zabierz mnie | take me home

KALEIDOSCOPE

MAGAZYN POKŁADOWY PLL LOT S.A. EGZEMPLARZ BEZPŁATNY/FREE COPY ISSN 0239-9032

POLSKIE LINIE LOTNICZE LOT

lot.com

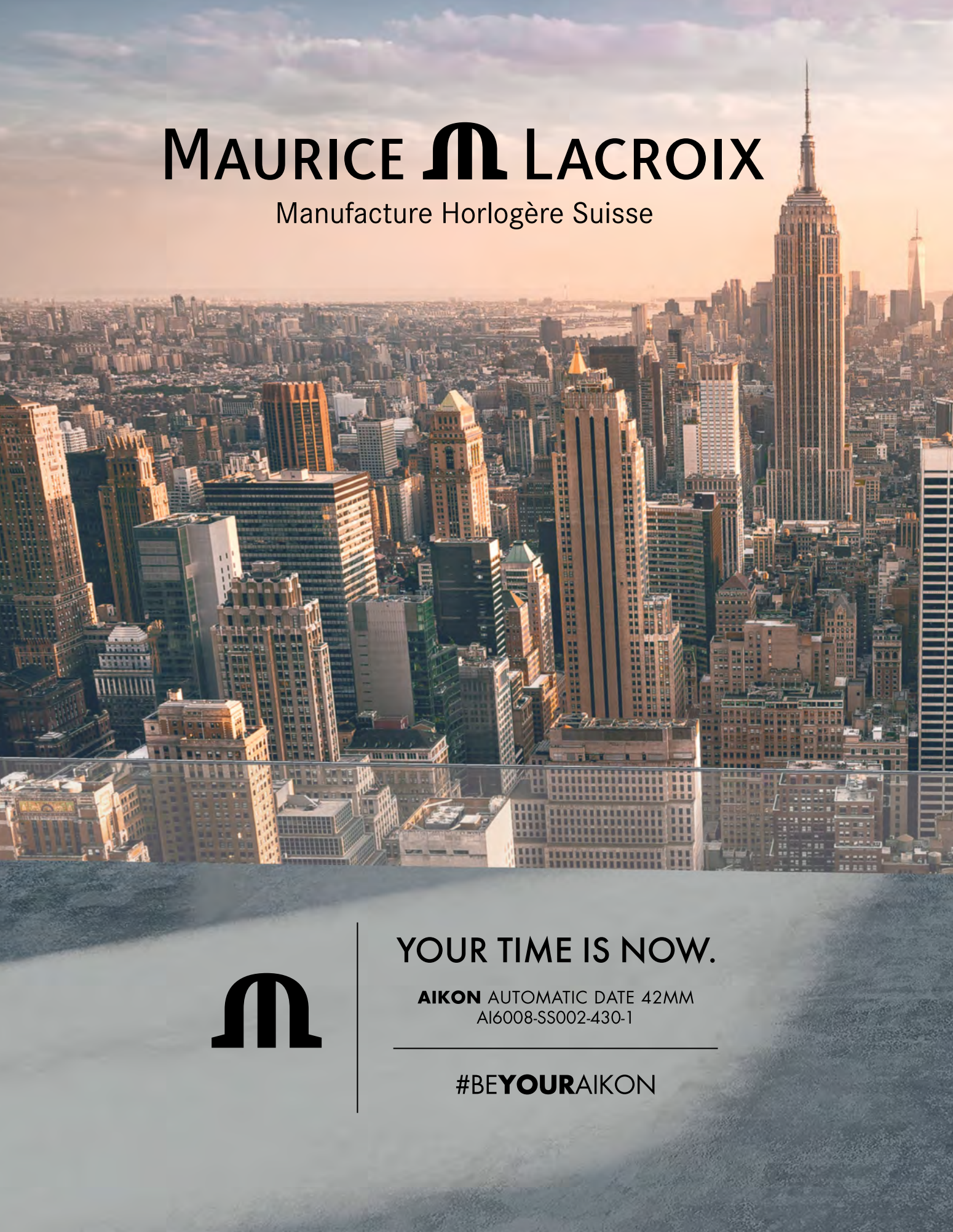
WROCŁAW

KALEIDOSCOPE

11/2022

DLACZEGO WARTO ODWIEDZIĆ SZTOKHOLM, MADRYT I ZAGRZEB I MARCIN MASECKI O JAZZIE I MUZYCE KLASYCZNEJ I DANIA KUCHNI JAPOŃSKIEJ JAK DZIEŁA SZTUKI

STAR ALLIANCE | 25 YEARS


MAURICE LACROIX
Manufacture Horlogère Suisse
YOUR TIME IS NOW.
AIKON AUTOMATIC DATE 42MM
AI6008-SS002-430-1
#BE**YOUR**AIKON

MAURICE LACROIX
8
AUTOMATIC
SWISS MADE

AVIATOR
SWISS MADE WATCHES

NOW BOARDING IN FIRST CLASS
POLSKA EDYCJA

Douglas
DAY-DATE

SWISS MADE

V.3.35.2.282.4 PL
5400 PLN

Lista salonów dostępna na
www.poljot.com.pl

POLJOT EURO

Oficjalny dystrybutor • Igańska 24
Warszawa • 04-087 • Polska
T. +48 22 879 97 93 • sklep@poljot.com.pl

PL

Szanowni Państwo,

Chorwacja to dla większości niezwykle malownicze wybrzeże, jednak w tym wydaniu zapraszamy w podróż do Zagrzebia. Tym bardziej że do stolicy Chorwacji można latać LOT-em przez cały rok. By wyszukać dla Państwa najciekawsze propozycje podróżnicze, nasza redakcja udała się do Madrytu i Sztokholmu. Przybliżymy również Państwu Wrocław – miasto o wielu obliczach, wspaniałej scenie gastronomicznej, inspirującej architekturze i licznych atrakcjach kulturalnych – warto poznać chociaż niektóre z nich. Wywiadem z artystą Marcinem Maseckim zapraszamy na nowy sezon Warszawskiej Opery Kameralnej – zapowiada się naprawdę ekscytująco, że wspomnę tylko o perełce francuskiego baroku, operze *Castor et Pollux*. Jeśli zaś chodzi o kuchnię, to mamy aż dwie propozycje – smaki Japonii i Turcji. Niezależnie od tego, który z kierunków Państwo wybiorą – z LOT-em zawsze będziecie pod dobrymi skrzydłami.

ENG

Dear Ladies and Gentlemen,

Croatia for most people is its extremely picturesque coast. But in this issue, we'd like to invite you on a trip to Zagreb. All the more so that you can fly to the Croatian capital with LOT all year round. To find the most interesting travel offers for you, our editorial office went to Madrid and Stockholm. We would also like to invite you to Wroclaw - a city with many faces, a great gastronomic scene, inspiring architecture and numerous cultural attractions – it's worth getting to know at least some of them. The interview with artist Marcin Masecki is an invitation to the new season of the Warsaw Chamber Opera – its repertoire looks very promising. It's enough to mention the pearl of the French Baroque, the opera Castor et Pollux. When it comes to cuisine, we have two recommendations - the flavours of Japan and Turkey. No matter which direction you choose, you'll be under the caring wings of the LOT crane.

UA

Шановні пані та панове,

Хорватія, для більшості з нас, асоціюється з надзвичайно мальовничим узбережжям, проте в цьому випуску ми запрошуємо Вас у подорож до Загреба. Тим більше, що в столицю Хорватії можна літати з LOT протягом усього року. Щоб знайти для Вас найцікавіші туристичні пропозиції, наша редакція вирушила до Мадрида та Стокгольма. Ми також познайомимо Вас з Вроцлавом - містом, яке має не одне обличчя, славиться чудовою кухнею, надихаючою архітектурою та численними культурними пам'ятками – варто відвідати хоча б деякі з них. Інтерв'ю з художником Марціном Масецьким, ми запрошуємо Вас на новий сезон Варшавської камерної опери - він обіцяє бути справді захоплюючим, згадаю лише перлину французького бароко, оперу «Castor et Pollux». Що стосується кухні, то у нас є дві пропозиції - смак Японії та Туреччини. Незалежно від того, який напрямок Ви оберете - з LOT Ви завжди будете під надійними крилами.

Z lotniczym pozdrowieniem | Best regards | з найкращими побажаннями

Prezes PLL LOT | LOT Polish Airlines CEO | Президент LOT
Rafał Milczarski

©ARCHIWUM PLL LOT OKŁADKA: PIOTR/ADOBE STOCK

PL

Pięć kolorów (biały, czarny, czerwony, zielony i żółty), pięć smaków (słony, słodki, kwaśny, gorzki i umami), pięć metod gotowania, pięć zmysłów i pięć refleksji, które powinny nam towarzyszyć podczas tworzenia posiłku – to pięć filarów tradycyjnej japońskiej filozofii kulinarnej zwanej washoku. Jest ona efektem wielowiekowych praktyk kulinarnych opartych na buddyzmie i harmonii pięciu żywiołów – ziemi, wody, ognia, wiatru i energii. Angażuje wszystkie zmysły, dużą wagę przykłada się w niej do wzroku, dlatego dania powinny być pięknie podane (im więcej kolorów, tym zdrowsza i bardziej odżywcza potrawa), a smaki tak zbalansowane, żeby żaden nie dominował. My zaś powinniśmy celebrować go z wdzięcznością, spokojem w sercu, ponieważ celem jedzenia jest nie tylko odżywianie ciała, ale też i duszy.

Nic dziwnego, że japońska sztuka kulinarna znalazła się na liście światowego dziedzictwa UNESCO. A sama dieta jest promowana jako jedna z najzdrowszych na świecie, zapewniająca długowieczność. Między innymi dlatego w tym wydaniu *Kaleidoscope* przygotowaliśmy dla Państwa miniprzewodnik po japońskiej kuchni, która podbiła i nasze podniebienia. Oprócz tego zabierzemy Państwa do mieniącej się wszystkimi kolorami jesieni Szwajcarii, polecamy też największe atrakcje Wrocławia, Zagrzebia i Madrytu, bo wierzymy, że podróże to jeden z lepszych sposobów na radzenie sobie z listopadem, który wcale nie musi się okazać najbardziej depresyjnym miesiącem w roku.

ENG

Five colours (white, black, red, green and yellow), five flavours (salty, sweet, sour, bitter and umami), five cooking methods, five senses and five reflections that should accompany us when creating a meal - these are the five pillars of traditional Japanese culinary philosophy called Washoku. It stems from centuries of culinary practices based on Buddhism and the harmony of the five elements - earth, water, fire, wind and energy. It engages all the senses, and pays a lot of attention to the sense of sight, so the dishes should be beautifully served (the more colours, the healthier and more nutritious the dish) and the tastes balanced in such a way that none of them dominates. We should celebrate food with gratitude, with peace in our hearts, because the purpose of eating is not only to nourish the body, but also the soul.

No wonder Japanese culinary art has been included on the UNESCO World Heritage List. And the Japanese diet itself is believed to be one of the healthiest in the world and one that promotes longevity. That is why, in this issue of *Kaleidoscope*, we have prepared for you a mini guide to Japanese cuisine, which has captivated our palates. Additionally, we will take you to Switzerland, which bursts into all the colours of autumn. We also recommend the largest attractions of Wroclaw, Zagreb and Madrid, because we believe that traveling is one of the best ways to cope with the autumn aura. November does not have to be the most depressive month of the year.

Agnieszka Franus

redaktor naczelna | editor in chief
Agnieszka Franus

lane's

Lane's gin bar
Krakowskie Przedmieście 42/44, Warszawa
www.lanesbar.com

The new hot spot for gin aficionados.
Nadchodzi Ginaissance.

WHATS' ON

10 Wydarzenia kulturalne
Cultural events

TRAVEL

14 Dlaczego warto odwiedzić Madryt
Why? Madrid

18 Podróż życia: Sztokholm
Journey of a lifetime: Stockholm

28 Dlaczego warto odwiedzić Zagrzeb
Why? Zagreb

32 Inspiracje: Szwajcaria
Inspirations: Switzerland

38 Polska: Wrocław
My Poland: Wroclaw

INTERVIEW

48 Marcin Masecki

TRENDS

58 Kuchnia japońska
Japanese cuisine

65 Must have: dodatki
Accessories

68 Beauty: nowości
New in

70 Good address: strefa prestiżu
Prestige zone

UP IN THE AIR

72 Pół wieku współpracy
Half a century of working together

©SYLVIA MICHEL/SWITZERLAND TOURISM, MAGDALENA HUECKEL, ADOBE STOCK (2), M.P.

KALEIDOSCOPE

tel. 22 360 38 00,
e-mail: kaleidoscope@burdamedia.pl
redaktor naczelna: **Agnieszka Franus**
redaktor prowadząca: **Agnieszka Michalak**
dyrektor artystyczny: **Grzegorz Komorowski**
fotoedycja, teksty: **Magdalena Rudzka**
korekta: **Tomasz Cholaś**
DTP: **Krzysztof Stypułkowski**
red. wersji angielskiej: **Anna Górniak, Stephen Canty**
red. wersji węgierskiej: **Róbert Rakovics**
produkcja: **Stanisław Siemiński**
koordynator LOT: **zespół Biura Komunikacji**

BurdaMedia Polska

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

ZARZĄD
Interim Chief Executive Officer
Maciej Klepacki
Chief Financial Officer
Przemysław Kłobut
Chief Commercial Officer
Michał Helman

Sales Director
Katarzyna Nowakowska
t. +48 692 440 088
Dyrektor Dystrybucji i Obsługi Klienta /
Director of Distribution and Subscriptions
Tomasz Kałuża

REKLAMA:
Burda Media Polska sp. z o.o.
Sekretariat Biura Reklamy / Advertising Secretariat
Tel. 022 360 36 03, fax. 22 360 39 80,
e-mail: reklama@burdamedia.pl

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

PROFBUD

SYMBIOCITY
LIVE&INVEST

MIESZKANIA LOKALE INWESTYCYJNE

Nowa inwestycja
mieszkaniowo-komercyjna
na warszawskim Witolinie!

- ul. Ostrobramska / Witolińska
- 6 dwupoziomowych apartamentów
- dwukondygnacyjny garaż podziemny
- małe multifunkcjonalne lokale inwestycyjne z możliwością odliczenia 23% VAT oraz amortyzacji

sprawdź ⟶ www.profbud.info

zadzwoń! 605 606 606

KULTURA
Culture

FILM Film

O KROK ZA DALEKO A step too far

Na ekranie dwie gwiazdy młodego pokolenia: Taylor Russell i Timothée Chalamet. Grają outsiderów, którzy bardzo chcą się dowiedzieć czegoś o sobie, przekroczyć swoje bezpieczne granice, poczuć strach, a nawet znaleźć się poza prawem. Spotykają się przypadkiem podczas pewnej podróży. Co z niej wyniknie? Odpowiedzi szukajcie w kinach.

On the screen, two stars of the younger generation: Taylor Russell and Timothée Chalamet. They play outsiders who want to learn something about themselves, step out of their comfort zone, feel fear and break the law. They meet each other by chance during a certain journey. What will the consequences be? Look for the answers in the cimena.

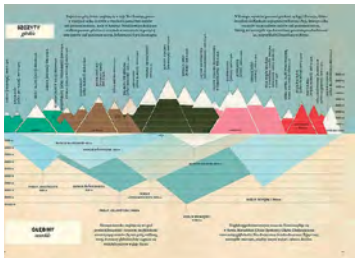
Do ostatniej kości, **dir. | dir. Luca Guadagnino**

DOBRO CZY ZŁO?
Good or evil?

Asghar Farhadi (m.in. *Rozstania*, *Co wiesz o Elly?*) to dziś najciekawszy irański reżyser, a swoim najnowszym filmem tylko to potwierdza. Oto w ręce Rahima (świetny Amir Jadidi) trafia torba z kosztownościami. I zaczyna się problem – przywłaszczyć zgubę i spłacić długi czy postąpić zgodnie ze swoim sumieniem i odnaleźć właściciela? Grand Prix festiwalu w Cannes.

Asghar Farhadi (*A Seperation*, *About Elly*) is the most interesting Iranian director, and his latest film is the best proof. A bag of valuables gets into the hands of Rahim (in this role amazing Amir Jadidi). And this is when the dilemma begins - to keep it and pay off his debts, or to act according to his conscience and find the owner? The film won Grand Prix at the Cannes festival.

Bohater, **reż. | dir. Asghar Farhadi**



FORMY ABSTRAKCYJNE
Abstract forms

Dlaczego klimat się zmienia, a gwiazdy różnią się kolorami? Jak powstały kontynenty? W którym państwie spada najwięcej deszczu? Te i inne ciekawostki do przeczytania i oglądania w tym ciekawie ilustrowanym albumie. Za grafiki odpowiada katalońska malarka – Regina Giménez.
Why is the climate changing or why do stars vary in colour? Which country has the highest rainfall? You'll find the answers to these and many other questions in this beautifully illustrated album. The person responsible for the drawings is Regina Giménez.

Geo-Grafiki, **Regina Giménez, Druganoga**

KSIĄŻKI Books

JESTEŚ BOHATEREM
You're a hero

Jak dzięki ogniowi udało nam się zmniejszyć żołądki? Co gra w piłkę nożną mówi o byciu człowiekiem? I dlaczego spośród wszystkich bajek najwięcej z nas uwierzyło w tę o pieniądzach? Tym razem Yuval Noah Harari, autor bestsellera *Sapiens*, próbuje udowodnić, że człowiek potrafi prawie wszystko. Inspirujące.
How did the fire help us shrink our stomachs? What does the game of soccer say about being human? And why, out of all the fairy tales, most of us believed in the one about money? This time Yuval Noah Harari, the author of the best-selling book *Sapiens*, tries to prove that man can do almost anything. It's inspirational.

Niepowstrzymani. Jak przejęliśmy władzę nad światem,
Yuval Noah Harari, Wyd. Literackie

OBSESYJNA SAMOTNOŚĆ
Loneliness

Nad wiek dojrzała nastolatka szuka odskoczni od rzeczywistości w wyimaginowanych rozmowach z Freudem, fantazjach o lataniu i muzyce, w której zatraca się bez reszty. Nowa powieść autora książki *Niepokój przychodzi o zmierzchu* to lektura wstrząsająco dobra i odważna. Do księgarń!
An over-mature teenager seeks a break from reality in imaginary conversations with Freud, fantasies about flying and music in which she completely loses herself. A new novel by the author of *The Discomfort of Evening* is a shockingly good and brave read.

Mój mały zwierzaku,
Marieke Lucas Rijneveld, Wyd. Literackie

SZTUCZKI
Tricks of the Trade

Jeden z najważniejszych współczesnych francuskich pisarzy Michel Houellebecq tym razem przenosi nas w czas fikcyjnej kampanii przed wyborami prezydenckimi w 2027 r. Jak nietrudno zgadnąć, najbardziej interesują go kulisy władzy, polityczne sztuczki i ludzkie słabości. Wciągające, aktualne i niepozbawione... romantycznych nut.
One of the most important contemporary French writers, Michel Houellebecq, this time takes us to the world of a fictional presidential campaign in 2027. As you can easily guess, he is most interested in what's behind the scenes, in political tricks and human weaknesses. Intriguing , up-to-date and with some... romantic flavour.

Unicestwienie,
Michel Houellebecq, W.A.B.

PRZYWRÓCIĆ PAMIĘĆ
Bringing back the memory

Ilyas jako dziecko uciekł z domu i stracił kontakt z bliskimi. Po latach wraca, ale rodzice już dawno nie żyją – udaje mu się jedynie odnaleźć siostrę. Powieść ubiegłorocznego noblisty Abdulrazaka Gurnaha to opowieść o stracie i miłości osadzona w Afryce Wschodniej na początku XX w. Piękna opowieść.
As a small child, Ilyas ran away from home and lost touch with his family. He comes back after years, but his parent are long dead. He manages to find his sister. Last year's Nobel Prize winner Abdulrazak Gurnah's novel is a story of loss and love set in East Africa at the beginning of the 20th century. A beautiful story.

Powróceni,
Abdulrazak Gurnah, Wydawnictwo Poznańskie

PODRÓŻ DO PRZESZŁOŚCI W TOWARZYSTWIE AWATARA

Jak zrymować miejskie legendy, kryminalne historie i interaktywne technologie? Odpowiedzi znajdziecie w Lublinie, a dokładnie w Kozim Grodzie, gdzie powstaje nowoczesna strefa rozrywki „Awatary Miasta". To dwa sensoryczne miejsca i trzygwiazdkowy hotel z widokiem na Stare Miasto. W Kamienicy Legend przy ul. Dominikańskiej odwiedzający poznają historie miasta opowiedziane przez legendarne postaci związane z Lublinem i kulturą Słowian. Zaś w Kamienicy Kryminałów na ul. Grodzkiej będzie można poczuć dreszczyk emocji i grozy w towarzystwie łotrów i rzezimieszków rodem z Lublina. Co więcej, goście spróbują swoich sił jako detektywi w pokojach zagadek, a odważni – odwiedzą prosektorium. Ale to nie wszystko – w tej podróży do przeszłości gościom będą towarzyszyć specjalnie opracowywane awatary – postaci z lubelskich legend i kryminałów oraz autorskie animacje i interaktywne plansze, które zaproszą do świata intryg i niespodzianek.

Kamienice Awatarów Miasta powitają pierwszych gości już na początku 2023 r.

JOURNEY TO THE PAST WITH AN AVATAR

How to rhyme city legends, crime stories and interactive technologies? You will find the answers in Lublin, and more precisely in Kozi Gród, where a modern entertainment zone called "City Avatars" is being created. These are two sensory places and a three-star hotel overlooking the Old Town. In Kamienica Legend in Dominikańska St, visitors will learn about the city's stories told by legendary figures related with Lublin and the culture of the Slavs. And in Kamienica Kryminałów in Grodzka St., you will be able to feel the thrill of emotion and horror in the company of the Lublin rogues and thugs. What's more, the guests can try their hand as detectives in escape rooms, and the brave will be able to visit a mortuary. But that's not all - on this journey to the past, guests will be accompanied by specially designed avatars - characters from Lublin legends and crime novels, as well as original animations and interactive charts that will invite you to the world of intrigue and surprises.

Townhouses of Avatars of the City will welcome their first guests at the beginning of 2023.

więcej | more: ***avatarymiasta.pl***

AVATARY MIASTA
Fundusze Europejskie Polska Wschodnia
Rzeczpospolita Polska
Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

© M.P.

Ministry of Culture and National Heritage of the Republic of Poland

ADAM MICKIEWICZ INSTITUTE

Co-financed by the Minister of Culture and National Heritage of the Republic of Polanc

„DOM ODZIANY. DOSTRAJANIE SIĘ DO SEZONOWEJ WYOBRAŹNI”

Ekspozycję reprezentującą Polskę na ostatnim Biennale Designu w Londynie od 5 listopada będzie można oglądać w Lizbonie podczas Triennale Architektury. „Terra”, hasło tegorocznego Triennale, zachęca do refleksji nad wyzwaniami współczesności.

Wystawa „Dom odziany”, zakorzeniona w polskich wzorach tekstyliów sprzed ery elektryczności, przywołuje domowe rytuały, które pozwalają pielęgnować relację ze światem przyrody i uważniej reagować na jego ciągłe zmiany.

Polska wystawa której idea powstała w 2021 roku, dziś ujawnia swoją zaskakującą aktualność. Coraz więcej z nas zaczyna przecież szukać sposobów na przystosowanie swoich wnętrz do zbliżającej się zimy – nie tylko w kontekście dekoracyjnym, ale także zapewnienia dodatkowego ocieplenia pomieszczeniom. Tym samym nasza uwaga zwraca się ku sezonowości, którą chyba jeszcze niedawno uważaliśmy za marginalną część naszego życia, a obecnie coraz bardziej odczuwamy jej oddziaływanie.

Inspiracje i rozwiązania dla naszych domów możemy odnaleźć właśnie w polskiej tradycji tkanin, którą eksploruje i eksponuje „Dom odziany”. Wystawa przypomina nam jak „odziewane” były domy naszych przodków, wykorzystując tradycje polskich wzorów tekstylnych sprzed ery elektryczności. Twórcy ręcznie tkanych kilimów, obić ściennych, kołder-podsufitników, dywanów i innych tekstyliów używanych do aranżacji wnętrz odtwarzając je, korzystają ze znaczenia i temperatury barw. Wskazują tym samym na rytm, jaki wyznaczał kiedyś cykl pór roku. Wizualizacja tych „odzianych” pomieszczeń w wykonaniu Alicji Bielawskiej, artystki tworzącej prace przestrzenne z użyciem tkanin, inspiruje do ponownego dostrojenia się do cykliczności natury i zastanowienia się nad jej miejscem we współczesności.

Za koncepcję i projekt wystawy odpowiedzialni są: Małgorzata Kuciewicz i Simone De Iacobis z grupy Centrala – warszawskiej pracowni architektoniczno-badawczej, która zajmuje się reinterpretacjami i interwencjami przestrzennymi mającymi na celu odnowienie języka architektury. W swojej praktyce badają relacje między architekturą a zjawis-kami przyrodniczymi. Kuratorką wystawy jest Aleksandra Kędziorek, a identyfikację wizualną zaprojektowała Anna Kulachek.

Wystawa, zorganizowana przez Instytut Adama Mickiewicza, była prezentowana w Pawilonie Polskim na London Design Biennale 2021, w Muzeum Narodowym w Krakowie oraz na Biennale Designu w Lublanie.W tym roku została wybrana do programu Independant Projects na Triennale Architektury w Lizbonie spośród 167 zgłoszeń z całego świata.

© ALICJA BIELAWSKA

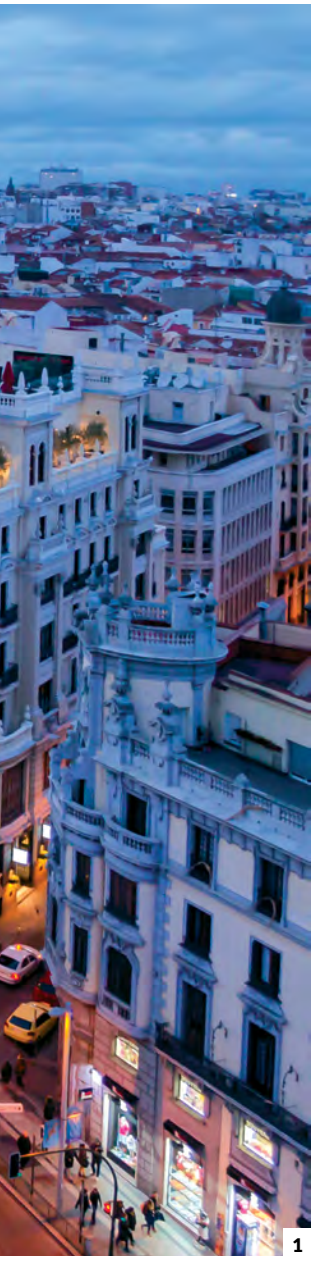
JAK W MADRYCIE

LIVING LA DOLCE VITA IN MADRID

tekst | by **MAGDALENA RUDZKA**

Jest jedną z największych metropolii Europy, a słońce świeci w nim przez 350 dni w roku. Na poznanie wszystkich bogactw stolicy Hiszpanii trzeba by przeznaczyć co najmniej kilka lat.

Madrid is one of the largest metropolises in Europe and the sun shines here 350 days a year. Getting to know all the richness of the Spanish capital can take years.



1

2

3

4

5

1. Przy handlowej Gran Via stoi wiele ciekawych budynków, m.in. Edificio Metropolis z 1911 r.
There are many interesting buildings in Gran Via, e.g. Edificio Metropolis built in 1911.

2. Ozdobą parku Retiro jest pałac Kryształowy – czyli szklany pawilon wystawowy.
The Crystal Palace - a glass exhibition pavilion - is the pride of Retiro Park.

3. Przekąski z owoców morza na głównym targu rybnym Mercamadrid.
Seafood snacks at the main fish market - Mercamadrid.

4. Starożytna świątynia Debod to dar Egiptu dla Hiszpanii. Stanęła w Madrycie w 1968 r.
The ancient temple of Debod is a gift from Egypt to Spain. It stood in Madrid in 1968.

5. Na targu San Miguel tętni kulinarne życie miasta.
The San Miguel Market is bustling with the city's culinary life.

PL

Czy polskie powiedzenie „życie jak w Madrycie" jest trafne? Czy rzeczywiście w stolicy Hiszpanii żyje się przyjemnie, wygodnie i dostatnio? Wszystko wskazuje na to, że tak. Madryt to jedno z miast symboli, epicentrum kultury Hiszpanii promieniujące kiedyś na dużą część świata. Ślady dawnej potęgi widać w mieście do dziś – najlepiej na ogromnym, historycznym miejskim placu Plaza Mayor. Zaadaptowany ze zwykłego miejskiego targowiska na reprezentacyjną przestrzeń niewiele się zmienił od ukończenia budowy, czyli od 1619 r. Plac był świadkiem koronacji, świąt, odbywały się na nim korridy. Dziś jest pełen restauracji, kawiarń i wciąż organizowane są na nim rozmaite wydarzenia: koncerty, festiwale, jarmarki świąteczne, a nawet warsztaty jogi.

Madrycki dostatek to także sztuka. Miasto ma ponad 70 muzeów, a najważniejszą częścią tej kolekcji jest tzw. złoty trójkąt sztuki – okolica skupiająca trzy najważniejsze muzea Madrytu: Prado, Thyssen-Bornemisza i Muzeum Narodowe Centrum Sztuki Królowej Zofii. Chcąc się porządnie zapoznać z kolekcjami tylko tych instytucji, przepadlibyśmy w ich wnętrzach na wiele dni. Samo Prado jest uważane za jedno z najważniejszych na świecie i mieści 35 tys. eksponatów, w tym bezcenne dzieła malarstwa hiszpańskiego, włoskiego i flamandzkiego.

Historia i sztuka to jednak tylko mała cząstka atrakcji Madrytu. Znajdziemy w nim o wiele więcej – na przykład najstarszą nieprzerwanie działającą restaurację na świecie (Botin, od 1725 r.), ponad 40 parków i ogrodów, 46 targowisk gastronomicznych, a nawet starożytną egipską świątynię. ■

1

2

3

1. Plac Puerta del Sol, jeden z największych w Madrycie. Dziś jest w centrum, kiedyś znajdowała się tu jedna z miejskich bram.
Puerta del Sol is one of the largest squares in Madrid. Today it is in the center, but in the past it's where one of the city gates was.

2. Cuatro Torres (cztery wieże) – najwyższe budynki w Madrycie, w dzielnicy finansowej.
Cuatro Torres (four towers) - the tallest buildings in Madrid, in the financial district.

3. Smażone ciasteczka churros maczane w gorącej czekoladzie. Zwykle jedzone na śniadanie.
Fried churros cookies dipped in hot chocolate. They are usually eaten for breakfast.

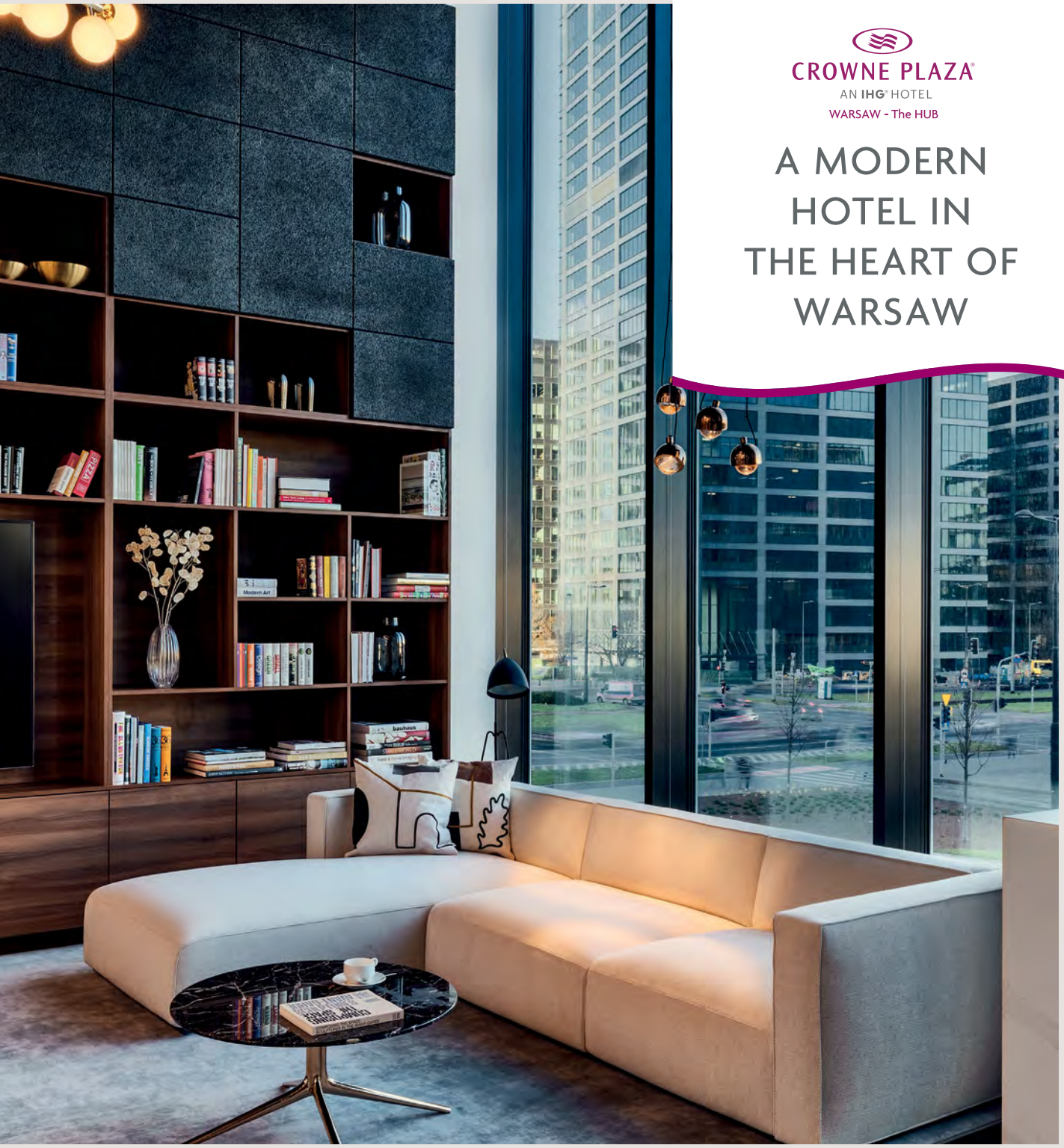
ENG

In Poland, to live "like in Madrid" means to live a wonderful life. Is this simile accurate? Is life in the capital of Spain really as pleasant, comfortable and affluent as all that? It would seem so. Madrid is a "city -symbol"; the epicentre of the Spanish culture that once influenced large parts of the world. Vestiges of its former power can be seen in e.g. the huge, historic city square Plaza Mayor. This onetime workaday city market was redeveloped into the large, imposing and elegant space we see today in 1619. The square has witnessed coronations, holiday celebrations, and bullfighting. Today it is full of restaurants and cafes, but still manages to host concerts, festivals, Christmas markets and even yoga workshops.

Madrid is also rich in art. The city has more than 70 museums, the most important of which constitute the "Golden Triangle of Art". These are the Prado, Thyssen-Bornemisza and Queen Sofía National Museum Art Centre. Thoroughly exploring these three institutions would take days if not weeks. The Prado Museum is considered one of the most important in the world. It houses 35,000 exhibits, including priceless Spanish, Italian and Flemish paintings.

History and art, however, are only a small part of what Madrid has to offer. There is the oldest continuously operating restaurant in the world (Botin, since 1725), over 40 parks and gardens, 46 food markets, and even an ancient Egyptian temple, to name a few. ■

© SHUTTERSTOCK, ADOBE STOCK (6), ISTOCK



CROWNE PLAZA®
AN IHG® HOTEL
WARSAW - The HUB

A MODERN HOTEL IN THE HEART OF WARSAW

WORLD TRAVEL AWARDS
WINNER
2022
Poland's Leading Conference Hotel

Crowne Plaza® Warsaw - The HUB is located in the heart of business area in the city centre of Poland's capital and has 212 elegant rooms and suites with a modern design.

From intimate boardrooms to a spectacular ballroom, the award - winning conference centre can accommodate up to 700 people.

cpwarsawthehub.com | +48 22 377 37 37

SZTOKHOLM

STOCKHOLM

tekst | by **WIKTORIA MICHAŁKIEWICZ**

To jedno z niewielu miast, gdzie rozwiązania z przyszłości spotykają się z życiem obok natury. Wystarczy wyjść poza miejski szlak.

Stockholm is one of the world's few large cities where the future sits in harmony with nature. And here, nature begins just beyond the tracks.

Historyczna dzielnica Sztokholmu Gamla Stan.
The historic district of Gamla stan in Stockholm.

Na drugim planie widać Muzeum Nordyckie założone w 1873 r., by udokumentować historię kultury Szwecji.
In the background: the Nordic Museum, founded in 1873 to document the cultural history of Sweden.

PL

Słońce wstało nad zamkiem Karlbergs Slott w sztokholmskiej dzielnicy Vasastaden. Latem dzień zaczyna się tu wcześnie, a mieszkańcy wydają się nadrabiać stracone zimą godziny. Już od poranka obok barokowej bryły zamku, który dziś jest siedzibą szwedzkich sił zbrojnych, można spotkać spacerujących żołnierzy, ale prawdziwe armie składają się z biegaczy. Ja też zaczynam dzień lokalnym zwyczajem – poranną godziną sportu. Wdycham świeże poranne powietrze i podziwiam widoki jak z wakacyjnej pocztówki: przy brzegu jeziora kwitną lilie wodne, ptaszek nurkuje do wody po zdobycz, na pomoście ktoś rozłożył matę do jogi i wykonuje kolejne skłony „powitania słońca". Kilka minut później mijam malutką marinę o hiszpańsko brzmiącej nazwie, Pampas Marina. Jednak klimat jest tu całkiem szwedzki: obok pomalowanych na rdzawo-czerwony kolor domków bujają się łódki przygotowane do letnich podróży na wysepki sztokholmskiego archipelagu. Stąd też wypływają amatorzy porannego kajakarstwa. O poranku mają całe jezioro dla siebie, ale w słoneczne weekendy jest tu tłoczno – każdy chce zjeść tradycyjną kanapkę z krewetkami w majonezowym sosie.

Tymczasem po kolejnych paru minutach spokojnego biegu jestem w lesie. Sportowy wysiłek wynagradzają widoki na szkierowe wybrzeże. Raz po raz pojawia się ławeczka wciśnięta między drzewami w najlepszych miejscach widokowych. Na koniec porannej rozgrzewki zostaje jeszcze wisienka na torcie: przebiegam przez most St. Eriksbron i kontynuuję swoją trasę aż do końca wyspy Kungsholmen, do plaży Hornsberg. Na pomoście zostawiam strój biegacza i wskakuję do wody. To się nazywa zacząć dzień w sztokholmskim stylu!

DOBRY ADRES

Poranek zaczął się jak na wakacjach, ale nadal jestem w centrum miasta. Gęściej zaczyna się robić już na pasażu Rörstrandsgatan, który latem jest zamknięty dla ruchu samochodowego. Przy kultowej kawiarni Mellqvist Cafè ustawia się kolejka po kawę na wynos. Warto mieć oczy szeroko otwarte, bo ta część miasta jest ulubionym miejscem aktorów i artystów, więc niewykluczone, że już o poranku otrzemy się o sławę. Letnimi wieczorami, które nigdy się

ENG

The sun rises over the baroque Karlberg Palace in the city's Vasastaden district. In summer, the day gets off to an early start and the locals go all out to make up for the hours they spent cooped up indoors during winter. The castle now houses a military academy, so you can come across strolling soldiers – even in the morning. However, real armies are made up of runners. I also start my day with an hour of sport, as per the local custom. And in just a few minutes, I've left the hustle and bustle of the city behind me. I breathe in the fresh morning air and admire the picture postcard views: water lilies bloom on the shore of the lake, a little bird dives in to catch its prey, and on the pier, someone has spread a yoga mat and is practising the sun salutation. A few minutes later, I pass a tiny marina bearing the Spanish name, Pampas Marina. However, the atmosphere here is quintessentially Swedish: next to the rusty red houses are boats loaded up for summer trips to the islands of the Stockholm archipelago. This is also where morning canoeists depart. In the early hours, they have the whole lake to themselves, but it can get really crowded here (by Swedish standards) on a sunny weekend - everyone wants to eat a traditional shrimp sandwich with mayonnaise.

Another few minutes of leisurely running and I'm in the forest. The path goes up and down, and the physical effort is rewarded with views of the skerry coast. Here and there, I see a bench in between the trees in an ideal vantage point. This is the icing on the cake of what has been a very satisfactory morning warm-up. I run across the St. Eriksbron and I continue my route to the end of Kungsholmen Island, to Hornsberg Beach. I leave my running gear on the pier and jump

Coraltravel

DUBAJ

miasto rekordów

Elastyczny czas wakacji na **3-14 dni.**
Bezpośrednio z **Warszawy, Katowic i Poznania!**

Więcej informacji znajdziesz na coraltravel.pl

OTI HOLDING

W średniowieczu na sztokholmskim rynku (Stortorget) działało targowisko, dziś to centralny punkt dzielnicy Gamla Stan.
In the Middle Ages, there was a street market in the Market Square (Stortorget). Today, it is the focal point of the district of Gamla Stan.

Zdj. obok: Muzeum Sztuki Współczesnej Magasin III.
Photo below: Magasin III - a museum of contemporary art.

nie kończą, restauracyjne ogródki są pełne ludzi. Katarzyna Tubylewicz w książce *Sztokholm – miasto, które tętni ciszą* pisała, że w Sztokholmie mieszkańców dzielnic rozpoznaje się po kodzie pocztowym. I tak rzeczywiście jest. Każda dzielnica ma swój charakter, podobnie jak jej mieszkańcy. Vasastaden to część miasta intelektualistów i artystów. Södermalm słynie z kolei z artystów hipsterów. Klimat dzielnicy najlepiej oddaje skrót NoFo, zapożyczony od kultowego Soho, oznaczający kilka przecznic na południe od Folkungagatan. Nie brakuje tutaj mikroskopijnych galerii sztuki, księgarń z książkami artystycznymi i sklepów z dizajnem. Są kultowe palarnie kawy: Johan & Nyström i Drop Coffee, które są świątynią dla Szwedów pijących kilka filiżanek dziennie.
Na wyspę Södermalm dostaję się metrem w ciągu kilku minut ze stacji St. Eriksplan. Kiedy spaceruję uliczką Götgatan od Slussen w kierunku Medborgarplatsen, czuję się jak na pokazie mody. Sama chętnie korzystam z inspiracji szwedzkiej ulicy podczas zakupów, które można zrobić w tutejszych sklepach: Weekdays czy Twist&Tango. W porze lunchu nie może też zabraknąć wizyty w najlepszej japońsko-peruwiańskiej restauracji, Indio Kitchen. Podawane

Sztokholm zmienia się zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.

Stockholm is changing in line with the principles of sustainable development.

into the water. That's how you start your day the Stockholm style!

GOOD ADDRESS

The morning began in holiday mode, but I'm still in the centre of the city. It gets more crowded in Rörstrandsgatan, which is closed to vehicular traffic in summer. There is a queue for take-away coffee at the legendary Mellqvist Café. It is worth keeping your eyes peeled, because this part of the city is a favourite haunt for actors and artists, so it's quite likely we might bump into someone famous. During endless summer evenings, the restaurant gardens are full of people.
In her book *Sztokholm – miasto, które tętni ciszą* [Stockholm: A Capital City Humming With Silence], Katarzyna Tubylewicz wrote that Stockholmers have their postcodes written all over them. And it's true. Each district has its own character, as does its inhabitants. Vasastaden is known for its intellectuals and artists, while Södermalm is famous for its hipster artists. The abbreviation NoFo, a play on London's Soho, means "a few blocks south of Folkungagatan". There is no shortage of microscopic art galleries, bookstores with art books and design stores. The iconic coffee roasters Johan & Nyström and Drop Coffee are temples for for the Swedes, who drink several cups of coffee a day. It only takes a few minutes to get to the island of Södermalm from St. Eriksplan via the metro. When I walk Götgatan street from Slussen towards Medborgarplatsen, I feel as if I'm at a fashion show. I'm definitely going to draw on the Swedish street for inspiration when I go shopping at Weekdays or Twist & Tango. Come lunchtime and Indio Kitchen, the best Japanese-Peruvian restaurant in town, is a must. The omakase served here is prepared using the highest

We founded Vilea Property Boutique, a premium real estate agency because we know that extraordinary properties require more. Every real estate is an individual, personal history that reflects your needs, dreams and demands - that is what we believe in.

„The value of luxury apartments is systematically growing. Analysts are optimistic about the real estate market in the premium segment. The value of these properties is to increase systematically, especially in large urban agglomerations and their vicinity. It is increasingly difficult to find an investment in an attractive location, with the highest standard of finish and high-class amenities. Customers and Investors evaluate the premium and luxury real estate market very positively, not only in terms of capital investment, but also as a new place to live. The priority of the Vilea agency is to connect people with unique properties from the premium segment. Our experience and presence on the market for nearly 10 years allows us to reach the best-selected and sought-after properties. We consciously built a boutique agency, we value quality more than quantity.

Our company is known for its individual attitude to each client and each real estate offer. We build a long-term relationships with our clients. We are personal advisers and trusted real estate agents." – summarizes Adrian Kołodziej.

Adrian Kołodziej

Founder of Vilea Property Boutique.
In the real estate business since 2003 when he began investing in luxury apartments in Warsaw.

Feel free to contact us, we will be happy to talk about your real estate. We offer assistance in the sale and rental of houses, villas and apartments. We provide services in particular for luxury properties for sale and rent. Check out our real estate offer and learn about our history.

F. Klimczaka 13 Str. and Piękna 11a Str., Warsaw
+48 22 401 13 18 | +48 602 206 111 | **www.vilea.pl**

Vilea
Property Boutique

tu omakase z najwyższej jakości ryb uzależnia do tego stopnia, że mogłabym przyjeżdżać do Sztokholmu tylko po to, żeby znowu poczuć ten smak. A jeśli częścią życia artysty jest beztroski luz, to na pewno oddaje to obrazek, który mam przed oczami, spacerując na uboczu wyspy. Ktoś gra w bule, ktoś pędzi rowerem.

W STRONĘ NOWOCZESNOŚCI

Zaledwie sześć stacji metra od tradycyjnie robotniczego Södermalmu miasto pokazuje inny charakter. Na Östermalmie wszystko jest majestatyczne, dostojne i bogate. Widać to w witrynach sklepów Chanel i Louis Vuitton, ale też w stylu mieszkańców tej części miasta. Tutaj mają siedziby instytucje finansowe, agencje nieruchomości i komercyjne galerie sztuki, z których obiekty lądują w pokojach przestronnych mieszkań. Wieczorami właśnie tu bawi się szwedzka młodzież z bogatszych domów. Stureplan to centrum spotkań i zabawy do rana w modnych klubach, gdzie często nie można wejść bez specjalnej karty członkowskiej.

Pęd Sztokholmu do nowoczesności zaczął się w latach 30. XX w., kiedy socjaldemokraci przejęli rządy w Szwecji na kolejne 46 lat, a władze Sztokholmu ogłosiły konkurs na przebudowę historycznej części miasta. Swój projekt zgłosił m.in. Le Corbusier, który zaproponował wyburzenie historycznej dzielnicy Norrmalm i budynków na Söder-

quality fish and is so addictive that I could come to Stockholm for this reason alone. The theory that a laidback lifestyle goes with being an artist is certainly borne out by what I see as I explore the nooks and crannies of the island. Someone is playing boules, while someone else is riding a bicycle like crazy

TOWARDS MODERNITY

Just six underground stations from traditional, working-class Södermalm, the city shows a different character. Everything in Östermalm is majestic, dignified and expensive. This is all too apparent in the windows of the Chanel and Louis Vuitton stores, as well as the style of the inhabitants of this part of the city. Financial institutions and real estate agencies are located here, as are commercial art galleries, where people buy works for their spacious apartments. This is where Swedish youth from wealthy homes unwind in the evening. The city's trendiest clubs are clustered around the public square, Stureplan. Entrance often requires a special membership card.

Stockholm's drive to modernity began in the 1930s, when the Social Democrats took over the running of Sweden. Their time in office was to last 46 years. The Stockholm authorities announced an international competition for the reconstruction of the historic part of the city. Among those who submitted their designs, was none other than Le Corbusier, who proposed demolishing the historic district of Norrmalm

Obelisk – Kryształowy Pionowy Akcent w Szkle i Stali (Kristallvertikalaccent) zaprojektował Edvin Öhrström. Znajdziecie go na placu Sergela.
The obelisk called Crystal Vertical Accent in Glass and Steel (Kristallvertikalcent) was designed by Edvin Öhrström. It stands in Sergel Square.

SIGNATURE COLLECTION OD LE COUVENT

THE LE COUVENT'S SIGNATURE COLLECTION

Ponowne przemyślenie materiałów, ponowne przemyślenie czasu: to podejście Signature Collection od Le Couvent Maison de Parfum, zakorzenione w kunszcie zarówno rzemieślnika, który wie, jak pozwolić materiałowi mówić za siebie, jak i artysty, który wnosi do pracy wyobraźnię.
„Od końca zimy do nadejścia jesieni, wraz ze zmianą pór roku, lubię poświęcić czas na wsłuchanie się w zapach kwiatów w moim ogrodzie. Nie po to, by odkrywać ich zapach i nie z powodu tego, czym są, ale z powodu tego, co mi mówią, co słyszę. Nie ma lepszego sposobu na spędzenie czasu z innymi niż słuchanie. W rzeczywistości włoski czasownik "słuchać", sentire, przypomina francuski czasownik "pachnieć": sentir" wyznaje Jean-Claude Ellena, twórca kolekcji.
VETIVERA, to najnowszy zapach w kolekcji Signature. *„Wystarczy, że wypowiem słowo "wetiwer" i od razu słyszę, że to zapach dla mężczyzn, na co odpowiedź brzmi: nie! To niezrozumienie świata zapachów powoduje, że kompozycjom przypisuje się płeć".* Wetiwer to nie drewno, a korzeń, który w niektórych kulturach jest wykorzystywany w eliksirach miłosnych. VETIVERA to zapach dla dwojga, na bazie Wetiweru z Haiti, czarnego pieprzu z Madagaskaru i Cedru z USA.

Rethinking materials, rethinking time: that's the Le Couvent's Signature Collection approach, rooted in the craftsmanship of both the artisan, who knows how to let the material speak for itself, and the artist, who brings imagination to the work.
„From the end of winter until autumn comes, as the seasons change, I like to take the time to listen to the scent of the flowers in my garden. Not to take note of their fragrance and not because of what they are, but because of what they tell me, what I hear. There is no better way to spend time with others than to listen. In fact, the Italian verb "to listen", sentire, recalls the French verb "to smell": sentir", says Jean-Claude Ellena, Master Perfumer behind the collection.
VETIVERA is the newest addition to the Signature collection. *„All I have to do is say the word "vetiver" and I'm immediately told it's a men's fragrance, to which the answer is: no! It is a misunderstanding of the world of fragrance that causes a gender to be assigned to a scent".* Vetiver is not a wood, but a root, which in certain cultures is used in love potions. VETIVERA is a fragrance to share, for men and women, crafted with Vetiver from Haiti, Black Pepper from Madagascar and Cedar from the USA.

Perfumy marki Le Couvent Maison de Parfum dostępne są w perfumeriach Douglas I na stronie fr.lecouventparfums.com/
Le Couvent Maison de Parfum fragrances are available in Douglas stores and on fr.lecouventparfums.com/

Każda dzielnica ma swój charakter, podobnie jak jej mieszkańcy.

Each district has its own character, just like its inhabitants.

1 2

malmie. W ich miejscu miały stanąć białe „kostki" domków jednorodzinnych. Na szczęście jednak renowacja miasta zatrzymała się na Kungsträdgården.

Nowoczesne budynki powstały na gruzach dzielnicy, która kiedyś była ulubionym miejscem sztokholmskiej śmietanki towarzyskiej. W tak zwanej Klarze – Klarakvarteren – miały siedziby redakcje dzienników *Dagens Nyheter* i *Aftonbladet*, a po pracy dziennikarze debatowali o polityce przy papierosie i winie w tutejszych barach. Po tym klimacie nie ma śladu. Według architektów nowego Sztokholmu najważniejsze było światło i powietrze, dlatego stare domy wyburzono, a wąskie ulice zostały zastąpione szerokimi alejami. W samym centrum w 1974 r. otwarto Dom Kultury (Kulturhuset) projektu Petera Celsinga, który dziś jest zwyczajowym miejscem spotkań.

Dziś Sztokholm też patrzy w przyszłość. Miasto zmienia się zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju. Powstają samowystarczalne energetycznie dzielnice mieszkaniowe, tak jak Hammarby Sjöstad, w których chętnie kupują mieszkania pracujący w start-upach młodzi Szwedzi i ekspaci, którzy nadają miastu klimat – nie bez powodu stolica Szwecji czasami jest nazywana drugą Doliną Krzemową. ■

and the buildings in Södermalm. In their place, white "cubes" of single-family houses were to be erected. Fortunately, the renovation of the city came to a halt in Kungsträdgården.

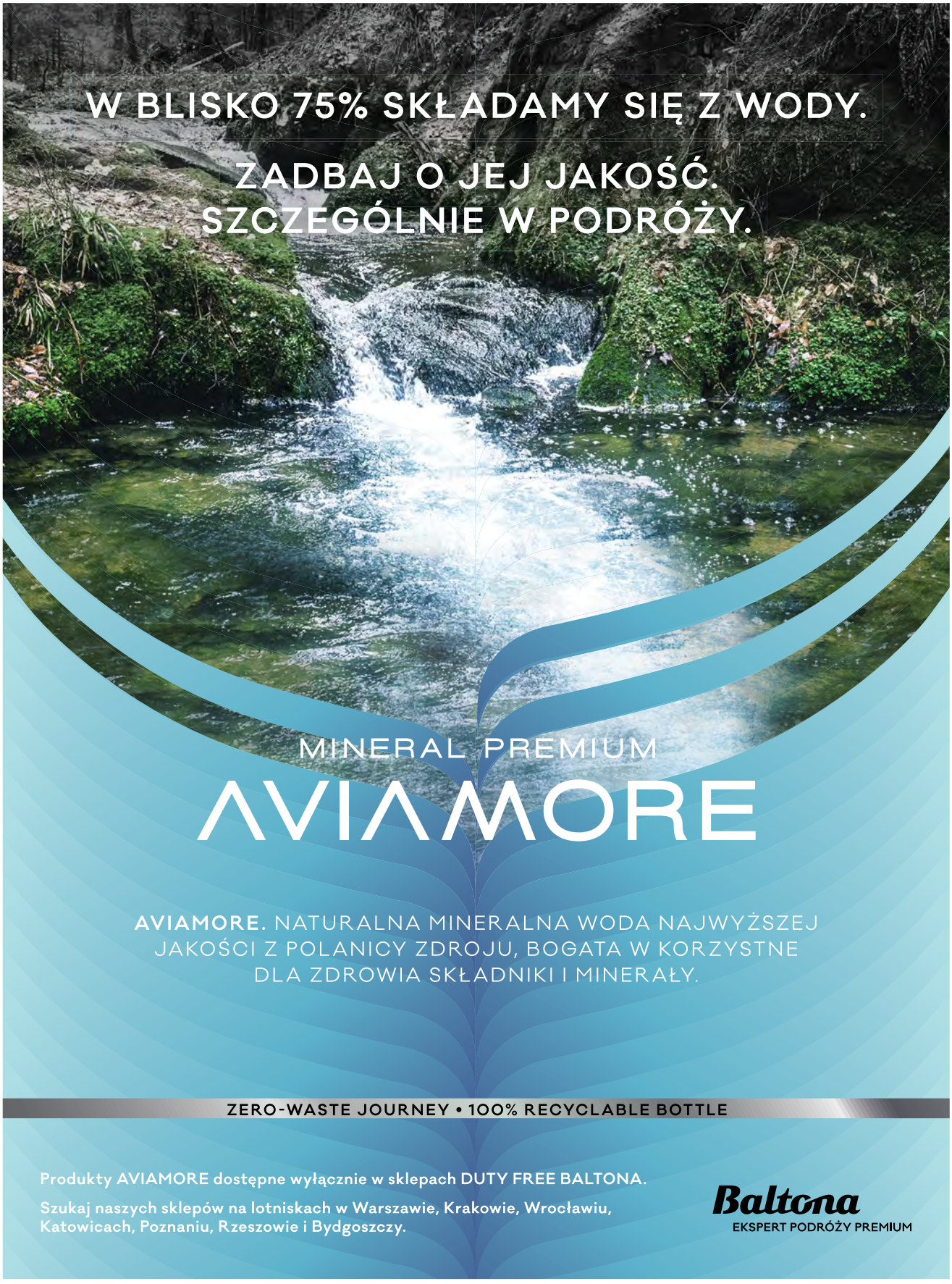
Modern buildings they see were erected on the ruins of what used to be favourite meeting places for the city's upper crust. The editorial offices of Dagens Nyheter and Aftonbladet were once located in Norrmalm's Klarakvarteren precinct. Journalists would debate politics over a glass of wine and a cigarette in the local bars after hours. Those days have vanished without a trace. The architects of the new Stockholm gave first priority to light and air. With this in mind, old houses were demolished and narrow streets made way for wide avenues. The Culture House (Kulturhuset), designed by Peter Celsing, was opened in the centre of the city in 1974. Today, it is a conventional meeting place.

Today, Stockholm has its eyes on the future. The city is changing in line with the principles of sustainable development and ecology. Energy self-sufficient residential districts, e.g. Hammarby Sjöstad, are sprouting up. And young Swedes and expats working in start-ups are snapping up flats in them. These are the people who give the city its atmosphere. Stockholm is sometimes called the second Silicon Valley – and not without reason. ■

1. Archipelag Sztokholmski – rozciąga się od Sztokholmu 60 km w kierunku wschodnim.
The Stockholm Archipelago – stretches from Stockholm 60 km east.

2. Takie artystyczne danie zjecie w restauracji The Fotografiska.
You can eat such an artistic dish at The Fotografiska restaurant.

©SHUTTERSTOCK (2), ADOBE STOCK (2), ISTOCK, TOVE FREIJ, ANNA HALLAMS/IMAGEBANK SWEDEN.SE


W BLISKO 75% SKŁADAMY SIĘ Z WODY.
ZADBAJ O JEJ JAKOŚĆ.
SZCZEGÓLNIE W PODRÓŻY.
MINERAL PREMIUM
AVIAMORE
AVIAMORE. NATURALNA MINERALNA WODA NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI Z POLANICY ZDROJU, BOGATA W KORZYSTNE DLA ZDROWIA SKŁADNIKI I MINERAŁY.
ZERO-WASTE JOURNEY • 100% RECYCLABLE BOTTLE
Produkty AVIAMORE dostępne wyłącznie w sklepach DUTY FREE BALTONA.
Szukaj naszych sklepów na lotniskach w Warszawie, Krakowie, Wrocławiu, Katowicach, Poznaniu, Rzeszowie i Bydgoszczy.
Baltona
EKSPERT PODRÓŻY PREMIUM

WSZYSTKIE DROGI PROWADZĄ DO ZAGRZEBIA

ALL ROADS LEAD TO ZAGREB

tekst | by **MAGDALENA RUDZKA**

Ze stolicy Chorwacji nie trzeba od razu uciekać nad morze. To 900-letnie miasto ma wszelkie atuty, by przybysza zatrzymać na dłużej – i to przez okrągły rok.

We suggest you spend a little time in the Croatian capital before heading off for the coast. This 900-year-old city has more than enough to make it worth your while staying a little longer – whatever the time of year.

1

2

3

1. Neogotycka katedra w Zagrzebiu jest największym w Chorwacji budynkiem sakralnym.
Zagreb Neo-Gothic Cathedral is Croatia's largest sacral building.

2. Radićeva – jedna z najbardziej malowniczych ulic starej części Zagrzebia.
Radićeva is one of the most picturesque streets of the old part of Zagreb.

3. Miejskie jezioro Jarun to świetne miejsce do uprawiania wioślarstwa.
Jarun Lake, located within the city's borders is a great place for rowing.

Zagorski štrukli, czyli zawijane, pieczone lub gotowane ciasto z masą z sera.
Zagorski štrukli is wrapped, baked or cooked dough with cheese mass.

PL

Położony w dogodnym miejscu między Alpami, Adriatykiem i Niziną Panońską Zagrzeb od zawsze był skrzyżowaniem ważnych szlaków handlowych. Do dziś pozostał ciekawą mieszanką Europy kontynentalnej i śródziemnomorskiej. Dzięki temu ma wyjątkowy klimat, który trudno porównać z jakimkolwiek innym europejskim miastem. Znajdziemy tu różnorodną mozaikę stylów architektonicznych, od gotyku do socrealizmu, z mocną reprezentacją wystawnych budynków publicznych z XIX w.

Historyczna, najstarsza dzielnica Gornji Grad to źródło współczesnego Zagrzebia. Zaczęła rosnąć jeszcze w średniowieczu, a dziś wraz

ENG

Conveniently located between the Alps, the Adriatic and the Pannonian Plains, Zagreb has always been at the crossroads of important trade routes. To this day, it has remained an interesting mixture of continental and Mediterranean Europe. That's why it has a special ambience that is difficult to find in any other European city. Here you will find a diverse mosaic of architectural styles, from Gothic to Social Realism, with a strong representation of lavish public buildings from the 19th century. The oldest, historic district of Gorni Grad is the source of modern Zagreb. It began to grow in the Middle Ages, and it and the district of Dolni Grad, constitutes the centre and most interesting

1

2

3

1. Z zamku Medvedgrad na górze Medvednica rozciąga się widok na miasto.
There is a view of the city from Medvedgrad Castle on the top of Mount Medvednica.

2. Sarma – chorwackie danie z kapusty podobne do polskich gołąbków.
Sarma - Croatian cabbage dish, similar to our cabbage rolls.

3. Zrinjevac to reprezentacyjny park miejski założony w XIX w.
Zrinjevac is a representative city park founded in the 19th century.

© SHUTTERSTOCK (3), ADOBE STOCK, J.DUVAL (2), M.P.

z dzielnicą Dolni Grad stanowią centrum i najciekawszy fragment miasta. Połączone są najkrótszą trasą publicznego transportu na świecie – przejazd kolejką linową Funicular między ulicą Tomicevą a promenadą Strossmayer zajmuje tylko minutę.

Co ciekawe, w Zagrzebiu panuje kultura przesiadywania w kawiarniach i ogródkach restauracyjnych tak długo, jak tylko się da. Właściwie życie toczy się tu na ulicy, jeśli tylko pogoda na to pozwala – z czego koniecznie trzeba skorzystać. Ale to nie wszystko – tutejsze imprezy i festiwale, odbywające się przez cały rok, trudno zliczyć. Wiosna zaczyna się Festiwalem Świateł, latem kwitnie życie kulturalne i muzyczne: pod gołym niebem odbywają się m.in. Zagreb Classic, Art Park czy INmusic. Jesień to czas festiwalu Artupunktura – w kilkudziesięciu punktach w całym mieście trwają wystawy sztuki współczesnej. Z kolei z początkiem zimy startuje Advent Zagreb – jarmark świąteczny uznany trzy razy z rzędu za najlepszy w Europie. ■

parts of the city. The two districts are connected by the shortest public transport route in the world – the Funicular cable car between Tomiceva Street and Strossmayer promenade takes only a minute.

Zagreb is famous for its culture of hanging out in cafes and restaurant gardens for hours on end. In fact, life goes on here on the street as long as the weather permits - which you absolutely have to take advantage of. But that's not all - it's hard to count the local events and festivals that take place here all year round. Spring begins with the Festival of Lights, and in the summer, cultural and musical life flourishes: Zagreb Classic, Art. Park or INMusic, all take place in the open air. Autumn is the time of the Artupunktura festival – when contemporary art exhibitions are held at dozens of locations throughout the city. And at the beginning of winter, Advent Zagreb begins – a Christmas market declared the best in Europe three times in a row. ■

POLISH AIRLINES LOT A STAR ALLIANCE MEMBER
Połączenia
Connections
WAW–ZAG–WAW
Więcej informacji na ■
More information on
lot.com
lot.com

WOLA VILLAGE

WOLA VILLAGE

Wille miejskie WV – zainwestuj w Krakowie
Unikalne osiedle - resort na Woli Justowskiej, w bliskiej odległości od lotniska w Balicach.

W mieście jak na wsi
Mieszkanie w mieście czy dom na wsi? W WOLA VILLAGE (WV) zamieszkasz w nowoczesnej willi miejskiej, na niezwykłym osiedlu stwarzającym komfort na miarę RESORTU, z prywatnym parkiem i kompletnym pakietem udogodnień.

Wybierz swoją willę.
Zamieszkaj w WOLA VILLAGE.

WV town houses – invest in Krakow
A unique estate in Wola Justowska district. The look and feel of a Resort. Close to Krakow Airport.

In the city, with the feel of a village
Apartment in the city or house in the village? How about both? In WOLA VILLAGE (WV) you can reside in a modern town house that combines the features of a city apartment and the homely luxuries of a village home. Set within a unique estate, the WV experience offers all the comforts of RESORT, including a private park and complete amenities'package.

Choose your town house.
Live in WOLA VILLAGE.

www.wolavillage.com | tel. +48 12 314 30 04

URBA

SZWAJCARIA
SWITZERLAND

Jest jednym z najbardziej górzystych państw świata. Na jej terenie znajdziemy aż 24 szczyty o wysokości co najmniej 4 tys. m. Ma ponad 1,5 tys. jezior i niezliczoną ilość urokliwych miejsc, które jesienią wyglądają wprost bajecznie.

It is one of the most mountainous countries in the world. Thereare as many as 24 peaks with the height of at least 4 thousand meters within its borders. It has more than 1.5 thousand lakes and countless charming places that look simply fabulous in autumn.

Masyw górski Mischabel (który otaczają lodowce) w Alpach Pennińskich ze szczytem Dom (4545 m).
The Mischabel massif (surrounded by glaciers) in the Pennine Alps with its main summit, the Dom (4545 m).

Na drugim planie szczyt Matterhorn (4478 m n.p.m.). Leży na granicy między Szwajcarią a Włochami i można go podziwiać z kolejki, która biegnie od Zermatt do Gornergrat na wysokości 3089 m.
In the background, the Matterhorn summit (4478 m.p.m.). It lies on the border between Switzerland and Italy and can be admired from the funicular that runs from Zermatt to Gornergrat at 3089 m.

Most w miejscowości Scuol, w kantonie Gryzonia.
The Bridge in the village of Scuol, in the Canton of Graubünden.

(obok/right)
Późnorenesansowy budynek ratusza w Zurychu, w tle widać bliźniacze wieże XIII-wiecznego kościoła Grossmünster.
The late Renaissance town hall building in Zurich. In the background you can see the twin towers of the 13th-century Grossmünster church.

Miasteczko Lavertezzo położone w dolinie rzeki Verzasca. Jego początki sięgają pierwszej połowy XIV w.
The town of Lavertezzo is situated in the valley of the Verzasca River. Its origins date back to the first half of the 14th c.

Jezioro Biel w regionie Jura. Najlepiej i najwygodniej podziwiać je podczas rejsu statkiem.
Lake Biel in the Jura region. The best and most convenient way to admire it is during a boat trip.

(po lewej/left)
Szczyt Fronalpstock (1921 m n.p.m.). Można się na niego dostać wyciągiem krzesełkowym z miejscowości Stoos lub pieszo.
The Fronalpstock summit (1921 m.p.m.). You can get there with a chair lift or on foot.

©SWITZERLAND TOURISM/SYLVIA MICHEL, JAN GEERK (5), ADOBE STOCK

LOT
Połączenia
Connections
WAW–ZRH–WAW
Więcej informacji na
More information on
lot.com
lot.com

WROCŁAW

tekst | by **PAULINA SOBONIAK**

Wróciłam do historycznej **stolicy Dolnego Śląska** po kilku latach od zakończenia studiów. Przywitały mnie eklery, Odra i sentymenty.

I came back to the historic **capital of Lower Silesia** years after graduating University. I was greeted by eclairs, the Oder, and fond memories.

Żyjnia jest miejscem spotkań, otwartym salonem miejskim.

Żyjnia is a meeting place, an open city salon.

01 MUZEUM NARODOWE I RZEŹBY ABAKANOWICZ

THE NATIONAL MUSEUM AND ABAKANOWICZ'S SCULPTURES

Neorenesansowa bryła nad Odrą, porośnięta bluszczem (budynek główny), sprawia wrażenie magicznej. Zamknięte jasne patio z wysokimi arkadami przykrywa świetlik z matowego szkła. Otoczenie budynku to też wystawa rzeźb, m.in. *Rycerze króla Artura* Magdaleny Abakanowicz. Plus ogromny zbiór sztuki polskiej, śląskiej, europejskiej.

The neo-renaissance ivy-covered building on the banks of the Oder makes a magical impression. The closed, bright patio, with its tall arcades, is covered with a frosted glass skylight. The building is surrounded by sculptures, e.g. from Magdalena Abakanowicz's Knights of King Arthur series. There is also a huge collection of art from Silesia, Poland and elsewhere in Europe.

02 BWA DIZAJN ŻYJNIA

BWA DIZAJN ŻYJNIA

Żyjnia to sanatorium przy Świdnickiej. Inspiracją do jego powstania były „nostalgiczne dolnośląskie uzdrowiska". Sercem Żyjni jest konstrukcja ze szklanych luksferów, z której wydobywa się aromatyczna mgła, w której parzone są ziołowe herbaty. I oczywiście jest tu zielono.

Żyjnia is a sanatorium in Świdnicka Street inspired by "nostalgic Lower Silesian health resorts". The heart of Żyjnia is a glass brick structure from which aromatic mist is extracted and used to brew herbal teas. And, as the name comes from the Polish word for "fertile", it's full of greenery.

03 RESTAURACJA W KONTAKCIE

W KONTAKCIE RESTAURANT

Lokalnie, sezonowo, świadomie. Rustykalne, ciepłe wnętrze, w którym przyjemnie jest dłużej posiedzieć. Pigwoniada z Podlasia, cherry latte, wywar imbirowy, śniadania, mezze i humusy, które nigdy nie wyjdą z mody. I dobrze!

Locally, seasonally, consciously. A warm, rustic interior that makes you want to stay. Pigwoniada (quince lemonade) from Podlasie, cherry latte, ginger brew, breakfast, mezze, and hummus. Hummus is something which will never go out of style. Thank goodness.

04 SEDESOWCE

SEDESOWCE

Sześć budynków zaprojektowanych na przełomie lat 60. i 70. ubiegłego wieku jeszcze niedawno straszyło socjalistyczną betonową szarością. Dziś sedesowce z odnowioną na biało elewacją to ikona modernizmu i jeden z symboli miasta.

Six buildings designed in the late 1960s and early 1970s. Their drab socialist concrete greyness scared people away not all that long ago. Today, spruced up with a coat of white paint, Sedesowce are an icon of modernism and a landmark of the city.

Polskie Centrum Biowitalności!

Manor House
HOTEL
SPA
PAŁAC ODRODZENIA

W hotelu Manor House SPA pobudzisz organizm do autoregeneracji, wzmocnisz siły witalne i dobrostan

Hotel dla dorosłych (bez dzieci), przyjazny weganom i alergikom

Najlepsze holistyczne SPA w Polsce, autorski program odmładzający

Energetyczne terapie, koncerty na gongi, kąpiele Ofuro

Bezchlorowy basen i kompleks Łaźni Rzymskich

Technologia Grandera do „ożywiania" wody w całej posiadłości

Miejsca Mocy w Ogrodzie Medytacji: Kamienny Krąg, piramida Horusa, spirala, labirynt, Ogród Zen

Zabytkowy, 10-hektarowy park z Witalną Wioską SPA i Chatą Solną

Kojąca zmysły bliskość przyrody, czyste powietrze wolne od smogu

Restauracja z kuchnią polską, wegańską i autorską „Dietą Życia"

Ośrodek jeździecki i SPA dla koni

Lądowisko dla śmigłowców

www.manorhouse.pl

05 OPERA WROCŁAWSKA
THE WROCLAW OPERA

Nagrodzona pięcioma statuetkami XVI Teatralnych Nagród Muzycznych im. Jana Kiepury słynie ze świetnych interpretacji *Toski*, *Così fan tutte* czy *Manon*. Magia tego miejsca to nie tylko artyści, ale też 181-letni budynek z widownią bijącą złotem i szlachetną purpurą. Wnętrze opery to cały hektar złoceń, 200 m² lśniących luster, 500 kryształowych kinkietów i żyrandoli oraz 1500 m² marmurów. Istna uczta dla oka i ucha.

Awarded with 5 statuettes of the 16th edition of the Jan Kiepura Theater Music Awards, it is famous for its great interpretations of *Tosca*, *Così fan tutte and Manon*. It's not only the artists that bear testimony to the magic of the place, but also the building itself with the seating are rich in gold and noble purple. The interior of the opera house is 1 hectare of gilding, 200 sq. m. of crystal mirrors, 500 crystal wall lamps and chandeliers, and 1,500 sq. m. of marble. A true feast for the eyes.

W Operze Wrocławskiej gościli m.in. Richard Wagner, Richard Strauss, Ferenc Liszt, Anton Rubinstein czy Henryk Wieniawski. Sezon 2022/2023 otworzył słynny bas-baryton Erwin Schrott.

The Wrocław Opera has hosted, among others, Richard Wagner, Richard Strauss, Ferenc Liszt, Anton Rubinstein and Henryk Wieniawski. The 2022/23 season was opened by the famous bass-baritone Erwin Schrott.

06 GALERIA NEONÓW
THE NEON GALLERY

Ruska 46 – to najjaśniejsze podwórko w mieście. Powstało dzięki Tomaszowi Kosmalskiemu i Fundacji Neon Side, której misją jest ratowanie historycznych reklam świetlnych przed zniszczeniem.

Ruska 46 is the brightest courtyard in the city. It is the brainchild of Tomasz Kosmalski and the Neon Side Foundation, whose mission is to preserve historic neon advertisements.

07 PIEC NA SZEWSKIEJ
PIEC ON SZEWSKA

Miejsce legenda, które zapoczątkowało we Wrocławiu modę na pizzę neapolitańską robioną ze składników sprowadzanych z Italii. Wnętrze jest proste, ale tutaj liczą się dwie rzeczy – piec i smaki, które z niego wychodzą. Oprócz pizzy zjecie tu też makarony, gnocchi i włoskie desery.

A legendary place that started the fashion for Neapolitan pizza made from ingredients straight from Italy. The interior is simple. What matters here are two things - the stove and the flavour that come out of it. The establishment serves pasta, gnocchi and Italian desserts.

08 WROCŁAWSKI LATARNIK
THE WROCLAW LAMPLIGHTER

Gdy zaczyna się ściemniać, na obszarze Ostrowa Tumskiego można spotkać tajemniczego pana w czarnej pelerynie i cylindrze. Jego zadaniem jest zapalenie niemal stu zabytkowych gazowych latarni. Aby to zrobić, musi pokonać ok. 4,5 km. Wykonuje tę trasę dwa razy dziennie – grafik zapalania i gaszenia latarni dostosowany jest do godzin zachodu i wschodu słońca.

Once it starts to get dark, you might come across a mysterious gentleman in a black cape and a top hat on Ostrów Tumski (Cathedral Island). His task is to light almost 100 historic gas lanterns. This leads him to traverse approx. 4.5 kilometres. He covers this route twice a day - the schedule is adapted to the hours of sunrise and sunset.

Iceland Liechtenstein Norway grants

Norway grants

Ministerstwo Funduszy i Polityki Regionalnej

SKARBY, DUCHY, KOPERNIK I NAPOLEON

TREASURES, GHOSTS, COPERNICUS AND NAPOLEON

PL

W Lidzbarku Warmińskim swą 600-letnią historię opowiada zamek biskupów warmińskich, którzy urzędowali w nim przez prawie 450 lat. To tutaj przez 4 godziny odpoczywał Napoleon Bonaparte po bitwie z wojskami koalicji prusko-rosyjskiej pod Ignalinem. To w tym zamku przez kilka lat mieszkał Mikołaj Kopernik, który w chłodnych murach rezydencji biskupów pracował nad swoją teorią heliocentryczną. Po tym, gdy zamek pod koniec XVIII wieku zaczął popadać w ruinę, zaczęli go odwiedzać poszukiwacze skarbów. Jedna z legend głosi, że pewnemu śmiałkowi zgasła pochodnia i przez kilka dni tułał się po podziemiach. Pomogła mu tajemnicza biała dama, która ukazała mu się po kilku dniach tułaczki i powiedziała, gdzie są kosztowności.

Dziś zamkiem opiekuje się Muzeum Warmii i Mazur. Krok po kroku kolejne pomieszczenia są odnawiane i dostosowywane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Powstają sale edukacyjne z nowymi ekspozycjami. Odtworzone zostaną ogrody biskupie, a mur obronny przejdzie swoisty lifting. Wszystko po to, by przywrócić zamkowi dawny blask.

Pomaga w tym wszystkim dofinansowanie z Funduszy Norweskich i EOG, czyli ze specjalnej puli pieniędzy przyznanej przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię nowym członkom UE, w tym Polsce. Prace potrwają do października 2023 r., jednak już teraz warto zobaczyć tę perłę architektury gotyckiej na własne oczy. Może i Ciebie odwiedzi biała dama?

ENG

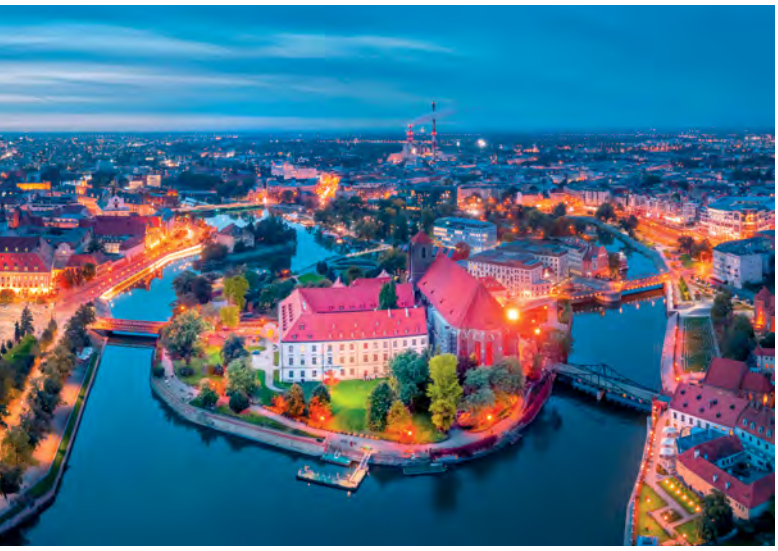
In Lidzbark Warmiński, the castle of Warmia bishops, who served there for almost 450 years, tells its 600-year history. It was here that Napoleon Bonaparte rested for 4 hours after the battle with the troops of the Prussian-Russian coalition at Ignalin. It was in this castle that Nicolaus Copernicus lived for several years, working on his heliocentric theory. When the castle started falling into disrepair at the end of the 18th century, treasure hunters began to visit it. One of the legends says that one of the daredevils had to wander the castle cellars for several days, because his torch went out. He was helped by a mysterious white lady who appeared to him after a few days of wandering and told him where the valuables were.

Today, the castle is looked after by the Museum of Warmia and Masuria. Step by step, subsequent rooms are being renovated and adapted to the needs of people with disabilities. Educational rooms with new exhibitions are being created. The bishops' gardens will be restored, and the defensive wall will undergo a kind of facelifting. The aim of these activities is to restore the castle to its former splendor.

All this is helped by co-financing from the EEA and Norway Grants – money granted by Iceland, Liechtenstein and Norway to new EU members, including Poland. The works will last until October 2023, but even now it is worth seeing this pearl of Gothic architecture with your own eyes. Maybe a white lady will visit you, too?

WSPÓLNIE DZIAŁAMY NA RZECZ EUROPY ZIELONEJ, KONKURENCYJNEJ I SPRZYJAJĄCEJ INTEGRACJI SPOŁECZNEJ

WORKING TOGETHER FOR A GREEN, COMPETITIVE AND INCLUSIVE EUROPE



09 WYSPA PIASEK
SAND ISLAND

Nazwa wyspy pochodzi od kościoła Najświętszej Marii Panny na Piasku. Oprócz niego znajdziecie tu zabytkowy gmach biblioteki, cerkiew, klasycystyczne kamienice oraz najmilsze dla mnie – ślepe uliczki i bulwary idealne na spacery. Z lewobrzeżną częścią miasta wyspę łączy najstarszy żelazny most we Wrocławiu – most Piaskowy.
The name of the island comes from the Church of St Mary on the Sand. Apart from the church, there is a historic library, an Orthodox church, classicist tenement houses, and what's most pleasing to my eyes - dead end streets and boulevards perfect for walking. The island is connected with the left-bank of the city by the oldest iron bridge in the city - the Sand Bridge.

Od 2019 r. Wrocław jest Miastem Literatury UNESCO.

Since 2019, Wrocław has been a UNESCO City of Literature.

10 WIRYDARZ ZAKŁADU OSSOLINEUM
THE COURTYARD OF THE OSSOLINEUM

W siedzibie Ossolineum – instytucji będącej właścicielem rękopisów polskich literatów: Mickiewicza, Słowackiego, Sienkiewicza, Reymonta, Różewicza, znajdziemy jeden z najbardziej urokliwych punktów w centrum Wrocławia. To wirydarz, czyli dziedziniec – jest zielony, zacieniony i kameralny.
The Ossolineum head office contains original manuscripts by Mickiewicz, Słowacki, Sienkiewicz, Reymont, and Różewicz. It also has one of the most charming places in central Wrocław – a green, shaded and intimate courtyard.

11 CUKIERNIA NANAN
NANAN PÂTISSERIE

Serwowane tu eklery, ciastka i makaroniki to małe dzieła sztuki. Panna cotta jest kukurydziana i połączona ze słonym karmelem, a galaretka z czarnej porzeczki sprawia, że deser to lśniące, fioletowe serduszko udekorowane popcornem w karmelu. Jedna z założycielek cukierni to absolwentka Le Cordon Bleu, a pluszowe wnętrze zaprojektowało BUCK.STUDIO.
The eclairs, cookies and macaroons served here are small works of art. Sweet corn panna cotta paired with salty caramel, blackcurrant jelly and caramel popcorn makes the dessert look like a sparkling purple heart. One of the NANAN founders is a graduate of Le Cordon Bleu, the interior was designed by BUCK.STUDIO.

12 WIEŻA UNIWERSYTECKA
THE MATHEMATICAL TOWER

Na początku, czyli w XVIII w., była obserwatorium astronomicznym. Dziś to część gmachu głównego Uniwersytetu Wrocławskiego, do której prowadzą marmurowe Schody Cesarskie. Mimo że taras wieży znajduje się na wysokości jedynie 42 m, to obok budynku Sky Tower jest najpopularniejszym punktem widokowym w mieście. Zdecydowanie wolę ją niż nowoczesny szklany kolos – bo widok z wieży rozciąga się na Stare Miasto, kawałek Nadodrza i nadodrzańskie wyspy.
This was originally an astronomical observatory built in the 18th century. Today, it is part of the main building of the University of Wroclaw, to which the marble Imperial Staircase leads. Although the tower's terrace is only 42 m high, it is, next to the Sky Tower, the most popular vantage point in the city. I definitely prefer it to the modern, glass giant. The view from the tower extends over the Old Town, a part of Nadodrze and the Oder islands.

POLISH AIRLINES LOT A STAR ALLIANCE MEMBER
Połączenia Connections
WAW–WRO–WAW
Więcej informacji na ■ More information on lot.com
lot.com

© J. K. ŻUREK/OPERA WROCŁAWSKA, ARKADIUSZ PODSTAWKA/MUZEUM NARODOWE WE WROCŁAWIU, DAWID ZAWIŁA/UNSPLASH, ADOBE STOCK (3), M. P.

ITAKA

OTO LATO 23

WWW.ITAKA.PL

NFT I ART BRANDING – NARZĘDZIA PROMOCJI MARKI W BANKOWOŚCI PRYWATNEJ BANKU PEKAO S.A.

NFT wydaje się być rozwiązaniem problemu z unikatowością, jaki występuje w świecie cyfrowym. NFT to skrót od "non-fungible token" czyli "niewymienialny token". Niewymienialny, czyli niemający odpowiednika w innych przedmiotach. Tokeny nie mają żadnej ustalonej wartości, ale wartością jest to, że każdy z nich jest wyjątkowy, niepowtarzalny i powinien być traktowany jako przedmiot odrębny od czegokolwiek. Bardziej nawet niż jako przedmiot NFT definiowany jest jako cyfrowa, certyfikowana treść połączona z blockchainem.

Niewykluczone, że posiadanie NFT może w przyszłości pozwolić na zakup wyłącznego dostępu do szczególnych warunków związanych z produktami finansowymi. Bez wątpienia sektor bankowy może stać się pionierem tworzącym innowacyjne produkty finansowe powiązane z NFT. Nie należy zapominać, że tokeny są nierozerwalnie związane ze sztuką. Tu też jest przestrzeń na wykorzystanie tokenów do promocji marki w ramach trendu zwanego artbrandingiem. Artbranding jest, innymi słowy, sposobem kreowania biznesu za pośrednictwem sztuki. Może być ubrany w formę komunikacji wizualnej albo sposobem projektowania produktów dla szczególnych grup klienckich. Przykładem takiego projektu jest karta płatnicza Unique, projekt realizowany wspólnie przez Bank Pekao S.A. i MasterCard dla Bankowości Prywatnej drugiego co do wielkości Banku w Polsce. Zbiega się on w czasie z 25-leciem otwarcia w Banku Pekao S.A. usług finansowych dla najzamożniejszych klientów.

Projekt Unique to wyjątkowy koncept artystyczny powiązany z produktem dla klientów Bankowości Prywatnej. Rafał Bujnowski, artysta o światowej sławie, realizując cykl nowych obrazów stworzył przy tej okazji dzieło unikalne. „Ściana pracowni" to ogromne, kilkumetrowe płótno, które pierwotnie służyło artyście jako przedmiot codziennego użytku. Pracując nad swoimi obrazami, na owej, płóciennej ścianie, zostawiał ślad swojej twórczości. Jednak ten pozorny brud, który był efektem intensywnej pracy nad innymi dziełami, stał się częścią nowej kompozycji.

- W ten sposób artysta, idzie za myślą Romana Ingardena, który twierdził, że pod względem sposobu istnienia dzieło sztuki jest przedmiotem intencjonalnym, co znaczy, że do swojego istnienia wymaga dwóch podpór bytowych: podmiotowej i przedmiotowej podstawy czy fundamentu bytowego. Podmiotowym fundamentem jest artysta i odbiorca. Przedmiotowy fundament to rzecz – obraz. Wynika z tego, że dzieło sztuki jest rozumiane jako odpowiednik i wytwór aktów świadomości – mówi Miłosz Horodyski pomysłodawca bankowego art brandingu.

Świadomie zatem Rafał Bujnowski ze ściany pracowni tworzy obraz „Ściana pracowni". Dzieło odrywa się od medium także na dalszym etapie koncepcji artystycznej. Artysta fotografuje bowiem obraz tworząc 440 unikalnych kompozycji zapośredniczonych w głównym dziele. Cyfrowe fotografie, będące autonomicznym dziełem, według zamysłu artysty na powrót stają się użytkowe poprzez fakt wydrukowania ich na awersie karty płatniczej. Ta z kolei przez określony jej ważnością czas będzie bankowym produktem. Dopiero kiedy wygaśnie jej funkcjonalność na powrót stanie się zdjęciem. Karta umieszczona w ramce i oprawiona w passe partout wraca jako artefakt artystyczny do świata sztuki. Ślad ręki artysty zyska wymiar cyfrowy poprzez NFT. Każda z fotografii na plastikowej karcie będzie miała swoje odzwierciedlenie w niewymienialnym tokenie. Ten niezniszczalny ślad zostanie umieszczony w blockchainie.

Ta ścieżka od świata namacalnego, materialnego do świata cyfrowego to metafora rozwoju cywilizacji wyrażona językiem sztuki. Sztuka też przeorganizowuje biznes, zmienia go pod siebie. Unikalna karta płatnicza na awersie oprócz chipu nie ma żadnego śladu brandingu, który wraz z podstawowymi informacjami związanymi z funkcjonalnością samej karty umieszczony jest na jej rewersie. Istotne jest to, że kompozycja łączy ze sobą dwa światy – materialny, realny i cyfrowy, wirtualny. Oba przenikają się tak jak sama kompozycja, która raz pojawia się na płótnie, raz na karcie i jednocześnie w formie cyfrowych zdjęć i tokenu.

Projekt ma charakter artbrandingowy. To powrót do myślenia o związku sztuki z biznesem, który towarzyszył Bankowi Pekao S.A. przez ponad 40 lat. Podczas gdy począwszy od 1948 roku Pekao S.A. posługiwało się w reklamie językiem, który tworzyli artyści sięgając do tradycji i sztuki ludowej, a jednocześnie pozostając wierni modernizmowi. Obecnie Bank wraca do tego sposobu komunikacji wizualnej inspirując się w tym kompozycją plakatową. Plakat odczytany zostaje na nowo jednocześnie odwołując się do motywów graficznych zakorzenionych w długoletniej linii graficznej banku. To podejście dominuje w reklamie produktów i usług dla młodych klientów, detalicznych ale i firmowych. Bank Pekao S.A. sięga po sztukę elitarną, konceptualną, mniej dominującą na poziomie estetycznym bardziej wielopłaszczyznową i totalną.

Bank Pekao
Bankowość Prywatna

OD DEKAD ZDOBYWAMY NAGRODY.

TA NAJWAŻNIEJSZA TO TWOJE **ZAUFANIE**.

BANKOWOŚCI PRYWATNEJ
BANKU PEKAO S.A.

Od ponad 25 lat doskonalimy się w zarządzaniu finansami naszych klientów. Nieustannie proponujemy najbardziej nowoczesne rozwiązania, które zawsze dostosowujemy do sytuacji i dynamicznie zmieniających się potrzeb. Dziękujemy, że jesteś z nami.

BEST PRIVATE BANK AWARD 2021
GLOBAL FINANCE

NAJWYŻSZA JAKOŚĆ
QI
QUALITY INTERNATIONAL
2021

5 gwiazdek Forbes

MÓJ JĘZYK TO DŹWIĘKI

MUSIC IS MY LANGUAGE

tekst | by **AGNIESZKA MICHALAK**

Mieszka w Warszawie i Berlinie. Gra jazz i muzykę klasyczną z orkiestrą, bandami i solo, bo jak mówi, głowa kipi mu od pomysłów. **Marcin Masecki** właśnie nagrał płytę z orkiestrą MACV, a za chwilę wchodzi do studia, by śpiewać meksykańskie bolera.

He lives in Warsaw and Berlin. He plays jazz and classical music with orchestras, bands and solo because, as he says, his head is boiling from ideas. **Marcin Masecki** has just recorded an album with the MACV orchestra, and in a moment he enters the studio to sing the Mexican bolero.

PL

Masz dość skomplikowaną biografię. Urodziłeś się w Polsce, ale dzieciństwo spędziłeś w Kolumbii i Stanach.

Rzeczywiście, to trochę zawiłe, ale patrzysz na warszawiaka z krwi i kości. Zresztą niedawno okazało się, że moje korzenie są tak silne, że nie pozwalają zostawić tego miasta. Ojciec był klarnecistą. Na początku lat 80. pojawiła się możliwość, by objął posadę profesora na Uniwersytecie w Popayán. Skądinąd to bardzo urocze miasteczko u podnóża Andów. Miałem wówczas sześć miesięcy i niefortunnie się złożyło, że przylecieliśmy tam tuż po trzęsieniu ziemi. Uniwersytet został doszczętnie zniszczony, a my bez dolarów w kieszeni nie mieliśmy się gdzie podziać. Dzięki temu, że byliśmy rodakami Jana Pawła II, zamieszkaliśmy w klasztorze. Po drodze zapadałem na wszystkie możliwe choroby, z negleriozą na czele. Początki w Kolumbii nie były zatem łatwe, ale za to, kiedy sytuacja się unormowała i ojciec zaczął przyzwoicie zarabiać, wiedliśmy tam całkiem dobre życie. Moje dzieciństwo było błogie, beztroskie, w pełnym słońcu i ze wspaniałym świeżym jedzeniem na talerzu. Potem rodzice się rozwiedli.

A ty wylądowałeś z mamą w San Francisco i dzięki *Ulicy Sezamkowej* nauczyłeś się angielskiego.

Przyjechaliśmy tam wiosną, dlatego nie załapałem się na szkołę. Miałem sporo czasu wolnego,

ENG

You have a rather complicated biography. You were born in Poland, but you spent your childhood in Colombia and the United States.

It is indeed a bit complicated, but you are looking at a flesh and blood Varsovian. In fact, my Warsaw roots have recently proved too strong to let me leave. My father was a clarinettist. In the early 1980s, he was offered a professorship at the University of Popayán. This is a very charming town at the foot of the Andes. I was six months old at the time. Unfortunately, we arrived shortly after an earthquake. The university was completely destroyed, and we had nowhere to go and no money. Being compatriots of John Paul II, we were put up in a monastery. Along the way, I came down with every illness imaginable, with naegleriasis leading the pack. Those early days in Colombia were not easy, but once the situation had normalized and my father started to earn a decent income, we lived a good life there. My childhood was blissful, carefree, full of sunshine and with wonderful fresh food on my plate. And then my parents divorced.

And you ended up with your mum in San Francisco and thanks to "Sesame Street" you learnt English.

We arrived in spring and I missed school. I had quite a lot of free time, so I would veg out on the sofa in front of the TV. After three months of Ker-

więc zalegałem przed telewizorem i po trzech miesiącach spędzonych z Kermitem, Elmo i Ciasteczkowym Potworem mówiłem płynnie w ich języku.

A kiedy pojawiła się muzyka?

Nuda potrafi być superzapalnikiem. Bez innych dzieci, internetu czy bodźców zewnętrznych naturalnie usiadłem do pianina i zacząłem improwizować. Szybko gra weszła mi w krew. I chociaż po półtora roku wróciliśmy do Warszawy, nie przestałem się muzycznie rozwijać, tym bardziej że babcia była dyrektorką szkoły muzycznej przy Wiktorskiej. Potem wiele lat żyłem w rozkroku, wyjeżdżałem do Stanów, wracałem tu, potem studia na Berklee College of Music w Bostonie. W takim rozkroku żyję do dziś, tylko muzyka jest stałym elementem.

Twoja żona pochodzi z Argentyny, mieszkacie z córką w Berlinie, ale Ty jednak sporo czasu spędzasz w Warszawie. Gdzie jest twój dom?

Nie umiem odpowiedzieć na to pytanie. Chodzę na terapię, więc może wkrótce ci odpowiem (*śmiech*). Rzeczywiście, mieszkam w dwóch miastach jednocześnie. Są na tyle blisko, że można je jakoś spiąć. Decyzję o przeprowadzce do Berlina podjęliśmy pięć lat temu i byłem przekonany, że tam osiądę. Zbiegło się to jednak z sukcesami zawodowymi, jakimi okazały się Jazz Band Młynarski-Masecki i film Pawła Pawlikowskiego *Zimna wojna*, do którego napisałem trochę muzyki. I nagle w Polsce pojawiło się dużo świetnej roboty, której nie mogłem odpuścić. Okazało się – wracając do twojego pierwszego pytania – że mam tu silny korzeń, mam swoją publiczność, siatkę znajomych muzycznych, jestem częścią pewnej społeczności i zjawiska.

Przed naszym spotkaniem przejrzałam Twój koncertowy kalendarz: grasz solo, w orkiestrach, w bandzie z Młynarskim, nawet dyrygujesz. Rzeczywiście, masz sporo roboty. To konieczność dla muzyka, by się utrzymać, czy ta aktywność wynika z potrzeby sprawdzenia się na różnych muzycznych polach?

Jest i tak, i tak. Wierzę we wszystkie projekty, w które się angażuję, i chcę je współtworzyć. A po-

mit the Frog, Elmo and Cookie Monster, I could speak English fluently.

When did music make its appearance?

Boredom can be a perfect motivator. Not having other children, the Internet, or anything else to stimulate me, I just sat down at the piano and started improvising. Playing quickly got into my blood. And although we returned to Warsaw after 18 months, I did not stop developing musically, especially as my grandmother was the director of the music school in Wiktorska Street. Then, for many years, I divided my time between two continents. I left for the United States, came back here, then studied at the Berklee College of Music in Boston. I still live like this. The only constant in my life is music.

Your wife is Argentinian. The two of you live in Berlin with your daughter, but you still spend quite a lot of time in Warsaw. Where do you call home?

I don't know how to answer that. I'm in therapy, I might be able to tell you soon (laughs). I actually live in both cities at the same time. They're close enough for me to be able to juggle the two lives. We decided to move to Berlin five years ago, and I was sure we were going to settle there for good. However, the move coincided with a couple of professional successes, namely the Jazz Band Młynarski-Masecki and Paweł Pawlikowski's film Cold War, for which I wrote some music. A lot of great work opportunities suddenly opened up in Poland, and I couldn't knock them back. To get back to your first question, I have strong roots here. This is where my audience is. I have a network of friends involved in the music business, I belong to a community, and I'm part of a scene.

I looked through your concert calendar before coming here. You play solo, in orchestras, and in a band with Młynarski. You even conduct. You definitely have a lot going on. Do you have to do all this to earn a living? Or do you simply feel the need to prove yourself in various musical fields?

Poniżej jedne z najważniejszych płyt w dorobku artysty.
Below: Some of the most important albums in the artist's oeuvre.

przez podwójną edukację – gram muzykę klasyczną i jazz, funkcjonuję pomiędzy światami. Każdy z nich trochę inaczej działa. Inaczej mnie uruchamia koncert Bacha z orkiestrą, innym doświadczeniem jest granie na pianinie przedwojennego kawałka *Yo-Yo*, do którego śpiewa Jan Młynarski, a jeszcze inaczej przeżywam improwizowany występ solowy. Kręcą mnie zderzenie z różnymi estetykami i podejściami do sztuki. Z drugiej strony jestem freelancerem i byłbym hipokrytą, gdybym powiedział, że całkiem nie myślę o pieniądzach. Mam rodzinę, o którą muszę zadbać.

Twoja córka uczy się grać na fortepianie?

Jasne. Mam jednak wrażenie, że w Niemczech edukacja muzyczna wygląda trochę inaczej niż w Polsce. Róża jest w piątej klasie i gra na dwóch instrumentach: fortepianie i wiolonczeli. Zresztą tak jak wszyscy jej rówieśnicy. Oczywiście codziennie ćwiczy, ale nie jest tym przytłoczona, nie jest poddawana presji konkursów. Lekcje fortepianu ma trzy razy w tygodniu po 15 min, raz w tygodniu ma zespół i odbywa też zajęcia z historii muzyki z różnych części świata. Muzyka naturalnie towarzyszy jej życiu, ale bez napięcia.

A jaka muzyka Tobie towarzyszyła, kiedy byłeś w jej wieku?

Ojciec puszczał w domu amerykański jazz, polską muzykę rozrywkową z okresu międzywojnia i dużo klasyki.

Czym skorupka za młodu. To wszystko grasz dziś…

(śmiech) Tak, przez tyle lat nie mam dość i mój apetyt stale rośnie.

A kto najbardziej na Ciebie wpłynął?

Z tych nieżyjących chyba amerykański pianista jazzowy Thelonious Sphere Monk. On pierwszy pokazał mi, że piękno nie musi być oszlifowane, że duża siła tkwi w braku perfekcji, nieopakowanej szczerości. Kiedy po raz pierwszy usłyszałem, jak gra, miałem 14 lat. W szkole muzycznej uczono mnie wtedy, jak poprawnie, pięknym dźwiękiem wykonywać Szopena. Trochę w amoku poznawałem dziesiątki paradygmatów pianistyki, aż tu na-

Muzyka klasyczna była niegdyś dużo mniej skrystalizowana, znacznie swobodniej wykonywana. To właśnie przybliża ją do jazzu.

Classical music used to be much less rigid and there was much more ease in its performance. And that's what brings it closer to jazz.

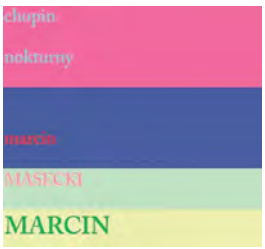
Both. I believe in all the projects I'm involved in, and I want to help put them together. And having had a dual education, I can play classical music and jazz. I straddle the two worlds. And they each function a little differently. Playing a Bach concerto with an orchestra is a different experience to playing the pre-war song "Yo Yo" with Jan Młynarski on vocals, and different again to giving an improvised solo performance. I'm attracted to the clash of different aesthetics and approaches to art. On the other hand, I'm a freelancer and I'd be lying if I said that I was completely unconcerned about money. I have a family to provide for.

Is your daughter learning to play the piano?

Of course. But I get the impression that music education is a little different in Germany than in Poland. Róża is in fifth grade and plays the piano and the cello. As do her peers. She practises every day, but she's not under the hammer – there's no competition pressure there. She takes 15-minute piano lessons three times a week, plays with a band once a week, and also has lessons on music history from various parts of the world. Music is a natural part of her life, but there's no pressure.

What music accompanied you when you were her age?

My father played American jazz, Polish popular music from the interwar period, and lots of classics.



gle zderzenie z gościem, który atakuje klawisze tak, że ciarki przechodzą. Tak, że ten instrument szczeka i łapie za serce. Zrozumiałem, że do piękna mogą prowadzić różne drogi.

A z żyjących muzyków, kto na Ciebie wpłynął?

Zastanawiam się, czy tych wiele pięknych lekcji, które odebrałem od współmuzyków, z którymi spotkałem się na żywo, nie było ważniejszych niż cały sztab klasyków. Na przykład kilka lat temu wzruszył mnie kontrabasista Wojtek Traczyk. Byłem na jego improwizowanym koncercie, grał solo w nieistniejącej już klubokawiarni Chłodna 25. Siedziałem w odległości jakichś trzech metrów od niego, a przede mną bardzo głośno dyskutowały dwie kompletnie niezainteresowane występem dziewczyny. Wojtek był jednak tak skupiony, że w ogóle nie słyszał ich rozmowy, spowodował, że stały się nieważne. Stworzył tunel między sobą a mną, do którego te dziewczyny nie miały dostępu. Piękne, kiedy muzyk porozumiewa się z drugą osobą wyłącznie dźwiękami. To właśnie jest zmienianie świata. Takie historie mnie inspirują.

Nagrałeś koncert Jana Sebastiana Bacha, Carla Philippa Emanuela Bacha i jeden Mozarta z orkiestrą Warszawskiej Opery Kameralnej MACV. Dyrektorka Alicja Węgorzewska w jednym z wywiadów powiedziała, że zapraszając Cię do cyklu *Jazz z MACV*, dała Ci absolutną wolność. Wyświadczyła przysługę czy taka wolność to zmora?

Właściwie zaczęło się od zaproszenia do koncertu w ich siedzibie, czyli w Centralnym Basenie Artystycznym. A że lubię układać programy, które opowiadają jakieś historie, i kocham muzykę barokową – bez wahania w to wszedłem. Zaproponowałem trzy koncerty, które świetnie ilustrują rozwój myśli w XVIII w. J.S. Bach jest do konsumpcji intelektualnej, do smakowania. C.Ph.E. Bach, jego syn, to już protoromantyzm, a im dalej w to stulecie, tym luźniej, więc na deser Mozart, jako muzyka prawie rozrywkowa. Wracając do tej wolności, o którą pytałaś, wiesz, gra z orkiestrą, która specjalizuje się w muzyce dawnej, z góry zakłada pewne ramy, zatem dana mi wolność była jednocześnie ograniczeniem. Ale na pewno nie nazwałbym jej zmorą.

A jak ma się do tego repertuaru jazz?

Tytuł płyty rzeczywiście może być mylący, bo płyta jest zupełnie klasyczna. Nie gramy baroku stylizowanego na jazz. Ale… serwujemy barok z duchem wolności, która kiedyś była w tej muzyce obecna. MACV to orkiestra grająca na instrumentach dawnych, całkiem inaczej budowanych i dających inne możliwości wydobywania dźwięków wymagających od muzyków innych ruchów. Tzw. historycznie poinformowane wykonawstwo przypomina nam, że muzyka klasyczna była niegdyś dużo mniej

Thelonious Sphere Monk pierwszy pokazał mi, jak duża siła tkwi w braku perfekcji.

Thelonious Sphere Monk was the first one to show me that a lot of strength and unwrapped sincerity inhere in perfection.

Najnowsza płyta Marcina Maseckiego, którą nagrał wspólnie z MACV, czyli Orkiestrą Instrumentów Dawnych Warszawskiej Opery Kameralnej. A w Warszawskiej Operze Kameralnej do 27 listopada trwa XI Festiwal Oper Barokowych, którym patronują m.in. Polskie Linie Lotnicze LOT. The latest album by Marcin Masecki, which he recorded together with the MACV, the Orchestra of Period Instruments of the Warsaw Chamber Opera. The Warsaw Chamber Opera is also the venue of the XI Baroque Opera Festival, held under the patronage of, among others, LOT Polish Airlines, which lasts until November 27.

What youth gets used to, age remembers. You play all that today.

(laughs) True. After all these years, I still haven't had enough of it. If anything, my appetite is still growing.

And who's your biggest influence?

Of those who are dead, perhaps the American jazz pianist, Thelonious Sphere Monk. He was the first one to show me that beauty doesn't have to be perfect, that a lot of strength and unwrapped sincerity inhere in imperfection. I was 14 when I first heard him play. At the time I was being taught how to play Chopin technically correctly and with a beautiful sound in music school. I was getting to know dozens of piano paradigms in a sort of frenzy, and then I was suddenly confronted by a guy who hit the keys in a way that gave me goosebumps. He made the instrument bark and grab your heart. This is when I first understood there are many roads to beauty.

And who's your biggest influence among living artists?

Who can say whether all the beautiful lessons I've received from musicians I've met personally have not been more important than the entire classical repertoire. For example, a few years ago I was moved by the double bass player Wojtek Traczyk. I once went to an improvised concert he was giving. He was playing solo in the now defunct club-cafe Chłodna 25. I was sitting about three metres away from him. Two totally uninterested girls in front of me were engaged in a loud conversation. Wojtek was so focused, that he couldn't hear them talking at all. He made them disappear. He created a sort of a tunnel between himself and me, which was inaccessible to those girls. It's beautiful when a musician communicates with another person solely through sound. That's what I call changing the world. These sorts of stories inspire me.

You've just recorded two Bach concerto and a Mozart concerto with the MACV Orchestra, which performs at the Warsaw Chamber Opera. Its director, Alicja Węgorzewska, once said in an interview that she gave you complete freedom when she invited you to join the Jazz

Coraltravel

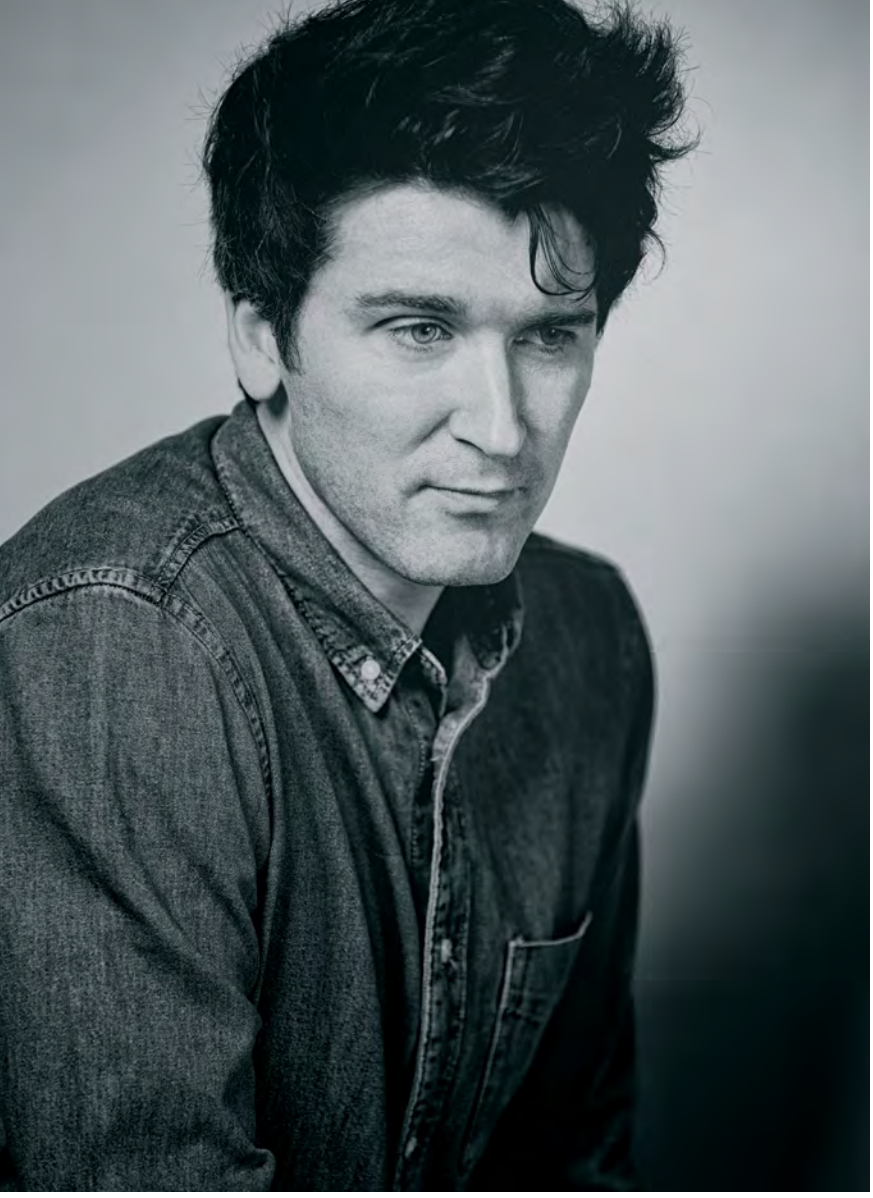
DOMINIKANA | Punta Cana
WIETNAM | wyspa Phu Quoc
TAJLANDIA | Phuket

BEZPOŚREDNIO DREAMLINEREM
na 7, 10, 11 lub 14 dni

Wygodna podróż od samego startu!
Wybierz swoją ulubioną klasę przelotu.

Więcej informacji znajdziesz na coraltravel.pl

OTI HOLDING



skrystalizowana, znacznie swobodniej wykonywana – i właśnie to przybliża ją do jazzu. Bach, Mozart, Beethoven byli wspaniałymi improwizatorami. Ich kompozycje grywano za każdym razem inaczej, kiedy jakiś instrument był niedostępny, zastępowało się go innym. Podczas koncertów solista błyszczał i dawał wyraz kreatywności, nie był przyklejony do tekstu czy do intencji kompozytora. Nie istniały konserwatoria, które dyktowały warunki. Muzyka żyła. Dlatego dziś tak świetnie rymuje się z jazzem.

Co ciekawe, Bach przecież nie grał na fortepianie.

Pierwszy fortepian pojawił się we Włoszech już w 1711 r., ale do Niemiec dotarł w późnych latach 30., kiedy Bach był już dojrzałym muzykiem. Dziwiło go, że jeden instrument był w stanie zagrać i piano, i forte, czyli głośno i cicho, w przeciwieństwie do jednakowej dynamiki klawesynu oraz organów, na których sam wykonywał muzykę. Dźwięk fortepianu, który przecież dopiero dopra-

with MACV series. Was she doing you a favour? Or was it a pain?

Actually, it all started when I got invited to participate in a concert at their Basen Artystyczny Stage. And because I like creating programmes that tell some kind of a story and love Baroque music, I went for it without a hesitation. I proposed three concerts, which perfectly illustrate the development of thought in the 18th century. J. S. Bach is for intellectual consumption, for tasting. C. P. E. Bach, his son, is already proto-romanticism, and the further you venture into that century, the lighter the music becomes. So for dessert, there's Mozart, an exponent of something that could almost be considered popular music. As for the freedom you asked about, playing with an orchestra that specializes in early music presupposes a certain framework, so the freedom given to me was at the same time a limitation. But I certainly wouldn't call it a pain.

What does jazz have to do with the repertoire?

The title of the album may be indeed confusing, as the record is completely classical. We don't play jazz-style baroque music. But... we serve baroque with the spirit of freedom which once used to be present in this music. The MACV is an orchestra playing early instruments, whose construction was totally different and which give a unique possibility to create sounds, that require different movements from the performers. A "historically informed" performance reminds us that classical music used to be much less rigid and that there was much more ease in its performance. And that's what brings it closer to jazz. Bach, Mozart, Beethoven – these were extraordinary performers. Their compositions were played differently each time depending on what instruments were available. During a performance, the soloist would shine and show off his creative expression. He didn't have to adhere to the text, to the composer's intentions. There were no conservatories to lay down the law. Music was alive. That's why it rhymes so well with jazz today.

It's interesting that Bach was a piano player.

The first piano appeared in Italy as early as 1711, but it didn't reach Germany until the late 1730s, when Bach was already a mature musician. He was surprised that one instrument was able to play both piano and forte, that is, loud and soft, in contrast to the limited dynamics of the harpsichord and the organs that he had been playing. The sound of the piano, which was still being worked on, was also much thinner than that of the harpsichord. Bach viewed the piano as a novelty that was never going to take off. Had he lived

OSIPOWICZ & TURKOWSK
CLINIC

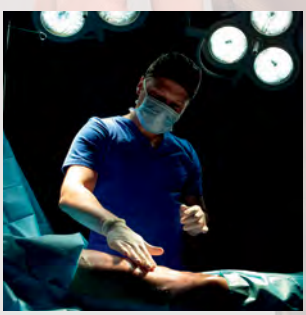
dr n. med Katarzyna Osipowicz
dr Piotr Turkowski
założyciele OT.CO Clinic
the founders of OT.CO Clinic

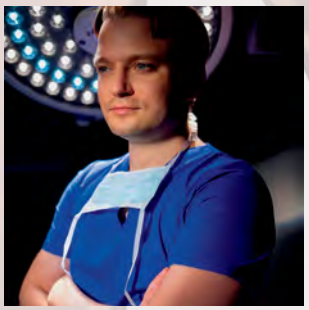
Rewolucja w Medycynie Estetycznej, czyli liposukcja Vaser Lipo.
Vaser Lipo to nowoczesna metoda precyzyjnego odsysania tłuszczu. Liposukcja pozwala na pozbycie się uporczywego tłuszczu oraz wymodelowanie sylwetki. Liposukcję ultradźwiękową Vaser Lipo przeprowadzić można niemal na każdym obszarze ciała.
Zgodnie z prośbą Pacjenta, odessany tłuszcz przeszczepia się w inne miejsce, na przykład biust lub pośladki, co pozwala na wymodelowanie sylwetki. Zabieg świetnie sprawdzi się u osób z problemem przerośniętej tkanki tłuszczowej lub chcących przywrócić elastyczność skóry.
Vaser Lipo – efekty liposukcji ultradźwiękowej.
Liposukcję wykonujemy dwoma metodami: z wykorzystaniem urządzenia Vaser Lipo, Body Jet oraz Renuvion. Dla osób bojących się zabiegu pobierania tłuszczu polecamy lipolizę iniekcyjną, polegającą na podawaniu podskórnie preparatów, które mają za zadanie zlikwidowanie komórek tłuszczowych. W Klinice OT.CO możliwe jest więc nie tylko pozbycie się wiotkości skóry i cellulitu, ale także uzyskanie jędrnej i szczupłej sylwetki w kilka godzin!
Vaser Lipo świetnie nadaje się także do usuwania tkanek tłuszczowych, których nie można zlikwidować zdrową dietą czy aktywnością fizyczną.
Jednak warto pamiętać, że nie jest to zabieg odchudzający i nie zmniejszy uciążliwych problemów z nadwagą czy otyłością.

www.klinikaotco.pl

A revolution in Aesthetic Medicine – Vaser Lipo liposuction
Vaser Lipo is a modern method of precise liposuction. Liposuction allows you to get rid of stubborn fat and shape the body. Vaser Lipo ultrasonic liposuction can be performed on almost any area of the body. As requested by the patient, the aspirated fat is transplanted to another place, for example bust or buttocks, which allows you to model your body. The treatment is perfect for people with the problem of overgrown adipose tissue or want to restore skin elasticity.
Vaser Lipo – the effects of ultrasonic liposuction.
We perform liposuction using two methods: using the Vaser Lipo device, or Body Jet and Renuvion. For people who are afraid of the fat extraction procedure, we recommend injection lipolysis, which consists in administering subcutaneous preparations that are designed to eliminate fat cells. At the OT.CO Clinic, it is possible to not only get rid of skin laxity and cellulite, but also to get a firm and slim figure in a few hours!
Vaser Lipo is also great for removing fatty tissues that cannot be eliminated with a healthy diet and physical activity.
However, it is worth remembering that this is not a slimming treatment and will not reduce the troublesome problems with overweight or obesity.

www.otcoclinic.com





OTCO Clinic

otcoclinic

22 690 03 33

kontakt@klinikaotco.pl

ul. Bartycka 24B/U1,
00-716 Warszawa – Mokotów

ul. Popularna 13,
02-473 Warszawa – Włochy

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

autor tekstu: Patrycja Wojas

cowywano, był też dużo wątlejszy niż dźwięk klawesynu. Bach patrzył na niego jak na nowinkę, która się nie przyjmie. Może gdyby pożył jeszcze z 20 lat, przekonałby się. Jednak muzyka, którą stworzył, jest na tyle uniwersalna, że z powodzeniem można ją grać na fortepianie.

Wracając do MACV. Lubisz spotkania z orkiestrami, czyli strukturami, w których panuje jakaś hierarchia, do której trzeba się dostosować?

Bardzo lubię, ale musi to być orkiestra na 30, 40 osób. Z symfoniczną 100-osobową chyba bym sobie nie poradził, nie chciałbym. W składzie kameralnym wszyscy się widzimy, możliwe jest nawiązanie relacji z każdym. To jest muzykowanie – ja przed nimi tańczę, a oni to wyczuwają, reagują. Jesteśmy jednym organizmem, ale o różnych siłach, wewnętrznych historiach, skomplikowaniu. Jednak… zawsze znajdzie się ktoś, kto nie do końca chce z nami być. I przekonanie tego kogoś do swojej wizji jest chyba największym wyzwaniem.

Starzejąca się publiczność na koncertach muzyki klasycznej to problem?

Nie ująłbym tego tak. Ale rzeczywiście widzimy coraz starszych widzów – stąd pomysły na urozmaicenie programów, docieranie do młodych. Daleki jestem jednak od stwierdzeń, że coś trzeba ratować, że mamy problem. Muzyka jest dla nas, a nie odwrotnie. Jest częścią kultury, która wciąż ewoluuje. Jest ważna, dopóki pełni dla nas jakąś funkcję, dopóki nam coś daje. Jak przestaje, to też OK i dobrze móc sobie to powiedzieć. Nic nie jest wieczne. Muzyka klasyczna pozostaje naszym europejskim dziedzictwem i częścią naszej tożsamości. Ale nie wiem, czy młodzi powinni słuchać więcej symfonii Mozarta i nie wiem, jak to będzie za 500 lat. Nie wiedziałbym, jak to mierzyć. Na chwilę obecną powiedziałbym raczej, że profesorowie na uczelniach powinni słuchać więcej hip-hopu. To i tak jest fenomen, że w XXI w. gramy muzykę pisaną przez ludzi, którzy chodzili w perukach. Natomiast, co ważne, poza klasyką jest mnóstwo wspaniałej muzyki, która odzwierciedla bogactwo naszych czasów.

Masz jakieś muzyczne marzenia?

Zawsze mam ich za dużo i czekają w kolejce. Latem wspólnie z Janem Pieniążkiem i Eldarem Tsalikovem nagraliśmy kawałki wspomnianego Monka, które chcemy w naszej interpretacji pokazać światu. Niedawno zacząłem też chodzić na lekcję śpiewu. I w przyszłym tygodniu wchodzę do studia, by nagrać meksykańskie bolera romantyczne.

Ale śpiewasz i jednocześnie grasz?

No ba! Pod koniec roku płyta pojawi się na rynku. Więc, jak widzisz, na brak pomysłów nie narzekam. Po co się ograniczać? (*śmiech*). Najważniejsze, że mam dla kogo grać. ■

MARCIN MASECKI

Rocznik 1982. Pianista grający muzykę jazzową i poważną. Współpracował m.in. z: Tomaszem Stańką, George'em Garzonem, Halem Crookiem, Michałem Urbaniakiem i Wojciechem Waglewskim. W 2017 r. wspólnie z Janem Młynarskim założył Jazz Band Młynarski-Masecki.

Born 1982. Jazz and classical music pianist. He collaborated with such artist as Tomasz Stańko, George Garzone, Hal Crook, Michał Urbaniak and Wojciech Waglewski, and many others. In 2017, together with Jan Młynarski, he founded Jazz Band Młynarski-Masecki.

another 20 years, he might have been a convert. However, the music he created is so universal that it can be successfully played on the piano.

Coming back to the MACV. Do you like working with orchestras, i.e. structures that have hierarchies that you need to adjust to?

I like it a lot, but it has to be an orchestra of thirty or forty people. I couldn't cope with a 100-piece symphony orchestra. Nor would I want to. In an intimate line-up, we can all see each other, it's possible to establish a relationship with everyone. This is what making music is about - I dance in front of them, and they sense it, react to it. We are a single organism, but with different strengths, internal histories, and complexities. However… there will always be someone who doesn't really want to be with us. And convincing this someone to your vision is perhaps the greatest challenge.

Is an aging audience at classical music concerts a problem?

I wouldn't put it like that, although there's no doubt that audiences are getting older - hence the idea of trying to reach the young by diversifying the programmes. However, I'm a long way from saying that something needs to be saved, that we have a problem. Music is for us, not the other way round. It's part of the culture and the culture is still evolving. It's important as long as it has a function for us, as long as it gives us something. If it ceases to be important, then that's OK too, and there's nothing wrong with saying so. Nothing lasts forever. Classical music is still a part of our European heritage and identity. But I don't know whether young people should be listening to Mozart symphonies, and I don't know what it will be like in 500 years. I don't know how to measure it. Right now, I'd be more inclined to say that music professors should listen to more hip-hop. It's a wondrous thing that music written by people who wore wigs is still being played in the 21st century. The main thing, however, is that there is a lot of great music that reflects the richness of our time in addition to the classics.

Do you have any musical dreams?

There's always too many of them and they're constantly having to wait in line. I recorded a Monk piece with Jan Pieniążek and EldarTsalikov in summer. We want to present our own interpretation to the world. I've also taken up singing lessons. I'm going into the studio next week to do a romantic Mexican bolero.

Do you sing and play at the same time?

Oh yeah! The album is going to be released at the end of the year. So, as you can see, I'm not complaining about being short of ideas. Why limit yourself? (*laughs*). The most important thing is that I have someone to play for. ■

© MAGDALENA HUECKEL (3), M.P.

JBL
by HARMAN

JBL.PL

PRZYGOTUJ POPCORN!

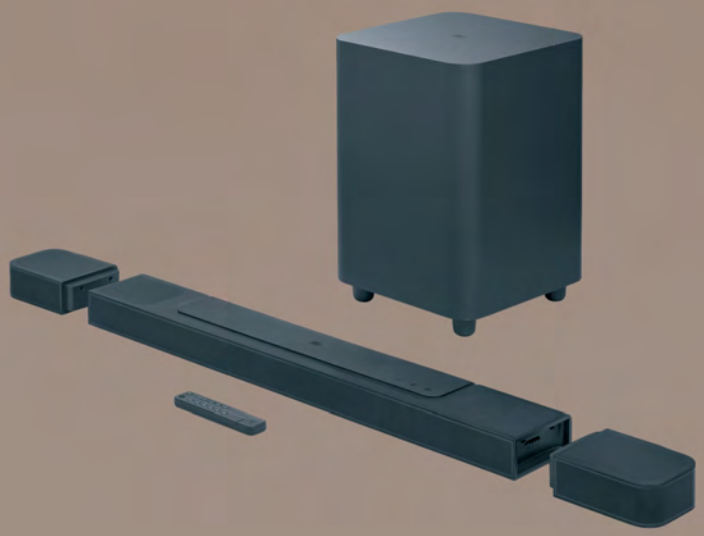
NOWA SERIA SOUNDBARÓW:

JBL BAR 300

JBL BAR 500

JBL BAR 800

JBL BAR 1000



ZACHWYCAJĄCE BRZMIENIE Z TECHNOLOGIĄ DOLBY ATMOS®!

W HARMONII

IN HARMONY

tekst | by **MAGDALENA RUDZKA**

Daleka, egzotyczna, a jednak świetnie znana i rozumiana na całym świecie. Kuchnia japońska nie zna granic.

Distant, exotic, yet well known and understood all over the world. Japanese cuisine knows no borders.

RAMEN

Mocny kandydat na najlepszą zupę świata. Tajemnica ramenu tkwi w składaniu go z wielu warstw smaku: wywaru, aromatycznej esencji tare, makaronu i dodatków. Kombinacji jest wiele, ale tym, co ramen wyróżnia, jest zawsze silny smak umami.

A strong candidate for the best soup in the world. The secret of ramen lies in its many layers of flavour: the broth, aromatic tare essence, pasta and additives. There are many combinations, but what distinguishes ramen is its strong umami taste.

↑ ZARU SOBA

Soba to jeden z gatunków japońskiego makaronu. Wyrabia się go z mąki gryczanej. Zaru soba to danie dość niezwykłe, bo podawane na zimno. Zimnemu makaronowi towarzyszy orzeźwiający sos do maczania i świeże dodatki, np. dymka.
Soba is a type of Japanese noodles. It is made of buckwheat flour. Zaru soba is quite an unusual dish because it is served cold. The cold pasta is accompanied by a refreshing dipping sauce and fresh additions, for instance, spring onions.

Shirataki, udon, soba, czy ramen, to rodzaje makaronu.

Shirataki, udon, soba, or ramen are types of pasta.

↑ OKONOMIYAKI

Choć kuchnia japońska kojarzy się z wyrafinowaniem, dorobiła się też dań typu fast food. Jednym z nich jest placek okonomiyaki, z ciasta przypominającego naleśnikowe, smażony na płaskim grillu teppan. Okonomiyaki zwykle pęka od dodatków, a są to m.in.: kapusta, jajka, mięso, owoce morza. Do tego specjalny sos, japoński majonez, katsuobushi (płatki tuńczyka) i aonori (suszone wodorosty).
Although Japanese cuisine is synonymous with sophistication for many, it can also boast fast food dishes. One of them is okonomiyaki, made of pancake-like dough, fried on a flat teppan grill. Okonomiyaki usually bursts with additions, such as: cabbage, eggs, meat, seafood. And on the side: a special sauce, Japanese mayonnaise, katsuobushi (tuna flakes) and aonori (dried seaweed).

← KARAAGE

Karaage to technika smażenia w głębokim oleju, która trochę się różni od znacznie popularniejszej tempury. Do karaage używa się niewielkich kawałków mięsa, wcześniej zamarynowanych, obtoczonych w mące lub skrobi kukurydzianej. W ten sposób najczęściej przyrządza się kurczaka. Choć karaage pojawiło się w Japonii dopiero w latach 20. poprzedniego wieku, dziś jest dostępne niemal wszędzie, zarówno jako przekąska, jak i danie restauracyjne.
Karaage is a deep oil frying technique that is slightly different from the much more popular tempura. Karaage uses small pieces of meat, previously marinated and coated in flour or cornstarch. Chicken is usually prepared this way. Although karaage did not appear in Japan until the 1920s, today it's available pretty much everywhere, both as a snack and a restaurant dish.

→ KATSUOBUSHI

Wprawdzie to nie potrawa, a składnik, jednak zajmuje tak ważne miejsce w japońskiej tradycji kulinarnej, że zasługuje na osobny opis. Katsuobushi to płatki tuńczyka bonito, który został wcześniej ugotowany, uwędzony, sfermentowany i ususzony. Efekt to niezwykle skoncentrowany smak umami wzbogacający mnóstwo japońskich potraw, np. bulion dashi i ciasteczka ryżowe onigiri. Jest też dodatkiem lub przyprawą m.in. do ryżu, makaronów i ramenów.
It is not a dish, but an ingredient, yet it occupies such an important place in the Japanese culinary tradition that it deserves a separate note. Katsuobushi is bonito tuna flakes that have been previously cooked, smoked, fermented and dried. The result is an extremely concentrated umami flavour that enriches a lot of Japanese dishes - such as dashi broth and onigiri rice cookies. It is also an addition or spice, e.g. for rice, pasta or ramen.

↓ SUKIYAKI

To jedno z kilku japońskich dań typu hot pot przyrządzanych przy stole, w kociołku z gorącym bulionem. W skład sukiyaki wchodzi wołowina pocięta w cieniutkie plasterki oraz np. tofu, grzyby shiitake, różne warzywa liściowe i przezroczysty makaron shirataki. Co ciekawe składniki po obgotowaniu zanurza się jeszcze w surowym jajku i zjada.
This is one of the few Japanese hot pot dishes that are prepared at the table in a cauldron with hot broth. The sukiyaki includes beef cut into thin slices and such ingredients as tofu, shiitake mushrooms, various leaf vegetables and shirataki noodles. Interestingly, the cooked ingredients are dipped in raw egg before eating.

↑ GYOZA

Te japońskie pierożki nadziewa się najczęściej mieszanką mielonej wieprzowiny, kapusty, szczypiorku czosnkowego, oleju sezamowego, czosnku i imbiru. Bardzo często przed ugotowaniem z jednej strony podsmaża się je na złoto. Podawane są zwykle z sosem tare do maczania złożonym z sosu sojowego, octu ryżowego i chili.
These Japanese dumplings are usually stuffed with a mixture of ground pork, cabbage, garlic chives, sesame oil, garlic and ginger. Very often, before cooking, they are fried until golden on one side. They are usually served with a tare dipping sauce, which consists of soy sauce, rice vinegar and chili.

Chanko nabe to też danie sporządzane w gorącym kociołku.

Chanko nabe is a dish prepared in a hot pot.

↓ GOYA CHANPURU

Kuchnia japońska nie jest monolitem i ma też swoje odmiany regionalne. Okinawa dorobiła się własnej, oryginalnej kulinarnej mieszanki. Chanpuru to danie właśnie stamtąd. W jego skład wchodzą: tofu, gorzki melon goya, jajka, kiełki fasoli moyashi i – bardzo często – mielonka z puszki. To zaskakująca pozostałość po obecności wojsk amerykańskich na wyspie, wchłonięta przez lokalną kuchnię. Zamiast niej czasem pojawia się boczek lub tuńczyk.
Japanese cuisine is not one monolithic entity It also has its regional varieties. Okinawa has developed its own unique culinary mix. One of its dishes is chanpuru, which is tofu, bitter goya melon, eggs, moyashi bean sprouts and - very often - canned luncheon meat, which is a surprising remnant of the presence of US troops on the island. Sometimes it's replaced by bacon or tuna instead.

↑ SASHIMI

To danie z surowych składników. Dostęp do bogactwa świeżych ryb to kwintesencja kuchni japońskiej, a hołdem dla nich jest właśnie sashimi. Jak bowiem lepiej uhonorować wspaniałe składniki?
Ale nie tylko ryby podaje się w Japonii na surowo – również wołowinę, a nawet kurczaka. Dodatkami do sashimi mogą być: sos sojowy, pasta wasabi, tarty imbir i czosnek.
This dish is made of raw ingredients. Abundance of fresh fish is the essence of Japanese cuisine, and sashimi is a tribute to them. What's a better way to honour great ingredients? Not only fish is served raw in Japan - also beef and even chicken. Additions to sashimi can be: soy sauce, wasabi paste, grated ginger and garlic.

W kuchni Okinawy jest mniej ryb, a więcej warzyw.

Compared to the rest of Japan, Okinawan cuisine has less fish and more vegetables.

← TONKATSU

Japończycy mają danie przypominające polskiego kotleta schabowego, w dodatku smażone w głębokim tłuszczu.
Tonkatsu, bo o nim mowa, to polędwiczka lub schab obtoczony w mące, jajku i panierce panko, a następnie usmażony na chrupko. I także podaje się go z kapustą, ale surową. Do tego przeważnie ryż i gęsty mięsny sos specjalnie dedykowany tonkatsu.
The Japanese have a dish resembling a Polish pork chop. Tonkatsu is a sirloin or pork loin coated in flour, egg and panko breading, and then deep fried until crispy. And just like our dish, it is also served with cabbage, however, raw. Side dishes include rice and a thick meat sauce specially dedicated to tonkatsu.

↑ TERIYAKI

To technika kulinarna polegająca na grillowaniu składników z użyciem glazury z sosu sojowego, wina ryżowego mirin i cukru. Przygotowuje się ją wcześniej, gotując i redukując składniki, zagęszczając sos i wzmacniając smak. Czasami dodaje się imbiru. W Japonii zwykle przyrządza się tak tłuste i duże ryby: tuńczyka, łososia, miecznika, pstrągi i makrele. Teriyaki to jedno z japońskich dań, które rozprzestrzeniły się po świecie.
This is a culinary technique of grilling ingredients using a glaze of soy sauce, mirin rice wine and sugar. It is prepared in advance by boiling and reducing the ingredients, thickening the sauce and enhancing the flavour. Sometimes ginger is added. In Japan, usually fatty and large fish are prepared: tuna, salmon, swordfish, trout and mackerel. Teriyaki is one of the Japanese dishes that have spread around the world.

Sencha stanowi 80 proc. produkowanej w Japonii herbaty.

Sencha accounts for 80 percent of tea made in Japan .

↑ ONIGIRI

Smaczna i bardzo zdrowa kanapka z ryżu. Zwykle uformowana w trójkąty, zawinięta całkiem lub częściowo w wodorosty nori, ze słono-kwaśnym nadzieniem.
W jego skład mogą wejść: pikle ze śliwki umeboshi, płatki katsuobushi, solony łosoś, ikra dorsza, wodorosty kombu. Odmianą onigiri jest onigirazu – kanapka nieco większa, prostokątna i zawsze zawinięta w nori *(na zdjęciu)*.
A tasty and very healthy rice sandwich. Usually formed in triangles, fully or partially wrapped in nori seaweed, with a salty and sour filling. It can include: umeboshi plum pickles, katsuobushi flakes, salted salmon, cod roe and kombu seaweed. A variation of onigiri is onigirazu - a sandwich which is a bit larger, rectangular and always wrapped in nori *(pictured)*.

→ SENCHA

To jeden z rodzajów japońskich herbat. Sencha to liściasta herbata zielona zebrana w odpowiednim momencie w roku, poddana krótkiemu parowaniu, a następnie suszeniu. Przeznaczona do parzenia, w którym otrzymujemy napar o charakterystycznym zielonym kolorze. Świeżo zebrane liście sprzedawane krótko po zbiorach to shincha – odmiana senchy.
This is one of the types of Japanese teas. Sencha is green leaf tea harvested at a specific time of the year, steamed for a short time and then dried. Intended for brewing, it gives an infusion of a characteristic green color. The freshly harvested leaves that are sold shortly after the harvest are shincha - a variety of sencha.

↑ SUSHI

Sushi, jakie znamy dziś, powstało w okresie Edo, ok. 1824 r. Wtedy to szef kuchni Hanaya Yohei stworzył nigiri, czyli kombinację małej porcji zakwaszonego ryżu i położonych na wierzchu dodatków. Rolowane w wodorosty nori makizushi znane było wcześniej, bo już w XVIII w.
Sushi as we know it today was created in the Edo period, around 1824. It was then that Chef Hanaya Yohei created nigiri, i.e. a combination of a small portion of acidified rice and toppings. Nori makizushi rolled in seaweed was known earlier, in the 18th century.

Jedzenie sushi palcami jest w Japonii w dobrym tonie.

In Japan, eating sushi with your fingers is in good taste.

↑ YAKITORI

Poręczne małe szaszłyczki przygotowywane pierwotnie nad przenośnymi grillami na węgiel drzewny, a dziś bardzo popularne w restauracjach. Zwykle robione z kurczaka i dymki, wielokrotnie podczas pieczenia smarowane marynatą z wina mirin, sake, cukru i sosu sojowego. Są tak popularne, że można je kupić w supermarketach.
Handy little skewers originally prepared over portable charcoal grills. Today, they're very popular in restaurants. Usually made of chicken and spring onions, repeatedly covered while grilling with a marinade made of mirin wine, sake, sugar and soy sauce. They are so popular that you can buy them in supermarkets.

← DONBURI

To zbiorcze określenie na posiłek złożony z ryżu i wyeksponowanych na nim dodatków. Jak łatwo się domyślić, rodzajów donburi są dziesiątki. Jednym z nich jest kaisendon *(na zdjęciu)*, czyli sashimi z ryżem. Każda potrawa, której nazwa kończy się na -don, to jakiś rodzaj donburi.
This is the collective term for a meal made of rice and additions place on top of it. As you can easily guess, there are dozens of types of donburi. One of them is kaisendon *(pictured)* or sashimi with rice. Any dish with a name ending in -don is some kind of donburi.

LOT POLISH AIRLINES
A STAR ALLIANCE MEMBER
Połączenia
Connections
WAW–NRT–WAW
Więcej informacji na ■
More information on
lot.com
lot.com

© ADOBE STOCK (10), STOCKFOOD (3), SHUTTERSTOCK (2), ISTOCK

PARADYŻ
my way
M✦NUMENTAL
Najwyższa jakość płyt
w wielkim formacie
www.paradyz.com

1

2

3

4

W ROLI GŁÓWNEJ

THE STAR OF THE SHOW

Co nosić jesienią, kiedy pogoda bywa kapryśna? Sprawdzą się klasyczne płaszcze, ale z naturalnych materiałów, które zatrzymują ciepło, a jednocześnie oddychają.

What to wear in fall when the weather can be capricious?
Classic coats made of natural fabrics that will keep you warm, and are breathable at the same time.

1. Naszyjnik Księżyc, ANKA KRYSTYNIAK, 409 zł Moon necklace, ANKA KRYSTYNIAK, PLN 409 **2. Okulary przeciwsłoneczne Havana, GUCCI, 787 zł*,** GUCCI sunglasses Havana, PLN 787* **3. Wełniany płaszcz Sabbia, ALEKSANDRA MARKOWSKA, 1800 zł**, Sabbia woolen coat, ALEKSANDRA MAROWSKA, PLN 1800 **4. Skórzana torba Kiara, HOLLIE WARSAW, 699 zł*,** Kiara leather bag, HOLLIE WARSAW, PLN 699*

produkt dostępny w sklepach Baltona Duty Free na Lotnisku Chopina lub na sklep.baltona.pl
**product available at Baltona Duty Free stores at Chopin Airport or at sklep.baltona.pl*

©SARAH TREACHER/LAUNCHMETRICS.COM/SPOTLIGHT. M.P.

www.AntiAging.com.pl

AntiAging INSTITUTE POLECA

TWOJA DAWKA MŁODOŚCI

MonoDermà
Fillagen

NOWY biostymulator tkankowy pobudzający młodość skóry od środka

SYNERGICZNE POŁĄCZENIE KOLAGENU, PEPTYDÓW I KWASU HIALURONOWEGO

Zabieg wzmocniony domową pielęgnacją – serum w monodawkach MonoDermà **40+, 50+, 60+**

ODŻYWI I WZMOCNI
Revives and strengthens

Naturalne bioaktywne: balsam do ciała i krem do rąk beBIO Miód i wanilia z ekstraktem z alg czerwonych i naturalnym ekologicznym prebiotykiem inuliną, która powoduje przyjemne uczucie wygładzenia skóry. A zawarte w balsamie masło shea oraz olej roślinny odżywią ją i wzmocnią barierę ochronną.

Natural bioactive body lotion beBIO Honey and vanilla with red algae extract and natural ecological prebiotic inulin, which gives a pleasant feeling of smooth skin. The shea butter and vegetable oil contained in the balm will nourish your skin and strengthen the protective barrier.

cena | price: PLN 29,99/400 ml
cena | price: PLN 9,99/50 ml

SALON PIĘKNA
BEAUTY SALON

Świeca, które przywodzi na myśl pustynne karawany. Woda perfumowana, która rozgrzeje zmysły kardamonem i drzewem sandałowym, wreszcie balsam, który ukoi skórę. Jesień może być cudownym doświadczeniem.

A candle that brings to mind desert caravans. Eau de Parfum that will warm your senses with cardamom and sandalwood, and finally a lotion that will soothe the skin. Fall can be a wonderful experience.

tekst | by **LENA IWAŃSKA**

JAK W LESIE Like in the woods

W zapachu świecy Jungle South od Windy Woods odnajdziecie sprzeczność, która w pierwszym momencie rozgrzewa oraz przywodzi na myśl pustynne karawany, aby za moment zabrać was w sam środek lasów amazońskich. A wszystko dzięki m.in. nutom wawrzynu, paczuli i eukaliptusa.

In the scent of the Jungle South candle from Windy Woods, you will find contradictions, which at first will warm you up and bring to mind desert caravans, and a moment later will take right into the middle of the Amazon forest. And all of this thanks to, among others, the notes of laurel, patchouli and eucalyptus.

cena | price: PLN 279

ZMYSŁOWO
Sensually

Malina, kardamon, róża bułgarska, wreszcie drzewo sandałowe i oud – te wszystkie nuty zamknięto w jednym flakonie Oud Vibration od Roos&Roos. Skojarzenia? M7 Yves Saint Laurent i utwór Beach Boys *Good Vibrations*.

Raspberry, cardamom, Bulgarian rose, and finally sandalwood and oud - all these notes are closed in one bottle of Oud Vibration by Roos & Roos. Associations? M7 Yves Saint Laurent and the song ***Good Vibrations*** by Beach Boys.

cena | price: PLN 939

PEŁNE ROZŚWIETLENIE
Full illumination

Serum przeciwzmarszczkowe MonoDerma GR-System (od lewej) odmłodzi skórę, redukując zmarszczki. Serum Octasin-Age nada skórze zdrowy wygląd, zminimalizuje zmarszczki i przywróci jej kontury oraz rozświetli, a serum liftingujące Soy Calcium Supreme sprawi, że skóra będzie jędrna i pełna blasku. The MonoDerma GR-System anti-wrinkle serum (from left) rejuvenates the skin by reducing wrinkles. The Octasin-Age serum will give the skin a healthy look, minimize wrinkles and restore its contour and brighten it, while the Soy Calcium Supreme lifting serum will make the skin firm and radiant.

cena | price: PLN 150

©M. P.

THE WARSAW DENTAL CENTER
CENTRUM STOMATOLOGICZNE

Poznaj Warsaw Dental Center - nowoczesne centrum stomatologiczne, które oferuje pełen pakiet usług dentystycznych, a przy tym bezbolesny przebieg leczenia dzięki innowacyjnym metodom.

The Warsaw Dental Centre is a cutting edge stomatology centre that employs up-to-the-minute technology and innovative techniques to provide a comprehensive range of dental services and painless treatments.

PL

Misją Warsaw Dental Center jest zapewnienie pacjentom komfortu, bezpieczeństwa oraz najwyższej jakości usług stomatologicznych. Dbamy o kameralną, miłą i dyskretną atmosferę, oferujemy indywidualne podejście oraz szeroki zakres usług (m.in.z ortodoncji, protetyki, chirurgii, endodoncji, czyli leczenia kanałowego, periodontologii, stomatologii estetycznej).

Zespół Warsaw Dental Center ciągle doskonali swoje umiejętności. Pracują dla nas najlepsi specjaliści z doświadczeniem i umiejętnościami na światowym poziomie. Bierzemy udział w wielu szkoleniach, kursach i istotnych wydarzeniach z branży stomatologicznej. Nieustannie poszukujemy innowacji oraz najlepszych rozwiązań w dziedzinie stomatologii, dlatego korzystamy z najlepszego sprzętu i nowoczesnych rozwiązań. ■

ENG

The mission of the Warsaw Dental Centre is to ensure comfort and safety while providing dental services of the highest quality. We guarantee an intimate, pleasant and discreet atmosphere, an individual approach, and a wide range of services (including orthodontics, prosthetics, surgery, endodontics, i.e. root canal treatment, periodontics, and cosmetic dentistry).

The Warsaw Dental Centre team are constantly broadening and honing their skills. Each is a top-notch specialist with world-class experience and skills. We religiously attend training and professional courses, and participate in important industry events. Last, but by no means least, we are constantly on the lookout for innovations and new best practices. This helps us find the best equipment and the latest solutions. ■

Warsaw Dental Center, Warszawa, ul. Topiel 11,
tel. 22 542 18 04,
WarsawDentalCenter.pl

Śledź nas na Instagramie i Facebooku!
@warsaw_dental_center

RELAKS Z WIDOKIEM NA GÓRY Relaxation overlooking the mountains

W Binkowski Resort powstała nowa strefa relaksu z nieziemskim widokiem na Góry Świętokrzyskie. Zwieńczeniem strefy jest przeszklony basen na dachu położony na wysokości 20 m, z którego goście zobaczą ponad koronami drzew przepiękny widok na rezerwat Kadzielnia, górę Karczówkę oraz najwyższy szczyt Telegraf – wizytówki Kielc. Otoczony drzewami parku Baranowskiego sprawia, że każdy oddech tutaj jest wyjątkowy, a zachody słońca zapierają dech w piersiach. Już niebawem otwarcie prestiżowego saunarium, które będzie kontynuacją najnowszej przestrzeni w Binkowski Resort.

A new relaxation zone with an unearthly view of the Świętokrzyskie Mountains has been created in the Binkowski Resort. The focal point of the zone is a glass swimming pool on the roof at the height of 20 meters, from which guests will see a beautiful view of the Kadzielnia reserve, Karczówka mountain and the highest peak of Telegraf - trademarks of Kielce. Surrounded by trees, Baranowski Park makes your every breath unique, and the sunsets are breathtaking. Soon a prestigious saunarium will open, which will be an extension of the Binkowski Resort.

więcej | more: ***binkowskihotel.pl***

URODA W DOBRYCH RĘKACH Beauty in good hands

Dr Barbara Jerschina Face & Body Clinique to wyjątkowe miejsce na warszawskiej mapie urody. Klinika specjalizuje się w indywidualnie układanych programach zabiegowych na twarz i ciało, jest bogato wyposażona w najnowsze technologie hi-tech, a dr Barbara Jerschina ma ogromne doświadczenie w zabiegach estetycznych.

Dr Barbara Jerschina Face & Body Clinique is a unique place on the Warsaw beauty map. The clinic specializes in individually arranged treatment programs for the face and body, is richly equipped with the latest hi-tech technologies, and Dr. Barbara Jerschina has extensive experience in aesthetic treatments.

więcej | more: ***drjerschina.pl***

BIZNESOWY KOMFORT Business comfort

Ten nowoczesny hotel Crowne Plaza Warsaw – The HUB oferuje 212 eleganckich pokoi i apartamentów oraz stylową przestrzeń konferencyjną o powierzchni ponad 1400 m². Jest zlokalizowany w samym sercu dynamicznie rozwijającej się dzielnicy biznesowej w centrum Warszawy. Jest zatem idealnym miejscem dla osób podróżujących służbowo.

Conveniently located right in the heart of the most dynamically developing business area in the city center, Crowne Plaza® Warsaw - The HUB is perfectly placed whether you travel on business or pleasure. This modern hotel offers 212 elegant rooms and suites and a stylish conference centre with over 1400 square meters of space.

więcej | more: ***cpwarsawthehub.com***

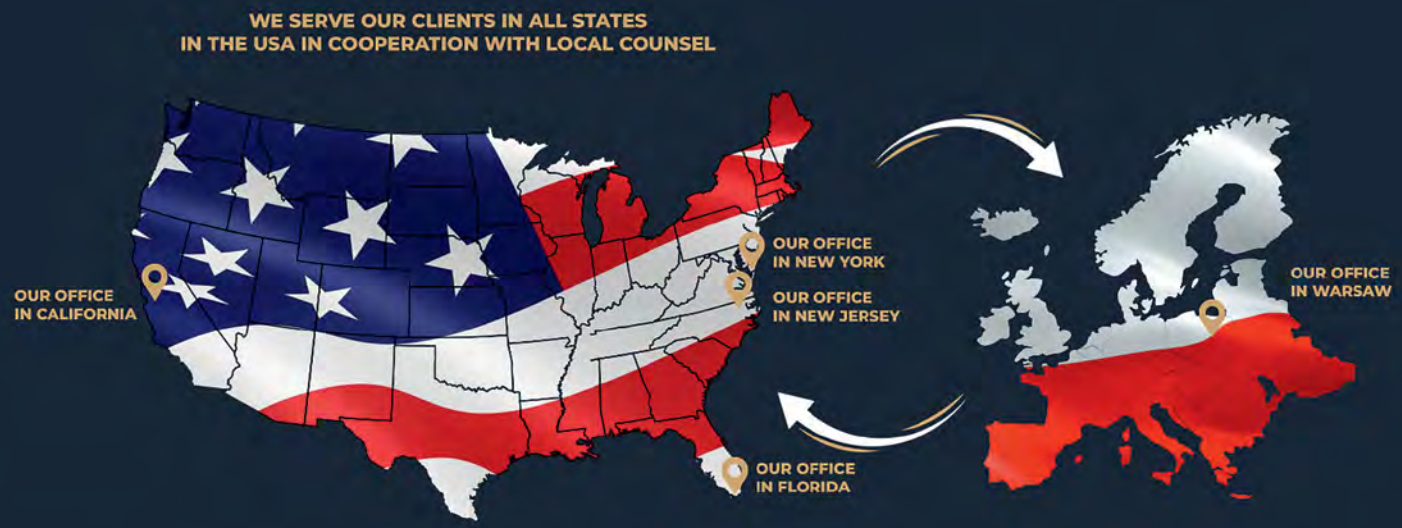
©PIOTR GĘSICKI, RAFAŁ NOWEK, M.P.

Ilasz & Associates Law Office
Międzynarodowa kancelaria w USA i Polsce

Kompleksowa obsługa prawna w USA i Polsce dla podmiotów gospodarczych i osób fizycznych. Reprezentacja w sprawach **biznesowych, imigracyjnych, wypadkowych, karnych, spadkowych i w obrocie nieruchomościami.**

Comprehensive legal services in the USA and Poland for business entities and individual persons. We represent clients in **business activities, immigration, accidents, criminal, inheritance cases and in real estate transactions.**

BOGATE DOŚWIADCZENIE • BOGATE DOŚWIADCZENIE •
26 lat



Główne siedziby kancelarii

www.ilaszlawfirm.com

Manhattan
1 Maiden Lane,
New York, NY 10038
9 Piętro
tel. +1212-480-2222
office@ilaszlawfirm.com

New Jersey
1035 Route 46 East
Clifton, NJ 07013
Pokój 105
tel. +1212-480-2222
office@ilaszlawfirm.com

Warszawa
ul. Złota 3
00-019 Warszawa
Lokal 21
tel. +48-22-115-92-00
biuro@ilaszlawfirm.com

Gdańsk
Al. Zwycięstwa 13A
80-219 Gdańsk
tel. +48-58-766-23-16
biurogdansk@ilaszlawfirm.com

PÓŁ WIEKU **WSPÓŁPRACY**

HALF A CENTURY OF WORKING TOGETHER

Od 50 lat samoloty PLL LOT łączą Polskę z USA. Nie byłoby to możliwe, gdyby nie ludzie.

For 50 years, PLL LOT planes have been connecting Poland with the USA.
This would not be possible if it weren't for the right people.

tekst | by **PAULINA SOBONIAK, PLL LOT**

PL W 2022 r. minęło 50 lat od uruchomienia bezpośredniego połączenia lotniczego Warszawa–Chicago. Za rok będziemy obchodzić taką samą, okrągłą rocznicę połączenia stolicy Polski z Nowym Jorkiem. Tak długoletnia i stała współpraca nie byłaby możliwa, gdyby nie zespół handlowy LOT-u i liczni agenci sprzedaży. Już w czasach PRL-u ułatwiali nie tyle transport podróżnych, ale przede wszystkim towarów między Polską i Stanami. Do dziś klienci chętnie korzystają z usług biur turystycznych prowadzonych przez Polonię.

BY SPEŁNIĆ MARZENIA

Anna LaRocca od 23 lat prowadzi biuro Anna-Pol Travel. Wychowała się w Polsce, w Stanach mieszka już 33 lata i od początku zajmuje się branżą turystyczną. Jej biuro znajduje się w sercu Greenpointu, o którym mówi: *Polskie akcenty widać szczególnie w takie dni, jak doroczna Parada Pułaskiego i oczywiście wtedy, kiedy wygrywa Iga Świątek*. Biuro jest nagradzane za świadczenie usług turystycznych na najwyż-

ENG This year marks the 50th anniversary of our direct Warsaw-Chicago flight connection. Next year, we will be celebrating the same round anniversary of the Warsaw-New York connection. This sort of long-term and continuous cooperation would not be possible without LOT's sales team and numerous sales agents. Even in the days of the People's Republic of Poland, these people facilitated not only passenger travelling, but most of all, cargo transport between Poland and the United States. Even today, tourist offices run by the Polish diaspora enjoy enormous popularity.

DREAMS COME TRUE

Anna LaRocca has been running Anna-Pol Travel for 23 years. She grew up in Poland, but has been living in the States for 33 years and has been working in the tourism industry the whole time. Her office is located in the heart of Greenpoint. "There is a visible Polish presence here, especially on days such as the annual Pulaski Day Parade, and, of course, when Iga Świątek wins". The agency has won awards for providing top-level tourist services, e.g. the

©CHRIS BARBALIS/UNSPLASH

National Institute of Music and Dance

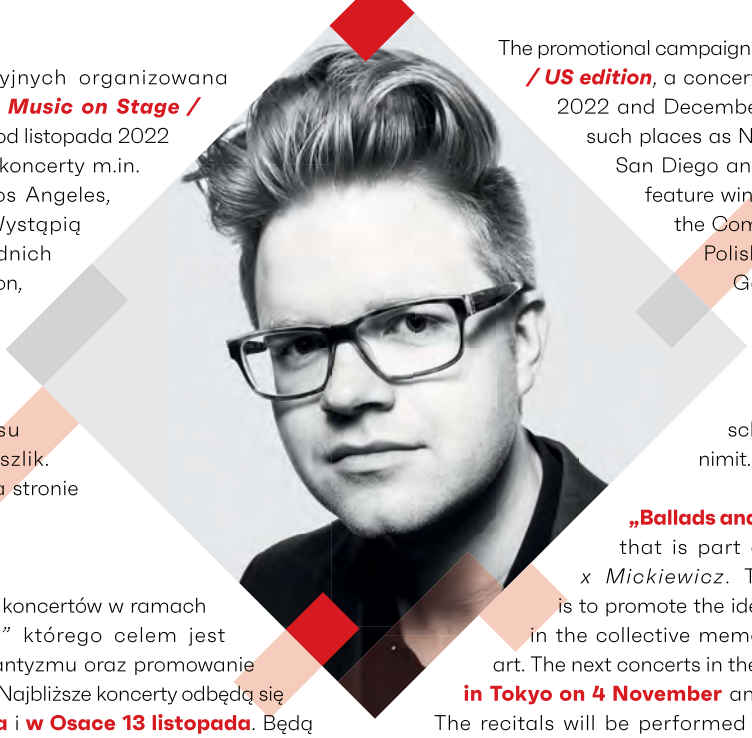
Polska muzyka na międzynarodowych scenach!

To wszystko dzięki programom Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca.

Międzynarodowy Konkurs Muzyki Polskiej to flagowy projekt Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca. Jego celem jest wypromowanie wśród polskich i międzynarodowych artystów dorobku 60 polskich kompozytorów z XIX i XX wieku. Wydarzenie kierowane jest do pianistów i zespołów kameralnych bez ograniczeń wiekowych. Najbliższa edycja odbędzie się w lipcu 2023 roku, a nabór rozpocznie się już 9 listopada. NIMiT pragnie zainteresować konkursem muzyków na całym świecie.

W ramach działań promocyjnych organizowana jest trasa koncertowa ***Polish Music on Stage / US edition*** – projekt, w którym od listopada 2022 do grudnia 2023 odbędą się koncerty m.in. w Nowym Jorku, Chicago, Los Angeles, San Diego i w Las Vegas. Wystąpią w nich m.in. laureaci poprzednich edycji Konkursu – Carter Johnson, polski duet skrzypcowy Polish Violin Duo oraz polski zespół kameralny – Cracow Golden Quintet, a także laureat ostatniego konkursu chopinowskiego – Jakub Kuszlik. Szczegółowy harmonogram na stronie www.nimit.pl/wydarzenia

„Ballady i romanse” – to cykl koncertów w ramach programu *„44 x Mickiewicz”* którego celem jest przypominanie idei epoki romantyzmu oraz promowanie ich we współczesnych dziełach. Najbliższe koncerty odbędą się w Japonii **w Tokio 4 listopada** i **w Osace 13 listopada**. Będą to recitale pianisty Marka Brachy na fortepian solo z muzyką Beethovena, Chopina, Tellefsena, Brahmsa i Debussy'ego. Z kolei we Włoszech **10 listopada br. w Instytucie Polskim w Rzymie** odbędzie się recital wokalny Roberta Gierlacha z udziałem włoskiej pianistki Mariny Cesarele.



fot. Wojciech Grzędziński

Na zdjęciu Carter Johnson – zwycięzca II MKMP w kategorii pianistów.

Wszystkie projekty są finansowane przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
Program *„44 x Mickiewicz”* organizowany jest przez Instytut Adama Mickiewicza, współorganizowany przez NIMiT.

Polish music on the international stage

thanks to the programmes organised by the National Institute of Music and Dance!

The **International Competition of Polish Music** is the National Institute of Music and Dance's leading project. Its aim is to promote, amongst Polish and international artists, the legacy of 60 Polish composers from the nineteenth and twentieth centuries. The event is addressed to solo pianists and chamber ensembles with no age restrictions. Its next edition will be held in July 2023, and the candidates will be able to submit their applications already from 9 November. The National Institute of Music and Dance attempts to attract musicians from all around the world to take part in this Competition.

The promotional campaign includes ***Polish Music on Stage / US edition***, a concert tour, held between November 2022 and December 2023, with performances in such places as New York, Chicago, Los Angeles, San Diego and Las Vegas. The concerts will feature winners of the previous editions of the Competition – Carter Johnson, the Polish Violin Duo and the Cracow Golden Quintet (from Poland), as well as one of the winners of last year's International Chopin Piano Competition – Jakub Kuszlik. A detailed schedule can be found on www.nimit.pl/wydarzenia

„Ballads and Romances” is a concert series that is part of the programme called *44 x Mickiewicz*. The programme's objective is to promote the ideals of the age of Romanticism in the collective memory and in individual works of art. The next concerts in the series will take place in Japan: **in Tokyo on 4 November** and **in Osaka on 13 November**. The recitals will be performed by the pianist Marek Bracha featuring piano solos composed by Beethoven, Chopin, Tellefsen, Brahms and Debussy. In addition to the concerts in Japan, a vocal music recital will be held in Italy, **at the Instytut Polski (Polish Institute) in Rome on 10 November.** Robert Gierlach will be accompanied by the Italian pianist Marina Cesarele.

The foto shows Carter Johnson – winner of the Competition in the pianist category.

All these projects are funded by the Ministry of Culture and National Heritage of the Republic of Poland
The *44 x Mickiewicz* programme is organised by the Adam Mickiewicz Institute and co-organised by the National Institute of Music and Dance.

szym poziomie – otrzymało m.in. Golden Apple Agent. Mottem życiowym Anny są słowa pisarza Raya Bradbury'ego: „Zwiedzaj świat – to lepsze niż najpiękniejszy sen". Wiesława Bochenek (Polamer) zaś pamięta czasy, kiedy podróże nie zawsze były tak proste i szybkie jak dziś: *Polak, po uzyskaniu wymarzonej wizy, wsiadał do samolotu z duszą na ramieniu i biletem w obie strony. Powrotny był obowiązkowy, bo odsuwał od podróżującego podejrzenie, że do Polski już nie wróci. Konieczne było zaproszenie od osoby zamieszkałej za granicą. Widok na nowoczesne i rozbudowane miasto zapierał dech w piersiach. W kolejnych dniach po przylocie najczęściej szło się do ciężkiej pracy, aby odrobić pieniądze pożyczone na bilet lotniczy.* Dzisiaj Polacy, dzięki zniesieniu wiz, wybierają Stany Zjednoczone w celach turystycznych lub by odwiedzić bliskich.

Marta Piwowarczyk dzieciństwo spędziła w polskich górach. Dziś pracuje jako konsultant w Sawa Travel i podkreśla: *Polskie rodziny utrzymują bliskie kontakty mimo dzielących je odległości. W wakacje często widzimy dzieci wyjeżdżające pod opieką LOT-u do dziadków czy krewnych.* Jakie są zalety i wyzwania tej pracy według Marty? *Wiedza agenta podróży musi przewyższać tę, którą można znaleźć w internecie. Sukcesem jest dla mnie zadowolony, wypoczęty i uśmiechnięty klient. To praca, w której tworzymy wspomnienia na całe życie. Dzięki nam nasi klienci spełniają swoje marzenia.*

ZE WSPARCIEM POLONII

Wiele stewardes wspomina ciepło Pasażerów lecących do ojczyzny, którzy wchodząc do samolotu w USA, mówili: *Dzień dobry, jak to dobrze panie widzieć, czujemy się, jakbyśmy byli już w Polsce.*

Właściciel biura podróży Europe Travel oraz prezes Polsko-Amerykańskiego Towarzystwa Biur Podróży SPATA Honorata Pierwoła zawsze stara się promować polską kulturę, wartości i linie lotnicze: *Polskie Linie Lotnicze LOT tworzą dla nas, Polaków w Ameryce, pomost pomiędzy starym krajem a nową ojczyzną.*

Nie byłoby to możliwe bez pracy zespołu handlowego LOT-u w USA i Kanadzie. Funkcję dyrektora sprzedaży pełni Magdalena Pantelis mieszkająca w Chicago od 2005 r. – od pięciu dekad Polonia wiernie wspiera naszą linię, podróżując LOT-em do kraju pochodzenia i chętnie korzystając z dogodnych połączeń do wielu polskich miast. Dzięki pracy Magdy i jej zespołu (Agnieszki Kulikowski, Michaliny Maliszewskiej, Christophera Jastraba, Iryny Koliudy) LOT przyciąga coraz więcej amerykańskich turystów, których zachwyca polska gościnność, kultura i kuchnia.

Podobno Oprah Winfrey powiedziała kiedyś, że zawód agenta podróży jest jednym z najbardziej satysfakcjonujących zawodów w USA. I rzeczywiście – to praca, w której pomaga się spełniać marzenia o podróżach i przywozić z nich pozytywne wspomnienia. Dziękujemy za 50 lat pisanej wspólnie historii i niech następne lata przynoszą kolejne pokolenia zadowolonych Pasażerów! ■

Golden Apple Agent. Anna's motto is taken from the writer Ray Bradbury - "Explore the world - it's better than the best dream".

Wiesława Bochenek (POLAMER) remembers when travelling was not always as easy and fast as today. "After obtaining your dream visa, you boarded the plane with your heart in your mouth and the return ticket in your hand. The return ticket was obligatory because it allayed the suspicion that you had no intention of coming back to Poland. An invitation from someone living in the US was necessary. The view over the modern and vast cities was breath-taking. You most often took up hard labour in the days following your arrival so that you could earn the money you borrowed for your ticket". Now that there is no visa requirement, Poles go to the United States as tourists or to visit relatives.

Marta Piwowarczyk spent her childhood in the Polish mountains. Today she works as a consultant at Sawa Travel. She says, "Polish families maintain close contacts despite the distance. During the summer holidays, we often see children going to their grandparents or relatives under the care of the LOT on-board crew". What are the advantages and challenges of this job according to Marta? "The travel agent has to know more than what is available on the internet. For me, success is a satisfied, relaxed and smiling customer. It's a job where we create memories for life. Thanks to us, our customers make their dreams come true".

THE SUPPORT OF THE POLISH DIASPORA

Many flight attendants have fond memories of passengers flying to their homeland who, when boarding in the United States, often said: "Good morning, how good to see you, we feel as if we are already in Poland".

Honorata Pierwoła, the owner of Europe Travel and the president of SPATA, the Polish-American Society of Travel Agencies, always tries to promote Polish culture, values and LOT Polish Airlines. "LOT creates for us Poles in America a bridge between the old country and the new homeland."

None off this would be possible without the work of the LOT sales team in the US and Canada. The position of Sales Director is held by Magdalena Pantelis, who has lived in Chicago since 2005. "For five decades, the Polish diaspora has been faithfully supporting our airline, travelling with LOT to their country of origin and willingly using LOT connections to many Polish cities. Thanks to the work of Magda and her team (Agnieszka Kulikowski, Michalina Maliszewska, Christopher Jastrab, Iryna Koliuda), LOT is attracting more and more American tourists delighted with Polish hospitality, culture and cuisine.

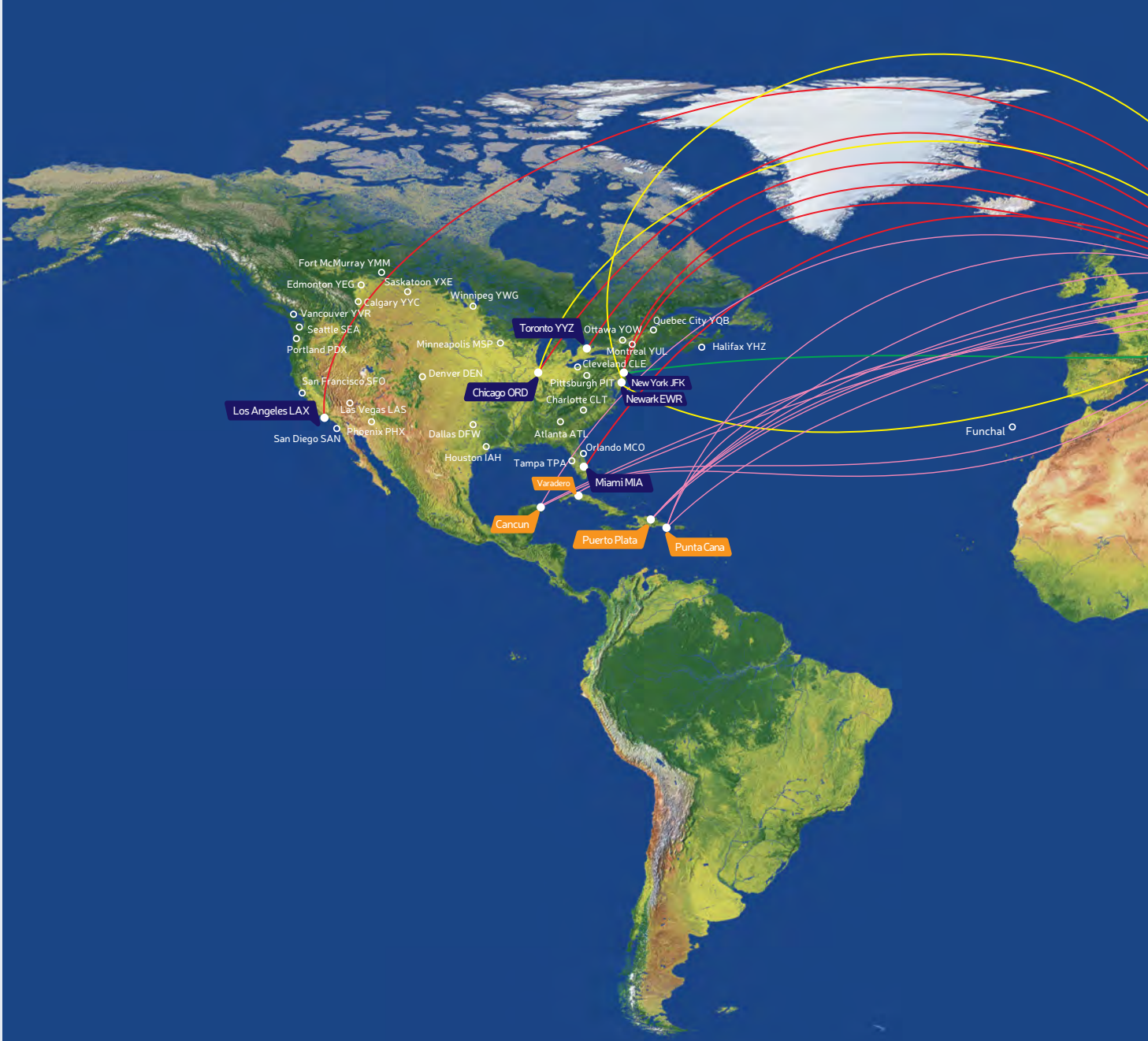
Oprah Winfrey reportedly once said that being a travel agent is one of the most rewarding jobs in the US. And it really is a job where you can make travel dreams come true and bring positive memories back home. Thank you for 50 years of history written together and may the coming years bring new generations of satisfied Passengers. ■

LOT info

SIATKA POŁĄCZEŃ
ROUTE NETWORK 76

FLOTA
FLEET 78

ROZRYWKA POKŁADOWA
IN-FLIGHT ENTERTAINMENT 88



połączenia regularne LOT-u z portu przesiadkowego w Warszawie | LOT schedule services from LOT Warsaw Hub

połączenia regularne LOT-u z portu przesiadkowego w Budapeszcie | LOT schedule services from LOT Budapest Hub

regularne połączenia regionalne LOT-u | LOT regional schedule services

połączenia czarterowe LOTu | LOT charter services

połączenie code-share | code-share services

kierunki code-share | code-share destinations

Bangkok **kierunki wakacyjne |** Holiday Destinations

Zadar **kierunek regularny sezonowy |** regular seasonal destination

***tymczasowo zawieszone |** temporarily suspended

Stan na 12/10/2022 | Status as of 12OCT22

Skorzystaj z aplikacji mobilnej LOT lub odwiedź lot.com

SIATKA POŁĄCZEŃ Route network

Use our LOT mobile app or visit lot.com

SAMOLOTY DALEKODYSTANSOWE Long-haul aircraft

Boeing 787-9 Dreamliner

Zasięg max I Range 13 350 km

Długość I Length 62,82 m

Liczba I Number in fleet: 7

Rozpiętość I Wing span: 60,17 m

V przelotowa I Cruising speed: 875 km/h

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

Boeing 787-8 Dreamliner

Zasięg max I Range 12 650 km

Długość I Length 56,72 m

Liczba I Number in fleet: 8

Rozpiętość I Wing span: 60,17 m

V przelotowa I Cruising speed: 875 km/h

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

SAMOLOTY ŚREDNIO- I KRÓTKODYSTANSOWE Medium and short-haul aircraft

Boeing 737 MAX 8

Zasięg max I Range 5750 km

Długość I Length 39,52 m

Liczba I Number in fleet: 11

Rozpiętość I Wing span: 32,92 m

V przelotowa I Cruising speed: 839 km/h

Liczba miejsc I Capacity: 186

Boeing 737-800

Zasięg max I Range 5435 km

Długość I Length 39,47 m

Liczba I Number in fleet: 6

Rozpiętość I Wing span: 35,78 m

V przelotowa I Cruising speed: 834 km/h

Liczba miejsc I Capacity: 186

** **w zależności od wersji** I **depending on the version
*** **w tym dwa do dyspozycji rządu** I *** including two aircraft at the government's disposal
**** **w trakcie procesu wycofania tego typu samolotu z floty LOT** I during the process of withdrawing this type of aircraft from the LOT fleet

Skorzystaj z aplikacji mobilnej LOT lub odwiedź lot.com

SAMOLOTY ŚREDNIO- I KRÓTKODYSTANSOWE Medium and short-haul aircraft

Embraer 195

Zasięg max I Range 3990 km

Długość I Length 38,65 m

Liczba | Number in fleet
15

Rozpiętość I Wing span
28,72 m

V przelotowa I Cruising speed
870 km/h

Liczba miejsc I Capacity
118/112**

Embraer 190

Zasięg max I Range 3461 km

Długość I Length 36,24 m

Liczba | Number in fleet
8

Rozpiętość I Wing span
28,72 m

V przelotowa I Cruising speed
863 km/h

Liczba miejsc I Capacity
106

Embraer 175

Zasięg max I Range 3300 km

Długość I Length 31,68 m

Liczba | Number in fleet
13***

Rozpiętość I Wing span
26,00 m

V przelotowa I Cruising speed
870 km/h

Liczba miejsc I Capacity
82

Embraer 170

Zasięg max I Range 3700 km

Długość I Length 29,90 m

Liczba | Number in fleet
6

Rozpiętość I Wing span
26,00 m

V przelotowa I Cruising speed
870 km/h

Liczba miejsc I Capacity
76

Bombardier DHC-8Q400

Zasięg max I Range 2500 km

Długość I Length 32,83 m

Liczba | Number in fleet
7****

Rozpiętość I Wing span
28,42 m

V przelotowa I Cruising speed
666 km/h

Liczba miejsc I Capacity
78

Use our LOT mobile app or visit lot.com

PLL LOT DOŁĄCZA DO PROGRAMU *IATA ENVIRONMENTAL ASSESSMENT*

PLL LOT JOINS THE *IATA ENVIRONMENTAL ASSESSMENT PROGRAM*

PL

Podczas Kongresu Rynku Lotniczego, który odbył się 9 września br., Polskie Linie Lotnicze przystąpiły do programu IATA Environmental Assessment (IEnvA). Umowę podpisali Michał Fijoł - członek zarządu ds. handlowych PLL LOT, Mateusz Dziudziel - dyrektor biura paliw PLL LOT oraz Sebastian Mikosz - starszy wiceprezes IATA (International Air Transport Association).

Program IEnvA to flagowy program dla linii lotniczych, które chcą wykazać się standardami IATA w zarządzaniu środowiskiem. Wpisanie do rejestru linii lotniczych zgodnych ze standardami IEnvA jest równoznaczne z wprowadzeniem normy zarządzania środowiskowego ISO 14001.By znaleźć się w rejestrze, PLL LOT przejdzie przez dwa etapy programu IEnvA.

IEnvA etap 1 wymaga od linii lotniczej opracowania polityki środowiskowej, ustanowienia przywództwa i odpowiedzialności środowiskowej, opracowania zakresu swojego systemu IEnvA, zidentyfikowania istotnych kwestii środowiskowych oraz określenia odpowiednich obowiązków w zakresie zgodności z przepisami środowiskowymi.

ENG

LOT Polish Airlines joined the IATA Environmental Assessment (IEnvA) program during this year's Aviation Market Congress, which was held on 9 September. The contract was signed by: Michał Fijoł, the Management Board Member in charge of Commercial Matters at PLL LOT; Mateusz Dziudziel, PLL LOT's Fuel Department Director; and Sebastian Mikosz, Senior Vice President at IATA (International Air Transport Association).

The IEnvA program is the flagship program for airlines wishing to demonstrate that they meet IATA environmental management standards. Being registered as an airline that complies with IEnvA standards is deemed equivalent to having introduced the ISO 14001 environmental management standard. LOT Polish Airlines will have to pass the two stages of the IEnvA program to earn its place on the register.

Stage 1 requires an airline to develop environmental policies, establish environmental leadership and responsibility, develop the scope of its IEnvA system, identify significant environmental issues, and define the obligations that have to be met in order to comply with environmental regulations.

Stage 2 requires an airline to develop and implement environmental management plans to address environmental issues, as well as control mechanisms to achieve

Zagrzeb
STOLICA CHORWACJI
Szukasz nowych doświadczeń?
ZAGREB BE THERE.
infozagreb.hr
#VisitZagreb
#LoveZagreb
CROATIA Full of life
Safe stay in Croatia
&
Safe travels

IEnvA etap 2 wymaga od linii lotniczej opracowania i wdrożenia planów zarządzania środowiskiem w celu rozwiązania kwestii środowiskowych, mechanizmów kontrolnych służących osiągnięciu i utrzymaniu zgodności z wymogami ochrony środowiska oraz wydajności środowiskowej.
Po podpisaniu umowy Polskie Linie Lotnicze LOT otrzymały dostęp do szeregu szkoleń. Wśród nich są szkolenie dla audytora wewnętrznego, kurs wdrażania IEnvA, szkolenie z zakresu świadomości ogólnej oraz szkolenia i warsztaty przygotowane specjalnie pod potrzeby danej linii lotniczej.
Środowisko i zrównoważony rozwój stanowią bardzo ważne aspekty w działalności branży lotniczej. Musimy dążyć do dekarbonizacji lotnictwa zgodnie ustanowionym celem zerowej emisji netto do roku 2050. IEnvA stanowi dobry początek do realizacji tego celu, niezależnie od tego, czy linia lotnicza stawia pierwsze kroki na swojej drodze do zrównoważonego rozwoju, czy też jest uznanym graczem w przestrzeni zrównoważonego rozwoju lotnictwa. ■

and maintain environmental compliance and environmental performance.
After signing the agreement, LOT Polish Airlines received access to a number of training courses. These include internal audit training, an IEnvA implementation course, general awareness training, and training courses and workshops tailored specifically to its requirements.

Program IEnvA to flagowy program dla linii lotniczych, które chcą wykazać się standardami IATA w zarządzaniu środowiskiem.

The IEnvA program is the flagship program for airlines wishing to demonstrate IATA standards in environmental management.

The environment and sustainable development are vital considerations in running the aviation industry. We have to move towards decarbonising aviation in line with the established goal of zero net emissions by 2050. The IEnvA is a good start, whether an airline is taking its first steps towards sustainability or is a recognized player in the area of sustainable development aviation. ■

Destination ECO

Rozwój działań w zakresie ochrony środowiska i zrównoważonego rozwoju jest możliwy dzięki naszemu projektowi Destination ECO. Każdemu naszemu pasażerowi umożliwiamy wniesienie dobrowolnej opłaty w celu zrekompensowania śladu węglowego. Wystarczy zadeklarować taką chęć na finalnym etapie zakupu biletu. Przychody z tego tytułu przeznaczane są na realizację projektów środowiskowych.

Our Destination ECO project has facilated environmental protection and sustainable development. We give you the option of paying a voluntary fee to compensate for their carbon footprint. All you need do is declare your willingness to do so at the final stage of purchasing the ticket. The revenue from that payment will be allocated to implementing environmental projects.

Zagreb
THE CAPITAL OF CROATIA
Seeking new experiences?
ZAGREB BE THERE.
infozagreb.hr
#VisitZagreb
#LoveZagreb
CROATIA Full of life
Safe stay in Croatia
&
Safe travels

UDAJ SIĘ Z NAMI W BIZNESOWĄ PODRÓŻ. WEŹ UDZIAŁ W TT WARSAW

COME ON A BUSINESS TRIP WITH US. TAKE PART IN TT WARSAW

W dobie ciągłych przemian rynku podróżniczego, należy trzymać rękę na pulsie innowacji. Sektorowi turystycznemu potrzebna jest biznesowa platforma integrująca przedsiębiorców i dająca im płaszczyznę do dalszego rozwoju. Na tym skupiona będzie 28. edycja TT Warsaw, czyli Międzynarodowe Targi Turystyczne, które odbędą się w dniach 24-26 listopada 2022 roku w Ptak Warsaw Expo.

In the era of constant changes in the travel market, you should keep your finger on the pulse of innovation. The tourism sector needs a business platform that integrates entrepreneurs and gives them a chance for further development, which is the event's focus. The 28th edition of TT Warsaw, i.e. the International Tourist Fair, will be held on November 24-26, 2022 at Ptak Warsaw Expo.

PL

BIZNESOWA STRONA PODRÓŻY

Czwartek i piątek podczas TT Warsaw poświęcone będą głównie biznesowi. Za pomocą narzędzi potrzebnych do analizy rynku i konferencji, doświadczeni eksperci przedstawią najbardziej korzystne kierunki rozwoju branży, pokażą, jak zadbać o jej bezpieczeństwo, jak również wskażą, w jaki sposób zyskać klienta w wymagającym finansowo czasie.

To prestiżowe wydarzenie dedykowane branży turystycznej nastawione jest również na networking rozbudowujący sieć biznesowych relacji. To nie tylko okazja do zaznajomienia się z najszerszą ofertą produktów i usług (blisko dwustu wystawców na 50 tysiącach m^2 powierzchni) dedykowanych temu sektorowi, ale również do zapoznania się z najnowszymi trendami w turystyce podbijającymi gusta klientów na całym świecie.

Poprzez wizytę w sektorze Pawilonów Narodowych w których zaprezentuje się ponad 40 krajów (w tym między innymi kraj partnerski Bułgaria czy Egipt, Maroko) będzie okazja do nawiązania współpracy oraz zdobycia cennych kontaktów biznesowych. Strefa Turystyki Krajowej oraz Strefa Regionów z bogatą ofertą dla tour operatorów i biur podróży pozwoli na zakontraktowanie usług turystycznych.

W szeregu wydarzeń pomyślanych dla konsumenta indywidualnego (sobota) szeroka publiczność będzie mogła uczestniczyć w Festiwalu Podróżników, który da okazję do spotkania, wysłuchania opowieści słynnych postaci świata turystycznego.

JAKOŚĆ PŁYNĄCA Z PARTNERSTWA

Potwierdzeniem prestiżu eventu są przede wszystkim jego partnerzy. Oficjalnym przewoźnikiem Targów zostały Polskie Linie Lotnicze LOT. Patronat Honorowy nad TT Warsaw objęły Ministerstwo Sportu i Turystyki, Polska Organizacja Turystyczna, Polska Izba Turystyki natomiast Partnerem Wydarzenia został Polski Holding Hotelowy oraz park rozrywki Mandoria. ■

ENG

THE BUSINESS SIDE OF TRAVEL.

Business will be the main focus on Thursday and Friday during TT Warsaw. With the help of market analysis tools and conferences, experienced experts will present the most favorable directions for the development of the industry, show how to ensure its safety as well as how to gain a customer in a financially demanding time.

This prestigious event dedicated to the tourism industry is also focused on expanding business relations. It is not only an opportunity to get acquainted with the widest range of products and services (nearly two hundred exhibitors on 50,000 m^2) dedicated to this sector, but also to learn about the latest trends in tourism which satisfy the tastes of customers around the world.

The National Pavilions sector, with over 40 presented countries (including Egypt, Morocco, and our partner country Bulgaria) provides an opportunity to establish cooperation and gain valuable business contacts. The National Tourism Zone and the Zone of Regions with a rich offer for tour operators and travel agencies will allow for contracting tourist services.

In a series of events prepared for the individual consumer (Saturday), a broad audience will be able to participate in the Traveler Festival - a great opportunity to meet and listen to the stories of famous figures from the tourist world, including Adam Bielecki, Busem przez Świat, Podróżowanie.pl

QUALITY THAT COMES FROM PARTNERSHIP

The event's prestige testament are, above all, its partners. The official carrier of the Fair is LOT Polish Airlines. The Ministry of Sport and Tourism, the Polish Tourist Organization, and the Polish Chamber of Tourism took the Honorary Patronage over TT Warsaw. The event's Partners are the Polish Hotel Holding and the Mandoria amusement park. ■

www.ttwarsaw.pl

PTAK WARSAW EXPO

ufi Member

TT WARSAW

28 edycja

24-26 Listopada 2022

Międzynarodowe Targi Turystyczne

ZAREJESTRUJ SIĘ

Aleja Katowicka 62, 05-830 Nadarzyn | info@warsawexpo.eu | www.warsawexpo.eu | / warsawexpo

POLISH AIRLINES
LOT
A STAR ALLIANCE MEMBER

Partnerzy Projektu: SeePlaces AIRPORT SERVICES

LOT Entertainment
Rozrywka pokładowa

Oglądaj w trakcie rejsu filmy i seriale na swoim urządzeniu!

Zanurz się w świecie filmowych bohaterów i wciągających historii. Twój lot stanie się dla Ciebie jeszcze większą przyjemnością dzięki innowacyjnej usłudze dostępnej na pokładach wybranych samolotów Boeing 737. Wystarczy, że podłączysz swoje urządzenie mobilne (smartfon, tablet czy komputer) do sieci LOT Entertainment na pokładzie samolotu.

Wsród dostępnych tytułów znajdziesz miedzy innyminajnowsze i najpopularniejsze produkty Hollywood takie jak Batman,Fantastyczne zwierzęta: *Tajemnice Dumbledore'a*, *King Richard: Zwycięska rodzina*, *Matrix Zmartwychwstania*, *Wielki Mike*, *Nocne życie*, *Furioza*. Nasza oferta obejmuje także znane programy i seriale telewizyjne, a wsród nich *Gra o tron*, *Młody Sheldon*. Nasi najmłodsi Pasażerowie mogą wybrać spośród tytułów takich jak *Świnka Peppa* czy *Między nami, misiami*.

Bądź naszym Gościem!

Enjoy our in-flight entertainment on your device!

Immerse yourself in a world of film characters and compelling stories. Now you can enjoy your flight even more thanks to the innovative service available on board of selected Boeing 737s. Simply connect your mobile device (smartphone, tablet or computer) to the LOT Entertainment network on board.

Among the titles available you will find the latest and most popular Hollywood productions such as *The Batman*, *Fantastic Beasts: The Secrets of Dumbledore*, *King Richard*, *The Matrix Ressurections*, *The Blind Side*, *Live by Night*, *Furioza*. Our offer includes also the most popular TV series such as *Game of Thrones*, *Young Sheldon*. Younger passengers will surely enjoy watching *Peppa Pig* or *We Bare Bears*.

Be our Guest!

entertainment.lot.com

LOT Entertainment

61ST ICCA CONGRESS

6-9 NOVEMBER 2022
KRAKÓW · POLAND

Together We Can

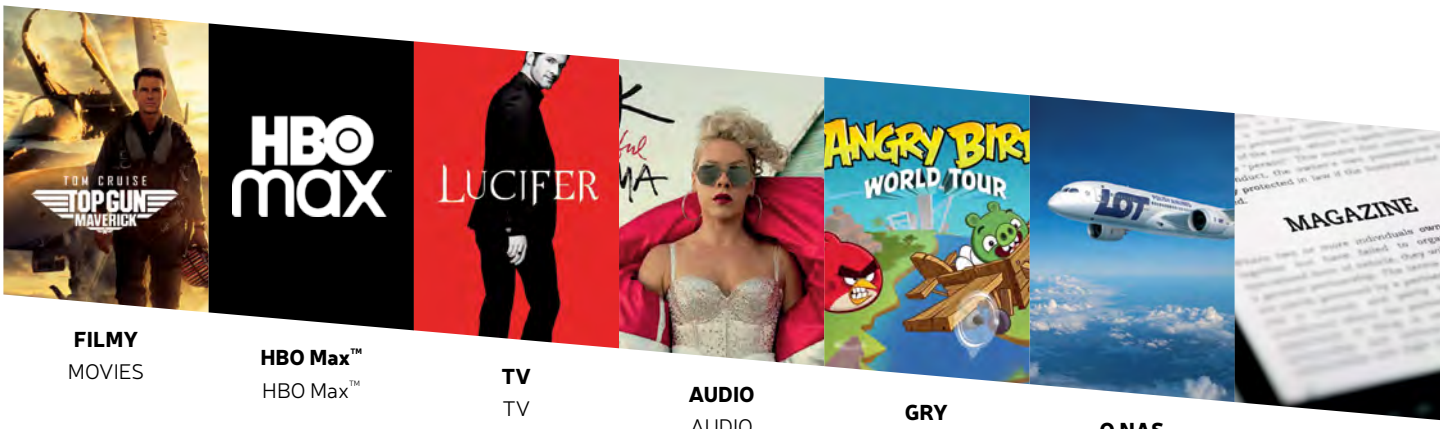
#TOGETHERWECAN #ICCACONGRESS22 #KRAKOWTHEHOSTCITY

ICCA

Kraków

POLISH TOURISM ORGANISATION

26 YEARS POLAND CONVENTION BUREAU



FILMY
MOVIES

HBO Max™
HBO Max™

TV
TV

AUDIO
AUDIO

GRY
GAMES

O NAS
ABOUT US

E-READER
E-READER

W listopadzie w ramach naszej oferty rozrywki pokładowej w rejsach dalekiego zasięgu oferujemy Państwu ponad 140 filmów, albumy muzyczne, podcasty, programy rozrywkowe, popularne seriale oraz gry. Ponadto, w systemie rozrywki pokładowej znajdą Państwo zakładkę „O nas", która zawiera historię Polskich Linii Lotniczych LOT. Na następnej stronie przedstawiamy wybrane nowości filmowe i serialowe. Pełny repertuar dostępny jest na naszym portalu rozrywki pokładowej, dlatego zachęcamy Państwa do zeskanowania poniższego kodu QR*.

In November, on our long-haul flights, we would like to offer you over 140 movies and TV series as well as a selection of entertaining shows, music albums, podcasts, and games. Furthermore, please take a look at the "About us" section which contains the history of LOT Polish Airlines. On the next page you can find new movies and TV series. The full repertoire is available on our in-flight entertainment portal, therefore we encourage you to scan the QR code below*.

Gry dostępne na pokładach samolotów B787-8:
Games available onboard B787-8 aircraft:

In-Flight Tetris®
Solitaire
Bejeweled® 2
Disney Mickey's House Party
Battleship®
In-Flight PAC-MAN®
Biobot
Caveman Age of Fire
Trivia Tournament
Berlitz® Word Traveler™
Leaf

Gry dostępne na pokładach samolotów B787-9:
Games available onboard B787-9 aircraft:

Solitaire Classic
Angry Birds World Tour
Puzzle: Travel Showcase
Bejeweled® 2
Casino
Battleship®
Lian Lian Kan
Monsters University: Hide and Sneak
In-Flight Tetris®
Golf Open
Escape Ninja
Geotrivia

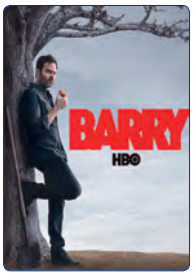
Zachęcamy do odwiedzenia naszego portalu rozrywki pokładowej, na którym mogą Państwo sprawdzić pełny repertuar audio-wideo:
We encourage you to visit our in-flight entertainment portal where you can find our full audio-video lineup:

Wybrane nowości w listopadzie | Selected new movies and tv shows in November

HBO Max™ HBO MAx™

IMDb 9,2/ 10

Game of Thrones
Gra o tron



IMDb 8,4/ 10

Barry
Barry

IMDb 8,0 / 10

The Gilded Age
Pozłacany wiek

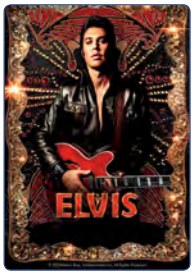
IMDb 8,0/ 10

Harry Potter 20th Anniversary: Return to Hogwarts | Powrót do Hogwartu

HITY KINOWE BLOCKBUSTERS

IMDb 8,5/ 10

Top Gun: Maverick
Top Gun: Maverick



IMDb 7,5/ 10

Elvis
Elvis

IMDb 7 / 10

Doctor Strange In the Multiverse of Madness
Doktor Strange w multiwersum obłędu

IMDb 6,3 / 10

Fantastic Beasts: The Secrets of Dumbledore
Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a

KINO ŚWIATOWE WORLD CINEMA

IMDb 5,8/ 10

Lokatorka
Lokatorka

IMDb 7,5/ 10

83
83

IMDb 7,6/ 10

Drive My Car
Drive My Car

IMDb 8,5/ 10

The Pianist
Pianista

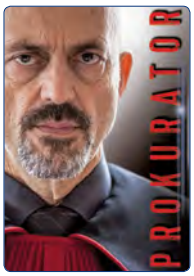
SERIALE TV SERIES

IMDb 8,9/ 10

Friends
Przyjaciele

IMDb 8,6 / 10

What we do in the shadows
Co robimy w ukryciu



IMDb 6,8 / 10

Prosecutor
Prokurator

IMDb - / 10

Countdown to Qatar
Countdown to Qatar

DLA DZIECI FOR KIDS

IMDb 6,6 / 10

Sonic the Hedgehog 2
Sonic 2. Szybki jak błyskawica

IMDb 8,4 / 10

The Adventures of Paddington
Przygody misia Paddingtona

IMDb 8,1 / 10

Mickey Mouse
Myszka Mickey

IMDb 7 / 10

Bolek i Lolek
Bolek i Lolek

oceny IMDb | IMDb rating: 10.10.2022

Use our LOT mobile app or visit lot.com

STAMBUŁ: STOLICA GASTRONOMII

İSTANBUL: A GASTRONOMY CAPITAL

Przysmaki sprzedawane na ulicach, kolorowe kiszonki, soczyste owoce, świeżo złowione ryby i owoce morza, przepyszne warzywa przyrządzone na oliwie z oliwek oraz dziesiątki przeróżnych meze, czyli przekąsek serwowanych na białych lnianych obrusach… Od menu oferowanego przez stylowe restauracje po najprostsze potrawy, Stambuł jest rajem dla każdego smakosza!

Spot: Appetizing street delicacies, most colourful pickles, freshest fruits, daily caught fish and seafood, delicious vegetables cooked in olive oil and dozens of different meze plates on white linen tablecloths… From stylish dinner tables to simplest dishes İstanbul is real paradise for every foodie. Welcome to food heaven!

PL

Turecka kuchnia słynie z kebaba i baklawy. Ale te uwielbiane specjały to dopiero początek listy. Turcja może się pochwalić ogromnym dziedzictwem gastronomicznym dzięki wielokulturowemu charakterowi Imperium Osmańskiego i Cesarstwa Wschodniorzymskiego, a także zróżnicowaniu geograficznemu oraz tradycjom kulinarnym każdego z regionów kraju. W Stambule, położonym w miejscu gdzie spotykają się dwa kontynenty, możemy znaleźć wszystkie regionalne specjały tego rozległego państwa. Od smakowicie pachnących kebabów po wegańskie dania przyrządzane na oliwie z oliwek, tradycyjna kuchnia turecka oferuje ogromną różnorodność smaków. A Stambuł to miejsce idealne do ich degustacji.

NIESAMOWITE NUTY SMAKOWE

Dziś, znajdujące się w mieście wykwintne restauracje są w dużej mierze inspirowane dziedzictwem miasta. Chroniąc wartości kuchni osmańskiej i wykorzystując dawne przepisy, oferują nowe wersje tradycyjnych dań w swoich degustacyjnych menu. Kuchnia osmańska, która łączy melona z jagnięciną, dodaje jogurt do zup i nadziewa liście winorośli wiśniami, grała główną rolę w Średniowieczu. A ponieważ Stambuł był wówczas stolicą Imperium Osmańskiego, stał się gastronomiczną stolicą Turcji par excellence.

NAJWAŻNIEJSZY POSIŁEK DNIA

Słynny turecki poeta Cemal Süreya powiedział: „Śniadanie musi mieć coś wspólnego ze szczęściem!" Może nie dotyczy to wszystkich nacji, ale jest w 100% prawdziwe w przypadku Turków.

Tureckie śniadanie to bogate doświadczenie, podczas którego możemy posmakować parzonej czarnej herbaty, okrągłego pieczywa pokrytego sezamem (simit) lub chleba, dużego wyboru lokalnych serów, czarnych i zielonych oliwek, masła, gęstej śmietany i miodu, dżemu, jajecznicy z warzywami (mene-

ENG

Turkish cuisine is world-famous for its kebabs and baklavas. But these well-loved specialties are just the beginning of it. Türkiye has a huge gastronomic heritage thanks to the multicultural character of Ottoman and Eastern Roman Empires, as well as the rich and varied geographic characteristics and culinary traditions of each and every region in the country. As the meeting point of two continents the megapolis is home to every single regional specialty of the vast country. From robustly flavoured kebabs to vegan specialties cooked in olive oil, traditional Turkish cuisine offers a huge variety of savours. And İstanbul is the tasting room…

AMAZING FLAVOUR CHORDS

Today, in İstanbul, some fine dining restaurants are largely inspired by the city's heritage. Protecting the values of Ottoman cuisine, follow the recipes of the past, they offer new versions of certain traditional recipes in their tasting menus. Combining melons and lamb, yogurt in soups and sour cherries in stuffed vine leaves, Ottoman cuisine was really the leading actor of Middle ages. And since İstanbul was then the capital of the Ottoman Empire, it has been the gastronomic capital of Türkiye par excellence.

THE MOST IMPORTANT MEAL OF THE DAY

Famous Turkish poet Cemal Süreya said, "Breakfast must have something to do with happiness!" It might not be the case for others but this is 100% true for Turkish people.

Turkish breakfast is a rich experience accompanied by local brewed black tea, round shaped sesame seed covered pastry (simit) or bread, a selection of local cheese, black and green olives, butter, clotted cream and honey, jam, veggie egg scramble (menemen) or boiled eggs, sliced tomatoes and cucumbers.

men) lub gotowanych jajek, pokrojonych pomidorów i ogórków.

KEBAB I OWOCE MORZA – NIEZAPOMNIANE WRAŻENIA

Turcja może pochwalić się ogromną różnorodnością kebabów – jest wersja z czosnkiem, bakłażanem, pomidorem, cebulą i wiele innych. Mięso jest marynowane z przyprawami, a jego aromat podczas grillowania, zapowiada smakowitą ucztę. Stoły zdobią talerze kolorowych sałatek i meze (przystawek).

Do kebabów tradycyjnie serwuje się pieczone warzywa i chleby w kształcie placka, a do popicia sok z rzepy (ostry lub łagodny) lub napój na bazie jogurtu czyli ayran.

Jak przystało na gastronomiczną stolicę państwa otoczonego wodami trzech mórz, Stambuł oferuje bogaty wybór dań przyrządzonych z owoców morza. Grillowany tasergal, smażone sardele, ostrobok, dorsz, bonito i turbot to czołowi aktorzy sceny kulinarnej. Suszona makrela, bottarga, lokalne sardynki w puszkach, serwowany na zimno labraks i suszony solony tuńczyk – podawany z czerwoną cebulą i koperkiem – to także obowiązkowe tutejsze specjały z owoców morza.

ŚWIEŻE I PRZYGOTOWANE NA OLIWIE

Jeśli chodzi o warzywa, kuchnia zachodniej Turcji opiera się w dużej mierze na oliwie z oliwek i świeżych składnikach zamiast mocnych przypraw.

Tu ważniejsze od ziół są smaczne i świeże składniki. W związku z tym znajdziecie tutaj dużą różnorodność potraw wegetariańskich i wegańskich.

ESNAF LOKANTALARI: SMAKUJE JAK W DOMU

Tradycyjne restauracje kultywują dziedzictwo kulinarne. Esnaf lokantaları są wielowiekową tradycją

THE ULTIMATE KEBAB AND SEAFOOD EXPERIENCE

In Türkiye, there is a huge variety of kebabs –it can be cooked with garlic, aubergine, tomato, onions etc. The meat is marinated with spices and when grilled, gives off a rich smell that promises a flavour feast. Plates of colourful salads and mezes decorate the tables.

Kebabs are traditionally complemented by sizzling roast vegetables and flatbreads. Wash it down with some turnip juice (spicy or plain) or some buttermilk drink (ayran).

As the gastronomic capital of a country surrounded by three seas, İstanbul offers a rich variety of seafood dishes. Grilled bluefish, fried anchovies, horse mackerel, cod, bonito and turbot are the leading actors of the dining scene. Dried mackerel, bottarga, canned local sardines, cold marinated seabass and dry salted tunny – served with red onions and dill – are also the must-try seafood specialties of the city.

FRESH AND COOKED IN OLIVE OIL

When it comes to vegetables, Western Turkish cuisine is largely based on olive oil and fresh ingredients instead of heavy spices. Here, dishes rely less on seasonings and more on tasty fresh ingredients. Therefore, it provides a large variety of vegetarian and vegan food.

Workingman's eats: as if it was home-cooked

In the city, some traditional places strive for keeping the culinary heritage alive. Esnaf lokantaları (workingman's eats) are a centuries old Turkish tradition and it was essentially established to serve lunch for locals working nearby.

These small lunch spots serve dozens of daily cooked homey dishes – flavoursome soups, legume dishes, stuffed vegetables, rich stews with some buttery rice or earthy bulgur and cacık or komposto on the side, and some traditional desserts to make a nice finale.

Miles & More | LOT POLISH AIRLINES

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

turecką i zasadniczo zostały założone w celu serwowania posiłków pracującym w sąsiedztwie ludziom. Te małe lokale serwują codziennie dziesiątki domowych dań – aromatyczne zupy, dania z roślin strączkowych, faszerowane warzywa, pożywne gulasze z ryżem lub kaszą bulgur z dodatkiem cacıku lub komposto. A na miłe zakończenie – tradycyjne desery.

MIŁOŚĆ OD PIERWSZEGO WEJRZENIA – STREET FOOD

Jeśli mówimy o herbacie, musisz koniecznie odwiedzić jeden z herbacianych ogródków nad morzem. Zamów sobie filiżankę czarnej herbaty i podziwiaj widoki. Albo delektuj się świeżo wyciśniętym sokiem owocowym, świeżymi owocami lub deserami sprzedawanymi na straganach.

Stambuł to także idealny adres jeśli jesteś fanem kiszonek. Ich wyjątkowy zapach, żywe kolory, smak będący połączeniem pikantności, słodyczy i kwaskowatości to niebo w gębie dla wegan. Kiszonki sprzedawane są na ulicy jako dodatek do ryżu z ciecierzycą.

Przekonasz się, że w tym mieście nie da się oprzeć podjadaniu.

Wystarczy podążać za zapachami: pieczone kasztany i ciecierzyca zimą, gotowana lub pieczona kukurydza latem.

Jeśli nie czujesz się jeszcze bardzo głodny, wybierz sycące uliczne przysmaki. Simit (pieczywo z sezamem), kokoreç (grillowane na węglu drzewnym jelita baranie), smażone w głębokim tłuszczu małże z tarator czyli specjalnym sosem czosnkowym, midye dolma (mule faszerowane ryżem i przyprawami), i wszelkiego rodzaju wypieki. A jeśli jesteś miłośnikiem ryb, koniecznie spróbuj balık ekmek (kanapka z rybą).

SŁODKOŚCI

Cukiernie od wieków są częścią codziennego tureckiego życia. Znajdziemy tu tradycyjne przysmaki i słodycze. Szefowie cukierni oferują słodycze we wszystkich kolorach i smakach. Tradycyjne osmańskie akide şekeri (ręcznie robione landrynki) zostały wynalezione w XVI wieku, kiedy cukier był cenniejszy niż miód. Cukierki te mają różne kolory i smaki – bergamotki, cytryny, pomarańczy, truskawki, róży, sezamu, orzecha laskowego, mięty, cynamonu... każdy to obietnica niesamowitych doznań dla twojego podniebienia.

Jeśli masz czas, usiądź i napij się szklanki domowej lemoniady lub spróbuj tradycyjnego sorbetu (tamaryndowego, makowego, różanego lub z derenia jadalnego). Oprócz landrynek czy cukierków toffi, możemy posmakować innych słynnych tureckich przysmaków, takich jak aromatyczna pasta migdałowa i pistacjowa. Pamiętaj, aby zabrać trochę do domu i podzielić się najsłodszymi chwilami podróży z najbliższymi! ■

LOVE AT FIRST SIGHT: STREET FOOD

Speaking of tea, don't miss a chance to make a pit-stop at a tea garden near the sea, order yourself a cup of black tea and enjoy the view. Or treat yourself with freshly squeezed fruit juices, fresh fruit and desserts sold on the stalls.

İstanbul is a perfect address for pickles... With their unique astringent smell, bright colours, and their mixed savour combining spicy, sweet and sour it is a paradise for vegans. These pickles can be sold on the street accompanying rice with chickpeas.

You will definitely see that you won't be able to stop snacking in this city.

Just follow the smells: Roasted chestnuts and roasted chickpeas in winter, boiled or roasted corn in summer.

If you're feeling a little hungry, opt for heartier street delicacies. Simit (sesame covered round dough), kokoreç (chargrilled skewered sheep's intestine)), deep fried mussels with special garlic sauce tarator, midye dolma (mussels stuffed with rice and spices), all kinds of pastries, if you are a fish lover, scarf down a balık ekmek (fish sandwich) on the go.

Stambuł to także idealny adres jeśli jesteś fanem kiszonek.

Istanbul is a perfect address for pickles.

SWEETS FOR THE SWEETEST

Confectionery in Türkiye has been a part of everyday life for centuries. Traditional indulgences such as delights and sweets for the sweet tooth fill the shops. Confectionary chefs offer sweets of all colours and tastes. The traditional Ottoman classic akide şekeri (handmade rock candies) was invented in 16th century at a time when sugar was more valuable than honey. These candies have various colours and various flavours –bergamote, lemon, orange, strawberry, rose, sesame, hazelnut, mint, cinnamon... and they all promise an amazing sensation on the palate.

If you have time, take a seat and have a full glass of homemade lemonade or treat yourself with some traditional sherbet (tamarind, poppy, rose or cornelian cherry).

Apart from bonbons, toffies and candies, it is possible to find the famous Turkish delights and flavourful almond and pistachio paste. Remember to take some home so that you can share the sweetest moments of your trip with your loved ones! ■

PIJ WARZYWA

PIJ SOK DO ŚNIADANIA

POTAS

ANTY OKSYDANTY

WIT.C

KOCHAJ ŻYCIE

Jedna karta, wiele przywilejów
One card, many benefits

Miles & More | LOT POLISH AIRLINES

Dzięki karcie Miles & More możesz gromadzić i wykorzystywać mile zarówno podczas podróży, jak i na co dzień. Spójrz na atrakcyjne oferty, które daje największy w Europie program dla często podróżujących pasażerów.

With Miles & More card you can earn and spend miles both while travelling and on everyday purchases. Take a look at the attractive benefits offered by the biggest Europe's programme for frequent flyers.

Szybka i bezpłatna rejestracja

Skorzystaj z aplikacji mobilnej Miles & More i zgromadź dodatkowe 500 mil lub wejdź na stronę **www.miles-and-more.pl.**

Fast and free registration

Download Miles & More app and take advantage of 500 award miles or visit **www.miles-and-more.pl.**

Zarejestruj się już teraz
miles-and-more.com/pl/rejestracja

Register now
miles-and-more.com/en/registration

Po zarejestrowaniu można naliczyć wstecznie mile za przeloty oraz usługi partnerów z ostatnich sześciu miesięcy.

Gromadź mile nie tylko za podróże samolotem w ponad 30 liniach lotniczych, ale również korzystając z karty kredytowej, ubezpieczenia podróży, podczas zakupów oraz u 300 innych partnerów nielotniczych na całym świecie.

Wykorzystaj mile premiowe na przelot, podwyższenie klasy podróży oraz inne usługi między innymi pobyt w hotelu czy wypożyczenie samochodu.

By the way: after registration, miles for your flight or other partners services can be credited to you retrospectively within 6 months.

Earn miles not only when you are traveling with more than 30 airlines, but also take advantage of credit cards, travel insurance, shopping and with 300 other non-airline partners all over the world.

Spend award miles on flight awards, upgrade awards or other services such as stay in the hotel or car rental.

Wyjątkowe promocje

Skorzystaj z promocji milowych LOT-u, dzięki którym Twoja podróż stanie się jeszcze bardziej atrakcyjna.

NajMILszy poniedziałek - co dwa tygodnie masz możliwość wykorzystać mile na bilety - nagrody w klasie ekonomicznej już od 7 000 mil.
Okazje milowe - co miesiąc nowe fascynujące kierunki podróży w atrakcyjnych cenach, dostępne już od 15 000 mil.

Special offers

Take advantage of LOT mileage promotion and make your flight even more attractive.

Monday sMILEs - every two weeks you can redeem your miles for award ticket in Economy class from just 7,000 miles

Mileage bargains - every month award tickets are available just from 15,000 miles round trip in economy class.

aelia DUTYFREE

APART
Z MIŁOŚCI DO PIĘKNA

PAYBACK

UNIQA

LOTNISKO WARSZAWA-RADOM

WARSAW-RADOM AIRPORT

Już od wiosny 2023

Launching in spring 2023

POLISH AIRLINES LOT
A STAR ALLIANCE MEMBER

ITAKA

NEKERA

When two worlds come together, anything is possible.

There's a power in meeting face-to-face that can lead to extraordinary things. So, when we brought together traditional ballet choreographer Kenneth Tindall and contemporary composer Venus Ex Machina, their differences inspired each other, helping them create something remarkable.

For 25 years, Star Alliance has connected people around the globe and helped open a world of opportunities. One journey can have a life-long impact. The next time you travel, what will you discover?

See the film at **staralliance.com**

STAR ALLIANCE
TOGETHER. BETTER. CONNECTED.

25 YEARS

AEGEAN · AIR CANADA · AIR CHINA · AIR INDIA · AIR NEW ZEALAND · ANA · ASIANA AIRLINES · Austrian · Avianca
brussels airlines · CopaAirlines · CROATIA AIRLINES · EGYPTAIR · Ethiopian · EVA AIR · LOT POLISH AIRLINES · Lufthansa · SAS
Shenzhen Airlines · SINGAPORE AIRLINES · SOUTH AFRICAN AIRWAYS · SWISS · TP AIR PORTUGAL · THAI · TURKISH AIRLINES · UNITED

Iceland Liechtenstein Norway grants

Norway grants

Ministerstwo Funduszy i Polityki Regionalnej

Wspólnie działamy na rzecz Europy zielonej, konkurencyjnej i sprzyjającej integracji społecznej

Working together for a green, competetive and inclusive Europe

Fundusze Norweskie i EOG dla Polski

na rozwój i współpracę

Kultura

Fundusz Współpracy Dwustronnej

Badania

Społeczeństwo obywatelskie

Dialog społeczny godna praca

Zdrowie

Edukacja

Rozwój przedsiębiorczości i innowacje

Środowisko, energia i zmiany klimatu

Sprawiedliwość

Rozwój lokalny

Sprawy wewnętrzne

GRANDHOTEL TIFFI

Luksusowy, pięciogwiazdkowy GrandHotel Tiffi położony jest w samym sercu Iławy, nad Jeziorakiem, najdłuższym jeziorem w Polsce. Kucharze z Włoch i Tajlandii gwarantują niezapomniane wrażenia kulinarne i oryginalne potrawy, a prawdziwą perłą tego miejsca jest Tiffi Spa Dharma z terapeutkami z Tybetu, Indii i Bali, paletą zabiegów orientalnych i ajurwedyjskich. Trzypoziomowa strefa dla dzieci Tiffi Landia zapewni rozrywkę dla najmłodszych pod opieką zespołu animatorek. 1200m^2 strefy eventowo – konferencyjnej gwarantuje doskonałą obsługę konferencji i bankietów. Dojazd do Iławy ułatwia nowoczesny pociąg pendolino (1h40min z Warszawy, 55min z Gdańska).

Serdecznie zapraszamy.

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