” to określenie oferty wyjazdu, który kupuje się „na ostatnią chwilę”. Takie oferty charakteryzują się bardzo atrakcyjną ceną, a biura podróży chętnie oferują takie promocje, ponieważ dzięki nim wyprzedają ostatnie miejsca w hotelach i samolotach.

Oba rodzaje ofert mają różne strategie cenowe w branży turystycznej.

Ofertę „first minute” biura podróży ogłaszają na długo przed planowanym terminem wyjazdu, czasami nawet rok wcześniej. Z kolei propozycje „last minute” pojawiają zwykle blisko terminu wyjazdu, zazwyczaj w ciągu ostatnich kilku tygodni lub nawet dni przed planowanym odjazdem.

Niejednokrotnie oferty „first minute” są tańsze, ponieważ biura podróży chcą zapisać miejsca jak najwcześniej i oferują korzystne rabaty dla tych klientów, którzy szybko decydują się na zakup. Ale i oferta „last minute” może być atrakcyjna cenowo dla tych, którzy decydują się na wyjazd w krótkim terminie i są elastyczni, jeśli chodzi o wybór miejsca oraz terminu swojej podróży.

Obie oferty mają jednak pewne ograniczenia. Ich dostępność zależy bowiem od wielu czynników: popularności danego kierunku podróży, sezonu turystycznego, dostępności zakwaterowania czy transportu. Część z nich bywa również ograniczona czasowo lub ilościowo.

**Ekspertki biur podróży wprost przyznają, że najlepszym i najkorzystniejszym rozwiązaniem jest korzystanie z ofert typu „first minute”. Nie skreślają jednak kategorycznie ofert „last minute”. Wszystko zależy od możliwości finansowych oraz indywidualnych potrzeb.**

Marzena Buczkowska-German, ekspertka ds. komunikacji zewnętrznej i obsługi medialnej Wakacje.pl zdecydowanie poleca rezerwację wyjazdu w ramach przedsprzedaży. Podkreśla, że na kilka miesięcy wcześniej oferta jest o wiele bogatsza, łatwiej też wybrać taką, która spełnia nasze kryteria pod kątem jakościowym i cenowym. – Z naszych wewnętrznych analiz wynika, że nawet 60 proc. najpopularniejszych hoteli na wyjazdy w szczycie sezonu rezerwowanych w czasie przedsprzedaży nie jest dostępnych w ofercie

last minute – zaznacza. – Staramy się edukować klientów, że last minute, choć dostępne zawsze, nie powinno być traktowane jako okazja cenowa. To raczej oferta dla osób, które z różnych przyczyn nie chcą zarezerwować wyjazdu wcześniej – dodaje.

Wskazuje, że wyjazdy w ostatniej chwili są odpowiednie dla tych, którzy są elastyczni – jeśli nie zależy nam na wylocie w konkretnym terminie albo w konkretne miejsce, czyli nie ma np. znaczenia, czy polecimy do Grecji, czy do Turcji, do Egiptu czy na Wyspy Kanaryjskie, a dzień rozpoczęcia podróży również możemy przesunąć w przód lub w tył, prawdopodobnie znajdziemy coś dla siebie. Jeśli jednak mamy ściśle określone kryteria, jeśli podróżujemy w większej grupie osób, wówczas powinniśmy rezerwować wyjazdy z większym wyprzedzeniem.

– Dobrą praktyką jest wykupowanie ubezpieczenia od kosztów rezygnacji, które zabezpieczy nas na wypadek wystąpienia nieprzewidzianych sytuacji – mowa np. o chorobie własnej lub bliskiego, zmianie pracy – szczegółowe informacje dotyczące zakresu odpowiedzialności ubezpieczyciela są zawarte w warunkach polisy. W takim przypadku ubezpieczyciel zwróci nam wpłacone pieniądze – podpowiada Marzena Buczkowska-German.

Dodaje, by przy zakupach z dużym wyprzedzeniem brać pod uwagę to, że w momencie rezerwacji wpłacamy jedynie zaliczkę, która może wynosić kilkanaście procent ceny, pozostałą kwotę dopłacamy na miesiąc przed wylotem.

Podobnego zdania jest Piotr Henicz, wiceprezes Itaka, który doradza, by jednak zawsze decydować się na ofertę first minute. – Chyba, że nie musimy planować urlopu z wyprzedzeniem i interesuje nas wyłącznie cena, a nie konkretny hotel czy kierunek. Jednak „last minute” wcale nie musi oznaczać niższej ceny niż w przedsprzedaży, a często jest wręcz odwrotnie. Rezerwacja w okresie przedsprzedaży, poza dobrą ceną i szerokim wyborem oferty, daje dodatkowe korzyści, jak np. gwarancja niezmienności ceny gratis, możliwość zmian rezerwacji bez limitu gratis, specjalne warunki rezygnacji czy oszczędność na zaliczce – przekonuje Piotr Henicz.

Deniz Rymkiewicz, ekspert internetowego biura podróży eSky.pl dodaje, że w przypadku ofert w przedsprzedaży internetowe biura podróży mogą zaproponować klientom najkorzystniejsze cenowo oferty na lot plus hotel, ponieważ właśnie poprzez niskie ceny linii lotniczych i obiekty noclegowe, których usługi składają się na pakiet, „premiują” osoby decydujące się na wczesne rezerwacje. Zapewnia im to płynność finansową, a klientowi daje sporo czasu na odpowiednie przemyślenie planu podróży.

# Podróż samolotem – co warto wiedzieć?

Jak się przygotować do podróży samolotem? Poniżej prezentujemy kilka cennych wskazówek, które pomogą w tym, by lot stał się wyjątkowym i przyjemnym doświadczeniem. Dzięki nim podróż będzie bezproblemowa i pozwoli cieszyć się widokami za oknem.

Przede wszystkim warto **zadbać o dobrze spakowany bagaż**. Należy wcześniej sprawdzić, jakie przedmioty można zapakować do bagażu podręcznego, czyli tego, który zabieramy ze sobą na pokład samolotu. To samo dotyczy bagażu rejestrowanego nadawanego pod pokład samolotu. Informacje na ten temat można znaleźć na stronach internetowych linii lotniczych.

Warto pamiętać, by **odprawić się odpowiednio wcześniej przed lotem**. Jeżeli podróżujemy wyłącznie z bagażem podręcznym, możemy odprawić się internetowo, najwcześniej na 36 godzin przed planowaną godziną odlotu i pobrać karty pokładowe na urządzenia mobilne. Dzięki temu, już po przybyciu na lotnisko można bezpośrednio przejść do bramki kontroli bezpieczeństwa.

Jeżeli zaś podróżujemy z bagażem rejestrowanym, konieczne będzie nadanie go przy stanowisku check-in. Z tego powodu należy **pojawić się na lotnisku z większym wyprzedzeniem – najlepiej 3 godziny przed planowaną godziną wylotu**. Na lotnisku warto też na bieżąco sprawdzać informacje dotyczące Twojego numeru bramki (eng. gate), ponieważ ta może ulec zmianie.



**WARTO PAMIĘTAĆ**, że na etapie dokonywania rezerwacji biletu można wybrać swoje ulubione miejsce w samolocie – poprzez zarządzanie rezerwacją.

Podczas lotów długodystansowych **bardzo istotne jest ubranie**. Odzież, którą mamy na sobie podczas trwającego wiele godzin lotu powinna być wykonana z lekkich, przewiewnych materiałów. Warto pamiętać o zabraniu dodatkowej bluzy – na wypadek, gdyby w klimatyzowanej kabinie zrobiło się chłodno.

Linie lotnicze umożliwiają podróżnym **zamówienie posiłku na pokład**. LOT oferuje np. kanapki, sałatki, a nawet dania na porcelanowej zastawie. Posiłek można jednak zamówić minimum 24 lub 48 godzin przed podróżą.

Nie należy zapominać także o **odpowiednim nawodnieniu**. Wilgotność powietrza w kabinie podczas lotu odpowiada tej, która panuje na Saharze. Dlatego miej przy sobie wodę. To szczególnie ważne podczas lotów długodystansowych – zmniejsza ryzyko wystąpienia Jetlagu.

## Kilka praktycznych porad ekspertki - Marty Gałuszki, brand managerki Fru.pl:

- ➔ Ważne jest, by **podczas rezerwacji biletów zwrócić uwagę na możliwość ich modyfikacji lub anulowania**. Elastyczne rozwiązania, takie jak Flex, pozwalają na zmianę planów bez dodatkowych kosztów, co zapewnia spokój w przypadku nieprzewidzianych sytuacji.
- ➔ Przed podróżą warto dokładnie **zapoznać się z zasadami dotyczącymi bagażu obowiązującymi w wybranej linii lotniczej**. Każdy przewoźnik określa maksymalne wymiary i wagę bagażu osobistego, podręcznego, a także rejestrowanego, a nieprzestrzeganie tych zasad może skutkować dodatkowymi opłatami na lotnisku. Uwagę należy zwrócić na różnice między bagażem podręcznym a rejestrowanym.
- ➔ **Przewóz bagażu sportowego wymaga szczególnej uwagi**, ponieważ linie lotnicze mają różne zasady dotyczące transportu. Przed podróżą należy dokładnie sprawdzić regulamin przewoźnika, aby uniknąć niespodziewanych kosztów i problemów na lotnisku. Zwykle bagaż sportowy, taki jak: rowery, narty, deski snowboardowe czy sprzęt golfowy, podlega oddzielnym opłatom i ograniczeniom wagowym oraz wymiarowym.
- ➔ Każdy przewoźnik **określa, jakie rodzaje przyrządów sportowych mogą być przewożone**, w jakich opakowaniach powinny się znajdować oraz jakie są maksymalne wymiary i waga. Zaleca się używanie specjalnych toreb ochronnych lub futerałów, które zabezpieczą sprzęt przed uszkodzeniem podczas transportu. Linie lotnicze często wymagają wcześniejszego zgłoszenia przewozu takiego bagażu, co może być warunkiem jego akceptacji. Jeśli podróż obejmuje przesiadki, warto upewnić się, że wszystkie linie obsługujące trasę akceptują bagaż sportowy na tych samych zasadach.
- ➔ **Nieprzewidziane sytuacje, takie jak odwołanie lotu czy opóźnienia, mogą znacząco wpłynąć na przebieg podróży**. W takich przypadkach pomocne są rozwiązania, takie jak Trip Protect, które umożliwiają zmianę lotu lub zwrot kosztów bez zbędnych formalności. Równie istotne jest zapewnienie szybkiego zwrotu środków w przypadku anulowanego lotu – w tym celu warto skorzystać z usługi Fast Refund, która skraca czas oczekiwania na pieniądze.
- ➔ Podczas planowania podróży **nie można zapomnieć o odpowiednich dokumentach**. W zależności od kraju docelowego konieczne mogą być paszport, dowód osobisty, wiza lub elektroniczne zezwolenie na wjazd, tj. eTA.
- ➔ Ważne jest także **przygotowanie się na czas spędzony na lotnisku**. Warto sprawdzić, jakie udogodnienia oferuje lotnisko, takie jak strefy relaksu czy restauracje.
- ➔ Podczas planowania podróży samolotem należy **uwzględnić aktualne przepisy dotyczące zdrowia i bezpieczeństwa**. Wymagane mogą być testy, szczepienia lub specjalne dokumenty, które należy przygotować z wyprzedzeniem. Ubezpieczenie medyczne na czas podróży to dodatkowe zabezpieczenie, które może okazać się niezwykle przydatne.
- ➔ **Podróżowanie samolotem staje się prostsze i bardziej komfortowe dzięki nowoczesnym narzędziom**, które pozwalają na większą elastyczność, szybkie rozwiązywanie problemów i zabezpieczenie przed nieprzewidzianymi sytuacjami. Produkty takie jak Flex, Trip Protect i Fast Refund zapewniają spokój i wygodę, czyniąc każdą podróż bezstresowym doświadczeniem.

# Klucz do bezpiecznej podróży

Tym, co pozwoli uniknąć dodatkowego stresu w trakcie naszej podróży - niezależnie od tego, czy to wakacyjny urlop w tropikach, kilkudniowe zwiedzanie wybranego miejsca albo szusowanie na nartach bądź snowboardzie - jest ubezpieczenie turystyczne.

Z najnowszego badania porównywarki Rankomat.pl wynika, że zakup ubezpieczenia przed wyjazdem na zagraniczny urlop staje się standardem. 82 proc. ankietowanych deklaruje, że kupuje polisę turystyczną przed wyjazdem z Polski. Polacy doceniają spokój i bezpieczeństwo finansowe, którego gwarantem jest ubezpieczenie podróże.

44 proc. badanych zawsze kupuje ubezpieczenie turystyczne przed wyjazdem

z Polski. Kolejne 38 proc. deklaruje zakup ochrony ubezpieczeniowej od czasu do czasu. Ta grupa decyduje się na polisę podróżną przede wszystkim na potrzeby dłuższych wyjazdów zagranicznych, takich jak letni urlop. Łącznie 82 proc. badanych docenia znaczenie posiadania ochrony ubezpieczeniowej, chroniącej przed skutkami finansowymi nagłego zachorowania lub nieszczęśliwego wypadku.

- Cieszy rosnąca świadomość Polaków. Coraz więcej osób wyjeżdżających za granicę decyduje się zabrać ze sobą polisę podróżną. Nadal jednak 18 proc. deklaruje, że nie widzi takiej potrzeby. Decydując się na urlop poza Polską bez zapewnienia sobie i bliskim ochrony ubezpieczeniowej, narażamy się na ryzyko wysokich wydatków w przypadku choroby lub wypadku. Dlatego wyjeżdżając za granicę, nawet na kilka dni, zawsze powinniśmy pamiętać o spakowaniu ubezpieczenia. Odpowiednio dobrana polisa turystyczna ochroni nas przed wysokimi kosztami pomocy medycznej poza Polską – mówi Wojciech Pięsta, ekspert rankomat.pl.

## Czy Polacy kupują ubezpieczenie turystyczne wyjeżdżając za granicę

44%

**TAK**, zawsze kupuję polisę podróżną, wyjeżdżając za granicę

38%

**CZASAMI** kupuję ubezpieczenie turystyczne

18%

**NIE** kupuję ubezpieczenia turystycznego

Źródło: rankomat.pl w oparciu o badanie przeprowadzone w maju 2024 roku na próbie 539 osób, deklarujących wyjazdy poza Polskę

możesz liczyć na **rankomat.pl**



## Brak ubezpieczenia = wysokie koszty leczenia

Brak ubezpieczenia może oznaczać konieczność opłacenia rachunków nawet wielokrotnie przewyższających cenę zagranicznego urlopu. Koszt polisy to zaledwie kilka złotych dziennie – to niewiele względem kwot, jakie może ponieść turysta za granicą w razie nieszczęśliwego wypadku. Przykładowo: polski turysta podczas spaceru w Turcji potknął się i doznał kontuzji kolana. Do szpitala, w którym spędził dwa dni, musiał dotrzeć karetką. Koszty transportu i leczenia wyniosły 20 tys. zł. Z kolei turystka podczas urlopu na Wyspach Kanaryjskich zsunęła się z krawężnika, złamała kostkę i naderwała więzadło. Jej stan wymagał pilnej interwencji chirurga i kilkudniowego pobytu w szpitalu, przez co przepadł jej lot powrotny do Polski. Gdyby nie polisa turystyczna, za leczenie i nowy bilet musiałaby zapłacić 50 tys. zł.

Na terytorium UE ograniczoną formę ochrony daje Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego. Zapewnia ona jednak dostęp do podstawowej opieki zdrowotnej na warunkach obowiązujących obywateli państwa, w którym spędzamy urlop. To może oznaczać konieczność dopłaty nawet do podstawowych zabiegów oraz opłacenia z własnej kieszeni kosztów wszystkich dodatkowych usług medycznych. Przewagą polisy podróźnej jest zdecydowanie szerszy zakres ochrony, obejmujący pokrycie kosztów transportu medycznego, pobytu w szpitalu, utraty bagażu, anulowania lub opóźnienia lotu, a także szkód z zakresu odpowiedzialności cywilnej, które możemy wyrządzić osobom trzecim.

## Zimowe sporty konieczne z ubezpieczeniem

Popularność sportów zimowych i aktywnego wypoczynku zimą rośnie z roku na rok. Z kolei rosnąca liczba zszusujących narciarzy idzie w parze z coraz większą liczbą wypadków na stokach. W każde ferie zimowe ratownicy z grup GOPR i TOPR interweniują około kilku tysięcy razy.

I choć w Polsce nie jest potrzebna Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego, bo koszty leczenia są darmowe, to warto zdecydować się na zakup ubezpieczenia turystycznego podczas wyjazdu na snowboard czy narty.

Jak wylicza Rankomat.pl, narciarze najczęściej są narażeni na kontuzje nóg – zwykle obrażeniom ulegają kolana, kostki i stopy. Nieco rzadziej zdarzają się kontuzje ramion, barków i rąk. Sporadycznie dochodzi do urazów pleców i głowy. Najczęściej są to kontuzje wymagające interwencji medycznej – założenia gipsu bądź opatrunku. Bardzo często jednak takie urazy nie kończą się na zdjęciu opatrunku – często wymagane jest dalsze leczenie i rehabilitacja. Poniesione straty zrekompensuje ubezpieczenie narciarskie, które pozwoli również na opłacenie kosztów leczenia.



Zapewni również wsparcie, gdyby do wypadku doszło w rejonie przygranicznym i pomocy udzieliłaby ratownicy z Czech lub Słowacji – wówczas takie wydatki pokrywają koszty leczenia oraz koszty ratownictwa.

## Możliwe odszkodowanie, ochrona sprzętu i bagażu

Co równie istotne – w ramach takiego ubezpieczenia można liczyć na odszkodowanie w ramach ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków. Towarzystwo wypłaci procent z sumy gwarantowanej, stosowny do uszczerbku na zdrowiu i poniesionych strat.

Często ubezpieczenie narciarskie obejmuje ochroną także bagaż i sprzęt sportowy. W razie kradzieży czy zniszczenia można otrzymać

stosowane odszkodowanie. W ramach polisy ubezpieczyciele oferują ponadto ubezpieczenie OC (ubezpieczenie odpowiedzialności cywilnej) w życiu prywatnym, które pokryje straty spowodowane innemu narciarzowi w razie nieumyślnego wypadku.

– Koszty leczenia prywatnego i rehabilitacji w Polsce są zróżnicowane, jednakże taka optymalna kwota nie powinna być niższa niż 1000 zł. Wybór sumy gwarantowanej NNW należy do samego ubezpieczającego – warto jednak pamiętać, że im wyższa ta kwota, tym wyższe będzie wypłacone odszkodowanie. Na takiej samej zasadzie wypłacane jest ubezpieczenie OC czy odszkodowanie za sprzęt sportowy czy utratę bagażu – mówi Patrycja Pałka, specjalistka ds. ubezpieczeń turystycznych.



Wyjeżdżając za granicę, nawet na kilka dni, zawsze powinniśmy pamiętać o spakowaniu ubezpieczenia. Odpowiednio dobrana polisa turystyczna ochroni nas przed wysokimi kosztami pomocy medycznej poza Polską – mówi **Wojciech Pięsta**, ekspert rankomat.pl



# Festiwale *jako element* współczesnego stylu życia

Festiwale stały się ważnym rytuałem w życiu aktywnego uczestnika kultury. Nie tylko angażują jego czas wolny i finanse, ale także stanowią kluczowy element stylu życia. Badacze kultury mówią wręcz, że stała się ona utowarowiona. Festiwalizacja sprawia, że dostęp do wydarzeń kulturalnych staje się możliwy gdy posiadasz zasoby, będące dzisiaj dobrem luksusowym, czyli czas i pieniądze.

Festiwal (od łacińskiego słowa *festivus* – radosny, wesół, świąteczny) oznacza przerwę w codziennej rutynie i zawieszenie zwyczajow-

wych obowiązków na czas zabawy. Ma być wyjątkowy i inny niż pozostała część roku. Z tego powodu festiwale trwają kilka dni. Łamią rutynę naszego kalendarza i mają dać emocje, jakich codziennie nie doświadczamy.

W tekście „Ludzie, sztuka, pieniądze. Festiwalizacja w Polsce”, badacz kultury, Waldemar Kuligowski pisał następująco: „Festiwal oznaczał coś innego niż codzienność, odnosił się jednocześnie do sfery działań symbolicznych i ekspresyjnych: tańca, muzyki, często z elementem duchowym. W średniowieczu większość festiwali odbywała się pod patronatem organizacji kościelnych, stanowiąc istotną część kalendarza religijnego. Dopiero pod koniec XX wieku, jak zauważa szwedzki etnolog Owe Ronström, termin festiwal „zaczął być

używany jako ogólne określenie dla ogromnego zbioru uroczystości, które niekoniecznie mają religijne konotacje. [...] Świat uległ festiwalizacji”.

## **Dla wielbicieli dźwięków**

Co ważne, festiwale budują swoje subkultury, nie jest to novum, w końcu wokół kultowych wydarzeń muzycznych zawsze powstawały grupy fanów, ale dzisiaj widać wyraźnie, że na muzycznym Openerze i literackim festiwalu Conrada spotykamy określone grupy społeczne i zawodowe.

Na początku roku ważnym wydarzeniem dla wielbicieli kina jest Berlinale. Ten odbywający się w lutym festiwal, wyznacza kierunek na kolejne dziesięć miesięcy dla dziennikarzy

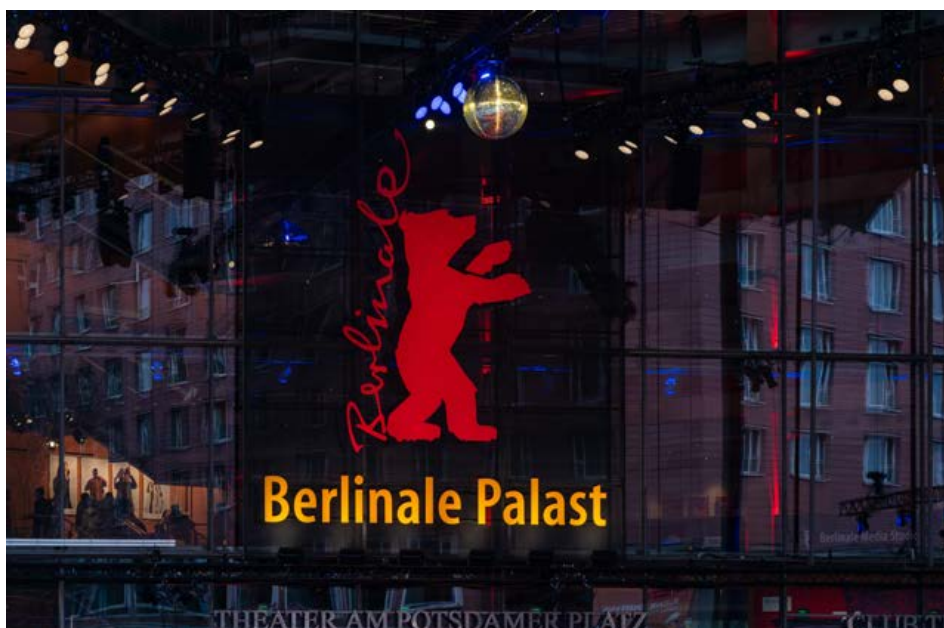
filmowych i wielbicieli kina światowego. Wydarzenia od 1951 roku wskazuje, co ważnego przygotowali twórcy z różnych kręgów kulturowych. W Berlinie spotkać można zarówno gwiazdy Hollywoodu, jak i autorów produkcji niszowych.

Gdy przyrzeć się festiwalom muzycznym, literackim i filmowym, okaże się, że mówią one o swoich uczestnikach więcej niż z pozoru można by sądzić. Niektóre obrosły legendą, uchodzą za kultowe, inne przyciągają zbuntowaną młodzież, a jeszcze inne przedstawiciele klasy średniej. Same festiwale ewoluują, przepoczwarczają się i zmieniają swój charakter. Dobrym przykładem jest Open'er Festival, który jest jednym z najważniejszych wydarzeń muzycznych w Polsce. Jego początki sięgają roku 2002, ale ostateczna formuła ukształtowała się w 2012. Festiwal odbywa się na początku lipca w Gdyni i z roku na rok staje się nie tylko widowiskiem muzycznym, ale elementem życia towarzyskiego, które integruje grupy znajomych i rodziny. Jest też okazją dla celebrytów, aby przypomnieć mediom o swoim istnieniu. Open'er wciąż jest świętem fanów muzyki, ale dla części uczestników również pokazem mody i towarzyskim obowiązkiem sezonu letniego.

Inne muzyczne lokacje, które latem tętnią życiem, to popularny łódzki Auditoriver, Pol'and'Rock Festival organizowany przez Fundację WOŚP i Jerzego Owsiaaka jako wyraz podziękowanie dla wolontariuszy, a także festiwal w Jarocinie, nawiązujący do tradycji muzycznej minionych dekad.

## W zaciszu sali kinowej

Lipiec i okres letni wypełniony jest po brzegi ofertą festiwalową, zarówno dla fanów muzyki, jak i filmów. Open'er jest dla fanów muzyki tym samym, czym dla kinomanów wrocławski festiwal Nowe Horyzonty. Niezwykle popularny event organizowany przez Romana Gutka, od 2001 roku przyciąga wielbicieli kina artystycznego, zaangażowanego, nieoczywistego. Produkcje filmowe, które można obejrzeć we Wrocławiu na ogół niedostępne są w mainstreamowej dystrybucji kinowej. Uczestnicy festiwalu całe dni spędzają w kinie, a nocne imprezy muzyczne, organizowanych z myślą o festiwalowiczach. A ci, na ogół lubią nowatorskie rozwiązania nie tylko w kinie, ale w innych dziedzinach sztuk równocześnie,



## Festiwalowy rozkład jazdy na 2025 rok

**Berlinale 2025** – Berlin  
13-23.02.2025 r.

**Open'er Festival 2025** – Gdynia  
2-5.07.2025 r.

**Castle Party Festival 2025** – Bolków  
10-13.07.2025 r.

**Audioriver Festival 2025** – Łódź  
11-13.07.2025 r.

**Jarocin Festival 2025** – Jarocin  
17-20.07.2025 r.

**Nowe Horyzonty 2025** – Wrocław  
17-27.07.2025 r.

**Pol'and'Rock Festival 2025**  
– Czaplunek  
31.07-2.08.2025 r.

**OFF Festival 2025** – Katowice  
1-3.08.2025 r.

dlatego Nowe Horyzonty, zgodnie ze swoją nazwą, przyciągają osoby zaangażowane w kulturę i poszukujące doznań poza jej głównym nurtem.

Inne ważne wydarzenia dla fanów kultury, to przede wszystkim krakowski Międzynarodowy Festiwal Literatury im. Josepha Conrada oraz Festiwal Góry Literatury organizowany przez Fundację Olgi Tokarczuk.

## Pokaz mody czy dźwięków muzyki?

Festiwale to nie tylko program muzyczny, czy repertuar kinowy. To także moda i styl życia. Open'er i festiwale muzyczne narzucają pewien określony lifestyle. Inaczej wyglądają uczestnicy gdyńskiego wydarzenia, a inaczej goście Festiwalu Wibracje. Za każdym z tych eventów kryje się określony światopogląd i spojrzenie na życie. Nawet jeśli trafimy gdzieś przez przypadek, szybko orientujemy się, czy to wydarzenie dla nas. Gdy nie jesteśmy zaangażowani w szeroko rozumiany rozwój duchowy, psychofizyczny, poszukiwanie harmonii w życiu, to Wibracje będą dla nas czymś obcym. Podobnie jak Nowe Horyzonty, gdy lubimy tylko filmowe blockbustery.

Czasem jednak przypadkowa wizyta w miejscu pozornie dla nas nieodpowiednim, może zaowocować nowym hobby, albo odkryciem, że wciąż jesteśmy w stanie sami siebie zaskoczyć. Waldemar Kuligowski wskazuje, że „festiwale stały się dominantą polskiego życia kulturalnego i publicznego”, trudno więc ich unikać, nawet jeśli sądzimy, że takie wydarzenia nie pasują do naszego temperamentu. Festiwalizacja trwa!

Małgorzata Major, Wirtualnemedi.pl



### REDAKCJA

Redaktor naczelny **Patryk Pallus**  
Zastępca redaktora naczelnego **Tomasz Wojtas**  
Redaktor prowadząca **Beata Goczał**  
e-mail: redakcja@wirtualnemedi.pl  
zdjęcia: shutterstock

Członek zarządu **Anna Szuszkiewicz**  
Członek zarządu, dyrektor wydawniczy **Michał Mańkowski**

Wirtualnemedi.pl Sp. z o.o.  
Aleja Grunwaldzka 415  
80-309 Gdańsk

### Dział reklamy

**Michał Barwiński** michal.barwinski@wirtualnemedi.pl  
**Michał Kurdupski** m.kurdupski@wirtualnemedi.pl

### Dział Eventów i Projektów Specjalnych

**Katarzyna Dyniec** katarzyna.dynec@wirtualnemedi.pl  
**Rafał Zieliński** rafal.zielinski@wirtualnemedi.pl

# Książki, gazety, filmy, audiobooki

– podróżniczy zestaw inspiracji



Podróże to wspaniałe urozmaicenie czasu, na które często pozwalamy sobie kilka razy w roku. Ważne jest, aby w pełni je celebrować i relaks, lub doświadczanie nowych przygód, wzbogacić czynnościami, które jeszcze bardziej wprowadzą nas w błogi stan, np. słuchając dobrego audiobooka.

A co, jeśli istnieje książka w wersji audio, która podkreśli atmosferę podróży i do tego przeniesie słuchaczy na Dzikim Zachodzie? To rzeczywistość, a takim audiobookiem jest **superprodukcja Audioteki "Przełęcz złamanego serca" na podstawie książki Alistaira MacLeana**. To niezapomniana podróż przez jedno z najbardziej opustoszałych miejsc na Dzikim Zachodzie. Na pokładzie zatłoczonego pociągu wojskowego, zmierzającego do odległego fortu, znajdują się Gubernator Nevady, córka komendanta oraz szeryf eskortujący słynnego przestępcę. Między nimi a bezpieczeństwem stoją wrogie plemiona oraz człowiek, który nie cofnie się przed niczym, by osiągnąć swój cel. Nawet przed morderstwem... To prawdziwa gratka dla fanów westernu, ale nie tylko. Oprócz świetnej fabuły usłyszeć w nim można znakomitych polskich aktorów. W rolę główną, tajnego agenta pod przykrywką oszusta – Johna Deakina, wcielił się Michał Żurawski. Wśród pozostałych głosów można usłyszeć Piotra Adamczyka (Claremont), Mirosława Zbrojewicza (Pearce), Joannę Derengowską (Marika) czy Olafę Lubaszkenkę (Gubernator). Po świecie westernu oprowadza słuchaczy Adam Ferency. Superprodukcję można wysłuchać w aplikacji mobilnej Audioteki, w ramach Audioteka Klub lub kupując ją na swoją półkę, dzięki czemu audiobook jest zawsze pod ręką. Można słuchać go na plaży, w górach, na łódce, na spacerze, w drodze czy tuż przed snem. To idealne dopełnienie wakacyjnego odpoczynku.

## Książka dla miłośników kina

Ta książka to jedyny w swoim rodzaju przewodnik po filmach wybranych pod kątem konkretnych doświadczeń życiowych.

Złamana noga? Złamane serce? Utrata pracy czy sezonowa chandera? A może pierwsza randka? Przywołane tu filmowe historie pomogą przejść przez (nie tylko) trudne chwile oraz poczuć, że nie jesteśmy sami z tym, co przeżywamy, i że w kulturze możemy odnaleźć różne perspektywy patrzenia na rozmaite sytuacje życiowe i stany emocjonalne.




Okazuje się, że znacznie ważniejsze od tego, z którego roku pochodzi film, kto w nim gra czy nawet o czym opowiada, jest to, że wpisuje się on w nasz określony stan psychiczny, a czasem nawet fizyczny (jak wiadomo, każdy nosi w sercu listę filmów, do których wraca, gdy zmorzy go przeziębienie czy grypa). W kinematografii szukamy zarówno pocieszenia, jak i tego niezwykle ważnego potwierdzenia: że nie jesteśmy sami. Filmy mają nas podnieść na duchu, nasycić nadzieją albo po prostu przypomnieć, że te same pytania zadawali sobie także inni. Czasem filmy pozwalają nam spojrzeć z boku na to, co sami przeżywamy. Gdy nie potrafimy zdystansować się do samych siebie, patrzymy na bohaterów i na ich przykładach widzimy swoje błędy, pomyłki – a także szanse.

**„Filmy na życie” to z jednej strony książka o filmach, a z drugiej punkt wyjścia do głębszych refleksji dotyczących naszego życia.**



wakacje.pl

# Marcin już przytula LATO 2025

-  TOP hotele w przedsprzedaży
-  Gwarancja ceny Organizatora
-  Odroczone płatności i raty

Szczegóły oferty LATO 2025 na stronie [Wakacje.pl](https://wakacje.pl)