



GUÍA DE POLONIA

INFORMACIÓN SOBRE POLONIA

Polonia está ubicada en Europa Central. Se cree que hace más de 100.000 ya estaba poblada por neandertales, porque recientemente un equipo de científicos polacos ha descubierto los restos óseos más antiguos de Polonia, en la cueva Ciemna, en Malopolska, son dos falanges de una mano de un niño neandertal que tienen más de 115.000 años de antigüedad.

La información que se tenían hasta entonces sobre la población de neandertales en Polonia, era de su existencia entre 50.000 y 40.000 años, pues en las excavaciones realizadas en la cueva Stajnia aparecieron tres dientes junto con herramientas de sílex y huesos de mamut.

En el siglo VII, en lo que es Polonia estaban asentados los eslavos y en centro Europa había varios reinos eslavos, hasta que el príncipe de Moravia, Mojmir I fundo la Gran Moravia, cuando se deshizo este imperio medieval de la Europa central se crea el ducado de Polonia, que fue la base para el futuro reino de Polonia.

En el siglo XI se corona el primer rey de Polonia Boleslao I el Bravo, a partir de esa época se construyeron más de 400 castillos, dejándonos varias edificaciones muy bonitas y consideradas de lo mejor de Polonia, de las cuales algunas todavía podemos disfrutar a día de hoy.

En 1795 el territorio polaco fue repartido entre Rusia, Prusia y Austria. Polonia volvió a ser un estado independiente tras la Primera Guerra Mundial, pero nuevamente en 1939 cuando la Segunda Guerra Mundial fue ocupada por Alemania y la Unión Soviética.

No es, hasta el año 1989 cuando Polonia consigue la restauración de sus libertades democráticas, creando la actual Republica de Polonia.

Actualmente tiene una población de más de 38,5 millones de personas y su idioma es el polaco, proviene de una lengua eslava.

Cada año va aumentando más el turismo en Polonia, es una buena fuente de divisas, en el 2016 más de 6 millones de turistas visitaron el país.

A pesar de pertenecer a la Unión Europea, **tiene su propia moneda el Zloty**, si vas a viajar a Polonia por libre te recomiendo que cambies muy poco dinero en el aeropuerto y en la ciudad compares los cambios, hay grandes diferencias de unas a otras casas de cambios.

Polonia con su capital en Varsovia y **sus universidades de Cracovia son de los lugares más demandados en becas Erasmus**, no te sorprendas si estás en un restaurante o café y escuchas hablar español a unos jóvenes.

Si sois de España y necesitáis información sobre Polonia, en Madrid hay una Oficina Turismo de Polonia, que se encuentra en la Calle Princesa, número 3 de Madrid. En otros países de habla hispana, podréis conseguir información en las embajadas o consulados de Polonia en vuestros respectivos países.

TRANSPORTE EN POLONIA

AVIÓN

Dentro del mapa turístico de Polonia nos encontramos con que tiene 14 ciudades con tráfico internacional conectadas a través de sus aeropuertos con el resto del mundo.

El mayor aeropuerto de Polonia es el aeropuerto de Chopin en Varsovia, seguido del de Cracovia, Aeropuerto de Cracovia-Balice Juan Pablo II y el tercero en importancia por tráfico es el de Gdansk, población ubicada en el Mar Báltico, Aeropuerto Gdańsk-Rębiechowo Lech Wałęsa. Estos dos aeropuertos de Cracovia y Gdansk tienen un tráfico de pasajeros bastante aproximados.

Con este mapa aeroportuario, el avión es una de las mejores opciones para hacer las visitas imprescindibles en Polonia sobre todo cuando vamos con pocos días, y que por lo general están muy bien conectados con la ciudad.

COCHE

Hasta hace bien poco, el conducir por las carreteras de Polonia era un suplicio, de hecho en el 2007 había 993 kilómetros de autopistas y vías rápidas, en el 2015 ya hay 3.041 kilómetros, así era que ibas por el alguna parte del país y veías obras por todas partes.

Las imágenes de Polonia con aquellas comunicaciones distan mucho a las de hoy y lo que les falta, pues tienen un programa nacional para entre los años 2014 y 2023 construir unos 3.900 kilómetros de autopistas y vías rápidas.

Por lo tanto, a día de hoy ya es una buena opción el ver que ciudades puedes visitar en Polonia con estas buenas comunicaciones.

TREN

La principal compañía de ferrocarril de pasajeros y carga en Polonia es la **PKP** (Ferrocarriles Nacionales Polacos), www.pkp.pl/en.

Para viajar en Polonia dadas las distancias entre ciudades dentro del país, una buena opción por no decir la mejor es el tren, la mayoría de las estaciones están ubicadas en el centro de la ciudad, lo que nos lo hace más fácil a los turistas a la hora de desplazarnos.

Un consejo, tener anotado como se llaman las estaciones de tren a donde os queréis desplazar, es importante a la hora de comprar los billetes en la taquilla o bien por web.

Personalmente tuve un percance en Cracovia, la señora que atendía la taquilla de venta billetes me dice que solamente habla polaco.

Pero el día de partir, ya había personal que hablaba perfectamente inglés. Con esos problemas recuerdo que tuve la suerte de encontrar en la red un viaje a Polonia en un blog, en el cual tenía colgado las estaciones de tren y guía de Polonia en pdf gratis que me descargue.

La estación del centro de Cracovia es Kraków Główny, la estación central de Varsovia es Warszawa Centralna, la estación central de Gdansk es Gdańsk Główny, queda cerca del centro hay que caminar un poco. Si ponéis en la web solamente Kraków, Warszawa o Gdansk os salen un montón de estaciones.

En cuanto a los trenes hay cuatro categorías de tren PKP Intercity, los EIP (Express InterCity Premium) Pendolinos de alta velocidad, pero limitada a 200 km/h, los EIC(Express InterCity) limitada a 160 km/h, los IC Intercity son trenes exprés y los TLK (Your Railway Lines) también son trenes exprés más económicos.

Los trenes de alta velocidad tienen un vagón restaurante o un área de café, el tiempo del tren EIP entre Cracovia y Varsovia es de 2h20m.

Cuidado, si compras un billete de estudiante, te puedes encontrar con un problema, el revisor del tren te puede decir que es solo para los estudiantes que actualmente están estudiando en Polonia, a nuestro lado unos turistas tuvieron que comprar un nuevo billete.

AUTOBÚS

Polonia también cuenta con unos buenos medios de transporte por carretera, desempeñando un papel importante entre las ciudades, dentro y fuera del país para el traslado de personas y mercancías, algo fundamental en el desarrollo de cualquier país.

Una vez que ya tienes decidido que hacer en Polonia y según los días que tienes para visitar los lugares previstos, esta es una buena y económica opción de viajar.

Las compañías de autobuses que operan en Polonia, con destinos dentro y fuera del país son:

- **FlixBus**
- **Sinbad**
- **Eurolines**
- **Infobus**
- **Agat**
- **Becker Reisen**
- **East West Eurolines**
- **Eurolines Madeltrans**

- **Polski bus.** Esta compañía la compro Flixbus, pongo esto porque muchos la buscan sin tener conocimiento de ello.

GASTRONOMÍA DE POLONIA

Se cree, que el origen de la cocina polaca se remonta a la época de cuando en centro Europa estaban asentados los eslavos.

Los polacos suelen ir a establecimientos de restauración un promedio 3,2 veces al mes, gastando un promedio de 94 PLN por mes en comidas.

Algunos de los platos que os encontrareis en Polonia son:

Sopas (zupa)

- **Sopa de champiñones.** Una simple de crema de champiñones con estragón o albahaca.
- **Sopa de col,** con patatas nuevas, salchicha rural y al final se le añade eneldo (es una hierba muy aromática, de sabor dulzón, fresco y anisado)
- También te encontraras: **barszcz** (sopa de remolacha), sopa de cebada, sopa de pollo, sopa de tomate, sopa de pepino o de guisantes.

kołduny en una especie de empanadilla hervida, rellena de carne para acompañar estas sopas.

Goulash de cerdo, es un goulash con una parte del cerdo como es el jamón fresco, añadiendo al guiso zanahorias, panceta y champiñones, regado con cerveza.

Goulash húngaro, es un goulash de cerdo aromático, sazonado con gran cantidad de pimentón, añadiendo al guiso zanahorias, champiñones y pimientos.

Bigos, trozos de carne y salchichas acompañado de chucrut.

Chucrut. Se prepara con col blanca cortada en tiras finas y se pone a fermentar con vinagre y especias, se suele tomar acompañada de carne.

Salchicha blanca al horno con cebolla, tocino y mostaza francesa. Acompañado de rábano picante y / o pepino en vinagre.

Pierogi, son empanadillas rellenas, su relleno depende del tipo de plato.

Golonka, codillo de cerdo que preparan por lo general asado o a la parrilla.

Klopsiki o Pulpety, en realidad no se la diferencia entre unas y otras, por más que pregunte, no llegue a entender cuál es la diferencia real. Son albóndigas de carne por lo general se acompañan con patatas, en alguna ocasión te puedes encontrar con que a las patatas le han echado una mermelada por encima

LUGARES PARA VISITAR EN POLONIA

Si vas a Polonia de turismo tienes que visitar algún castillo, en su época hubo más de 400 castillos en Polonia, de los cuales la mayoría ni existe o están en ruina total, pero algunos son verdaderas joyas como:

Castillo teutónico en malbork, Castillo de moszna, Castillo de Czocha, Castillo de Książ en Wałbrzych, Castillo en Niedzica, Castillo real de Będzin, Castillo en Gołuchów, Castillo en Krasiczyn, Castillo de Ogródzieniec en Podzamcze, Castillo de Pieskowa Skała, entre otros.

Algo inolvidable, que si vas a Polonia de turismo tienes que ver son Bisontes en libertad. El

Parque Nacional Białowieski, es uno de los parques más antiguos de Europa y se encuentra entre Polonia y Bielorrusia. En este parque existe la mayor población del mundo de bisontes europeos.

Otra de las cosas que ver en Polonia, son sin duda sus pueblos y ciudades, como:

VARSOVIA.

Desde el año 1596 es la capital de Polonia y la mayor ciudad, tiene más de 1,7 millones de habitantes.

Conserva un importante patrimonio histórico y cultural, que podemos ver por nuestra cuenta, el centro histórico de Varsovia fue declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en el año 1980. Es la parte más antigua de la ciudad y también es la principal atracción turística en la que podemos ver entre otros, la Sirena de Varsovia, la Barbacana o Warsaw Barbican, la Columna de Segismundo III y el Castillo Real (Zamek Królewski w Warszawie).

Otros monumentos importantes de Varsovia que vienen en cualquier guía turística de Polonia son: Palacio de Lazienki, Palacio de Wilanów, Palacio de la Cultura y la Ciencia, Palacio Staszic, Teatro Nacional, Iglesia de la Sagrada Cruz, Museo Chopin, Museo POLIN, Cementerio Judío, Museo del Alzamiento de Varsovia, Skaryszewski Park y Ujazdów Park.

CRACOVIA.

Antigua capital de Polonia y actualmente capital de la provincia Pequeña Polonia, tiene más de 750 mil habitantes y es la segunda ciudad más poblada del País.

El centro histórico de Cracovia fue declarado por la UNESCO, Patrimonio de la Humanidad en el año 1978.

Podemos ver por nuestra cuenta el importante patrimonio histórico y cultural que tiene, el Castillo y Catedral de Wawel, Plaza del Mercado (Rynek Główny) y Lonja de los Paños, Basílica de Santa María, la Barbacana de Cracovia, la Fábrica de Schindler, el Gueto Judío, el Museo Nacional y el Museo Czartoryski.

WIELICZKA.

Localidad situada a unos 10 km de Cracovia, con algo más de 19 mil habitantes, los turistas prácticamente solo van a visitar las **Minas de Sal de Wieliczka**.

OŚWIĘCIM.

Situado a unos 70 km de Cracovia, esta ciudad cuyo nombre en alemán es Auschwitz, tiene una población de unos 43 mil habitantes, los turistas prácticamente solo van a visitar **los campos de concentración Auschwitz y Birkenau**, construidos por los alemanes tras la ocupación en 1940.

ŁÓDŹ

Es la tercera mayor ciudad de Polonia con más de 750 mil habitantes. Está en el centro de Polonia y en los siglos XIX y XX, fue el centro más grande de la industria textil en el país. Por este motivo se ha creado el Museo Central de Textiles en Lodz www.muzeumwlokiennictwa.pl.

Otros monumentos arquitectónicos que ver en Lodz: Lodz Cathedral, la Catedral Alexander Nevsky, Iglesia de San Mateusz, Palacio de Karol Poznański. Algunos museos interesantes que podemos ver: Museo del Palacio Herbst, Museo de la ciudad de Lodz, Museo de Arte.

Piotrkowska Street, es una de las calles más larga de Europa. Manufactura en Lodz, es el mayor centro de cultura, entretenimiento y comercio de Polonia <https://en.manufaktura.com/>

BRESLAVIA (WROCLAW).

Capital de la Baja Silesia, es la cuarta ciudad más grande de Polonia, su población cuenta con más de 600 mil de habitantes.

Dicen que Breslavia es la «**Venecia del este de Europa**», por tener 12 islas conectadas con más de 100 puentes. En el año 2016 fue nombrada Capital de la Cultura Europea y es un destino ideal para pasar unos días.

La Plaza Mayor de Breslavia o Rynek Wrocław, es uno de los mayores mercados antiguos, la segunda del país, en ella hay 60 casas entre ellas el Ayuntamiento de Breslavia.

Otros monumentos que ver en Wrocław son: la catedral de San Juan el Bautista, iglesia de la Santa Cruz.

POZNAŃ

Es la capital de Gran Polonia y quinta mayor ciudad, con más de 560 mil habitantes. Es conocida por sus universidades, tiene 8 universidades públicas y 18 privadas, así como por sus edificaciones en el casco antiguo la hacen única.

Estos son algunos de los Museos y monumentos que ver en Poznań: el Ayuntamiento de Poznań es la sede del Museo de Historia de la Ciudad de Poznań, la Catedral de San Pedro y San Pablo, la Academia Lubrański, Biblioteca Raczyński, Ex colegio jesuita, Museo del Levantamiento de Wielkopolska, Castillo imperial y (antiguo) distrito del castillo, Castillo real, Museo Arqueológico (Palacio Górka), Museo Arquidiocesano – La Academia Lubrański, Museo Etnográfico, Sucursal del Museo Nacional, Museo de la farmacia.

También puedes visitar el Subterráneo de la Catedral o el Refugio antinuclear de la ciudad de Poznań.

GDANSK

Es la sexta mayor ciudad de Polonia con más de 570 mil habitantes, siendo la mayor ciudad portuaria de este país y una de las ciudades más importantes y turísticas de Polonia.

En esta ciudad se encuentra el famoso astillero donde se fundó el sindicato Solidaridad

Otros monumentos y museos que ver en Gdansk: Ayuntamiento principal en Gdansk, Calle Długa, Monumento al rey Jan III Sobieski en Gdansk, Fontanna Neptuna w Gdańsku, la Corte de Artus (artus court), Palacio de Schumannów, Basílica de Santa María,

Iglesia de San Nicolás (Kościół św. Mikołaja), Catedral de Oliwa, Museo Nacional de Gdansk, Museo Marítimo Nacional de Gdansk, Museo de la Segunda Guerra mundial, etc...

FIESTAS EN POLONIA

Esto te puede interesar, si va a Polonia de turismo tienes que ver los días festivos, pues te puede afectar a la hora visitar museos o monumentos en Polonia.

DÍAS FESTIVOS

1 de enero – Año Nuevo

Marzo o abril – Domingo de Pascua (el día depende del año)

Marzo o abril – Lunes Semana Santa (el día depende del año)

1 de mayo – Día del Trabajo

3 de mayo – Día de la Constitución

20 de mayo – Pentecostés de Pentecostés

mayo o junio – Corpus Christi (el día depende del año)

15 de agosto – Asunción de la Santísima Virgen María

1 de noviembre – Todos los Santos

11 de noviembre – Día de la Independencia

25 de diciembre – Primer día de Navidad

26 de diciembre – Segundo día de Navidad