

SÖNDAG

20 november 2022
Grundad 1878 • Pris 30 kr



SÖDRA DALARNES TIDNING

Mejl: tipsa@sodran.se Telefon: 0225-59 54 00

Senaste nytt från södra Dalarna hittar du dygnet runt på sodran.se



3 **Söndag**

Amerikansk
president 80

5 **Vetenskap**

Första familjen
neandertalare



15 **Söndag**

Därför gillar
vissa beskt

10-11 **Kultur**

Svängigt
på museer



16 **Sport**



Leksandsspelarna deppar efter förlusten.

FOTO: DANIEL ERIKSSON/BILDBYRÅN

8-9 **Livsmedel**

Allt fler villiga
att betala för
gammal mat



14 **Resor**

Historia, mat
och spa vid
polska rivieran



Nyfiken på ett resmål fyllt av historiska sevärdheter, lyxiga spa-behandlingar och kulinariska överraskningar? Till en prisnivå en bra bit under den svenska? Häng med till Trestadsregionen!



Gamla stan i Gdansk med dess restauranger, pubar, hotell och souveniraffärer är mysig att strosa runt i. Längs kajerna ligger båtar och skepp redo att ta med turister på en tur på Motlawas kanaler.

FOTO: SUZANNE BJÖRKLUND

Guldkorn vid Polens riviera

RESOR Trestadsregionen kallas de sammanlänkade städerna Gdansk, Sopot och Gdynia i västra Pommern, där jag nyligen upplevde en fullmatad weekend.

I Gdansks vackra historiska kvarter står pastellfärgade Hansahus och tidigare spannmålsmagasin i täta rader längs kajerna utmed Motlawafloren.

Vid det långsträckta torget Długi Targ, som kantas av många barer och restauranger, tronar även den pampiga Mariakyrkan från 1300-talet i rött tegel.

Strax utanför den gamla stadsmurens portar ligger det nyöppnade Amber Museum med en intressant samling av Östersjöns guld – bärnsten. I varvsområdet, en gång Gdansks viktigaste nav, finns en viktig pusselbit i stadens, ja hela landets,



För dig som gillar söta bakverk är Polen ett himmelrike. Här finns en tradition av duktiga finbagare och polackerna älskar att gå på konditori.

historia: ESC-European Solidarity Center.

Inne i den rostfärgade, eleganta byggnad som tidigare hette Leninvarvet bjuds man på en både lärorik och gripande utställning om fackföreningen Solidarietets kamp som ledde till kommunismens fall.

Mat

Den kulinariska nivån överraskar och det polska kökets smaker påminner en del om våra nordiska. Här äter man både gott och rikligt, även på restauranger med internationella menyer.

Den lokala mikrobryggda ölen smakar gott medan

den berömda lokala likören Goldwasser, infuserad med kryddor, örter och flagor av 23 k guld, kanske mer är en gimmick.

Testa Kubicki Restaurant, den äldsta krogen i Gdansk, för genuina polska rätter som piroger, svampsoppa och hälleflundra. Polski Smaki på Sheraton Hotel i Sopot serverar även de rustikt polskt kök och läckra desserter.

Spa

Sopot är Polens mest kända kurort belägen mellan Gdansk och Gdynia och fyllt av vackra sekelskifteshus. Här finns mängder av prisvärda spa-anläggningar; från de medicinskt inriktade till de mer lyxiga, som exempelvis Prana SPA på boutiquehotellet Rezydent Hotel. Den jasmindoftande signaturmässagen tog mig

bokstavligen till himlen och tillbaka!

I Gdynia, någon mil västerut, erbjuder det exklusiva boutiquehotellet Quadrille Hotel & Spa high-tech behandlingar och sköna relaxytor. Efter spabehandlingen med finmald bärnsten i såväl skrubb, oljemassage och kroppspuder blev min hud len som en bebis.

Hotellens vackra salonger och rum är inredda i en lekfull stilmix. Det moderna Notera Hotel SPA, beläget vid den natursköna nationalparken Bory Tucholskie, är också perfekt för en avkopplande vistelse. Floating i en saltmättad flyttank är en quickfix för den stressade och kan testas på Five Senses i Gdansk.

Resahit: Flyg Stockholm/Malmö-Gdansk med Wizz Air. Färja Karlskrona-Gdynia, Nynäshamn-Gdansk.

Bo: Fräscha Grano Hotel med bra läge i Gdansk gamla stan, har även de ett prisvärt SPA.

Läs mer: pomorskie-prestige.eu/en



Suzanne Björklund

Suzanne har jobbat i resebranschen i drygt 30 år. Nu driver hon bloggen @misstripadviser.com.