

Polen Informationen

Ärztliche Versorgung

Die ärztliche und zahnärztliche Versorgung ist gut, das Angebot an Apotheken ebenfalls. Da Spezialarzneimittel oft erst bestellt werden müssen, sollte man diese von zu Hause mitnehmen. Zur Behandlung im Krankheitsfall benötigt man die Europäische Krankenversicherungskarte (erhältlich bei der eigenen Krankenkasse). Wer für eine Behandlung nach Polen reist, die auch in Deutschland zuerst von der Kasse genehmigt werden muss (z.B. Kur, Zahnbehandlung), sollte vorher auf jeden Fall mit seiner Kasse die Bedingungen der Kostenübernahme klären.

Baden

Die Wasserqualität der Ostsee und der meisten Seen sind gut. Offizielle Badestellen sind mit Bojen gekennzeichnet und werden von Rettungsschwimmern bewacht. Es gibt in Polen nur wenige ausgewiesene Nacktbadestellen. An belebten Stränden sollte man mit Rücksicht auf die übrigen Besucher Badekleidung tragen.

Behinderte

Zwar sind immer mehr öffentliche Gebäude und Hotels in Polen behindertengerecht eingerichtet, doch die Reise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist oft problematisch. Informationen über behindertengerechte Reisen in Polen gibt es bei dem Verein: Integracja ul. Dzielna 1 00-162 Warszawa Tel.: 0048/22/6 35 13 30, Fax: 6 35 11 82 www.integracja.org (engl.)

Einkaufen

Supermärkte in Städten und Touristenzentren haben oft werktags von 6 bis 22 Uhr und an den Wochenenden bis 13 Uhr geöffnet, in manchen großen Einkaufszentren kann man rund um die Uhr shoppen. Kaufhäuser öffnen in der Regel werktags von 9 bis 20 Uhr. Souvenirläden sind meist werktags von 9 bis 19 Uhr offen. Einkaufsmärkte an der Grenze zu Deutschland haben ganzjährig geöffnet; in der Regel beginnt der Verkauf täglich ab 8 Uhr. Märkte mit frischem Obst und Gemüse beginnen in den Großstädten oft schon um 6 Uhr früh und werden vor Mittag bereits abgebaut.

Einreise

Zur Einreise ist für EU-Bürger ein gültiger Personalausweis erforderlich. Personen unter 16 Jahren benötigen einen Kinderausweis mit Lichtbild oder einen Eintrag im Pass der Eltern. Bei Aufenthalten, die länger als 90 Tage pro Halbjahr dauern, benötigen EU-Bürger eine befristete Aufenthaltsgenehmigung, die bei dem für den Aufenthalt zuständigen Woiwodschaftsamt beantragt werden muss.

Essen und Trinken

Verglichen mit Deutschland sind die Preise in den polnischen Cafés und Restaurants in der Regel günstiger. In Städten und Ferientzentren ist das Angebot sehr vielfältig. Dort sind Speisekarten häufig auch mehrsprachig. Sehr preiswertes Essen bieten in größeren Städten die Milchbars, Bar Mleczny. Trinkgelder sollten bei etwa zehn Prozent der Rechnungssumme liegen. Die Öffnungszeiten von Restaurants und Cafés sind ähnlich wie in Deutschland.

Feiertage in Polen

In Polen gibt es 2007 folgende nationale Feiertage: 01. Januar (Neujahr) • 06./09. April (Ostern) • 01. Mai (Tag der Arbeit) • 03. Mai (Tag der Verfassung) • 07. Juni (Fronleichnam) • 15. Aug. (Mariä Himmelfahrt) • 01. Nov. (Allerheiligen) • 11. Nov. (Unabhängigkeitstag) • 25./26. Dez. (Weihnachten)

Geld

Die polnische Währung ist der Zloty. Ein Zloty entspricht 100 Groszy. Es gibt Münzen zu 1, 2, 5, 10, 20, 50 Groszy sowie 1, 2 und 5 Zloty, ferner Banknoten zu 10, 20, 50, 100 und 200 Zloty. Reisende können bei Banken, in Wechselstuben (Kantor) sowie in größeren Hotels und Reisebüros Geld wechseln. Banken haben in der Regel montags bis freitags von 7.30 bis 17 Uhr und samstags von 7.30 bis 14 Uhr geöffnet. Dort kann auch mit Kreditkarten Geld gewechselt werden. Es gibt flächendeckend Geldautomaten, die ec-Karten akzeptieren und auch in deutscher oder englischer Sprache zu bedienen sind. Dort können je nach Bank bis zu 2000 Zloty gezogen werden. Der Gegenwert wird zum aktuellen Kurs dem eigenen Konto belastet, die Hausbank verlangt eine Gebühr von ca. fünf Euro. Gängige Kreditkarten werden in den meisten Hotels, vielen Restaurants und Geschäften akzeptiert. Der Zloty ist frei konvertierbar, der Wechselkurs ändert sich. Der Stand im Januar 2006: 100 Zloty ca. 26 Euro • 1 Euro ca. 3,80 Zloty

Internet

Viele touristische Unternehmen und Einrichtungen haben neben der polnischen auch eine englisch- oder deutschsprachige Website. Wer auch im Urlaub im Internet surfen möchte, findet in den größeren Städten und in vielen Ferienorten preiswerte Internetcafés (ca. 1 Euro pro Stunde). Auch viele gute Hotels bieten Internetanschluss auf dem Zimmer.

Klima

Das Klima in Polen entspricht in etwa dem in Deutschland. Im Winter können jedoch die Temperaturen im Nordosten des Landes gelegentlich bis unter 30 Grad minus fallen. Aktuelle Wetterinformationen im Internet auf deutsch unter: www.wetteronline.de/europa www.donnerwetter.de

Notruf

Für Touristen in Polen ist in der Hauptreisezeit vom 2. Juni bis 2. Oktober wieder ein telefonischer Notruf in deutscher Sprache vorgesehen. Täglich zwischen 8 und 20 Uhr sollen deutschsprachige Hilfskräfte in dringenden Fällen telefonisch mit Rat zur Verfügung stehen, z.B. bei Unfällen, Diebstählen oder Problemen mit der Polizei. Die Notrufnummer ist landesweit gebührenfrei von jedem Festnetzanschluss unter folgender Nummer erreichbar: 0800-200 300. Vom eigenen Handy aus kann der Notruf unter folgender Nummer erreicht werden: 0048-22-601 55 55 (Hierbei fallen die üblichen Verbindungskosten für Auslandsgespräche an). Die Notrufnummern sind landesweit gleich und kostenlos von den öffentlichen Telefonzellen anzuwählen: Notruf: 112 Polizei: 997 Feuerwehr: 998 Rettungsdienst: 999 Pannendienst: 981

Post

Postämter sind in der Regel Mo bis Sa von 8 bis 20 Uhr geöffnet, einige Ämter in großen Städten haben rund um die Uhr offen. Sie verfügen über Kartentelefone und verkaufen Telefonkarten. Eine Postkarte nach Deutschland und ein Standardbrief kosten jeweils 2,40 Zloty. Ein Brief mit Priorität (Poste Prioritaire) kostet 3,00 Zloty.

Presse, Fernsehen

Deutsche Presse ist in den großen Hotels, in Bahnhöfen und auf Flughäfen sowie in den EMPIK-Geschäften erhältlich. Viele Hotels bringen per Satellitenschüssel auch deutsche Fernsehsender aufs Zimmer.

Strom

Die Netzspannung beträgt 230 Volt, die Steckdosen entsprechen der Euro-Norm.

Taxi

Taxifahrten sind in Polen vergleichsweise preiswert. Von Stadt zu Stadt, aber auch zwischen einzelnen Taxiunternehmen sind die Tarife unterschiedlich. Es gibt einige schwarze Schafe, die überhöhte Preise verlangen. Unbedingt darauf achten, dass die Preise an der Beifahrerseite ausgehängt sind. Preise vergleichen. Als seriös gelten „Radio-Taxis“, die üblicherweise per Telefon bestellt werden und über dem Dach die jeweilige Funknummer der Zentrale deutlich sichtbar aufgeführt haben.

Telefon

Die Telefonauskunft hat landesweit folgende Nummern: 913 für das Ortsnetz 912 für Fernverbindungen Für öffentliche Telefonzellen sind Telefonkarten mit 25, 50 oder 100 Einheiten in Postämtern, bei Tankstellen sowie in vielen Hotels und Kiosken erhältlich. Es gibt zur Zeit sowohl Karten mit Magnetstreifen als auch mit Chip, die nur in den jeweils dafür vorgesehenen Telefonen genutzt werden können. Deutsche Mobiltelefone für D- und E-Netze können in Polen nahezu flächendeckend genutzt werden. Für die Verbindungen von Deutschland nach Polen lautet die Landesvorwahl: 0048. Von Polen nach Deutschland muss die Landesvorwahl 0049 gewählt werden.

Toiletten

Gelegentlich sind öffentliche Toiletten mit einem Kreis für Damen und einem Dreieck für Herren gekennzeichnet. Für die meisten öffentlichen Toiletten, auch in Restaurants, ist eine kleine Gebühr (ca. 1-2 Zloty) zu zahlen.

Visum

EU-Bürger benötigen bei der Einreise nach Polen und bei Aufenthalten bis zu drei Monaten kein Visum. Diese Regelung gilt auch für Bürger der USA, zahlreicher lateinamerikanischer und einiger anderer Länder. Die Staatsbürger anderer Länder, darunter auch Russland, Weißrussland und der Ukraine, unterliegen der Visumpflicht. Sofern letztere über einen Aufenthaltstitel für Deutschland oder ein Schengenvisum verfügen, ist der Transit durch Polen visumfrei. Visumpflichtige Personen müssen sich ein Visum vor der Abreise nach Polen besorgen. Die Bearbeitung kann je nach Art und nach der Staatsangehörigkeit des Antragstellers bis zu 14 Tage dauern. Antragsteller für ein Visum benötigen:

- gültigen Reisepass (mindestens sechs Monate länger als die Aufenthaltsdauer),
- vollständig und leserlich ausgefüllten Visumsantrag,
- eine Aufenthaltserlaubnis für Deutschland, die mindestens sechs Monate über die geplante Aufenthaltsdauer in Polen hinaus gültig ist,
- komplette Adressen der zu besuchenden Personen bzw. Institutionen in Polen.

Zollvorschriften

Seit dem 1. Mai 2004 gibt es keine Zollkontrolle an der deutsch-polnischen Grenze mehr. Für die Ein- und Ausfuhr von Waren gelten die EU-Bestimmungen. Da Polen bis 2008 deutlich günstigere Steuersätze bei Tabakwaren haben wird, ist die zollfreie Einfuhr von Zigaretten wie bisher auf 200 Stück pro Person über 18 Jahren beschränkt. Die Ausfuhr von Kunstwerken, Antiquitäten, Büchern und Gegenständen, die vor dem 9. Mai 1945 hergestellt wurden, ist nur mit Genehmigung des Denkmalkonservators der jeweiligen Woiwodschaft bzw. der Nationalbibliothek in Warszawa möglich.