

Mardi 7 juillet 2026 (J₁)

Des Tatras à la Baltique

POLISH AIRLINES



Vol régulier LO332
BOEING 737 MAX
PARIS CDG : 10h45 / VARSOVIE : 12h45
1400 km

Paris / Varsovie

©-Pierre-Yves DENIZOT / 2026 - <http://pierre Yvesdenizot.fr/>



35 km

LE PROGRAMME DU JOUR (sous réserve de modification) :

Rendez-vous à l'aéroport selon les horaires mentionnés sur votre convocation et envol pour la Pologne. À l'arrivée, tour panoramique de la capitale polonaise puis visite guidée du centre-ville : vieille ville, place du Marché, cathédrale Saint-Jean.

Le dicton du jour : *Un invité dans la maison, c'est Dieu dans la maison.*

→ Ce vieil adage confirme l'importance sacrée de l'hospitalité en Pologne.

Une petite comparaisons entre la France et la Pologne

Domaine	France	Pologne
Superficie	~551 000 km ² (métropole)	~313 000 km ²
Population (2025-2026)	~68 millions	~37 millions
Densité	~123 hab./km ²	~120 hab./km ²
Capitale	Paris	Varsovie
Régime politique	République semi-présidentielle	République parlementaire
Chef de l'État	Président de la République	Président de la République
Entrée dans l'UE	Membre fondateur (1957)	2004
Entrée dans l'OTAN	1949 (fondateur)	1999
PIB nominal	~3 200 Md \$	~900 Md \$
PIB par habitant	~46 000 \$	~24 000-25 000 \$
Croissance récente	Faible à modérée	Plus dynamique depuis 20 ans
Dette publique	Très élevée (~110 % du PIB)	Plus modérée (~50-55 % du PIB)
Chômage	~7-8 %	~3-5 %
Salaire moyen net	Plus élevé	Plus faible mais en forte hausse
Coût de la vie	Élevé, surtout à Paris	Plus bas, mais rattrapage rapide

Espérance de vie	~82 ans	~78 ans
Fécondité	~1,6 enfant/femme	~1,2-1,3 enfant/femme
Vieillesse	Important	Très important et rapide
Immigration	Forte immigration historique	Immigration longtemps faible, en hausse récente
Émigration	Limitée	Forte émigration après 2004 vers Europe occidentale
Religion dominante	Tradition catholique mais forte sécularisation	Catholicisme très influent socialement
Pratique religieuse	Faible	Encore significative
Structure familiale	Individualisation marquée	Attachement plus traditionnel à la famille
Mariage / natalité	Mariage en recul	Recul aussi, mais modèle familial plus conservateur
Industrie dominante	Aéronautique, luxe, nucléaire, agroalimentaire	Automobile, électronique, chimie, ameublement
Énergie	Forte dépendance au nucléaire	Longtemps dépendante du charbon
Exportations phares	Luxe, avions, pharmacie, vins	Machines, pièces automobiles, électroménager
Syndicalisme historique	Tradition sociale forte	Rôle majeur de Solidarność dans la chute du bloc soviétique

La Pologne, pays en pleine mutation



compliqué de trouver un emploi. Il y avait beaucoup de travail au noir. Maintenant, tu gagnes beaucoup mieux ta vie, et tu as plein de possibilités. Tu peux même lancer ton business", explique-t-il. Il gagne aujourd'hui l'équivalent de 2.000 euros par mois, un peu

Après un long séjour en France, Andrzej est rentré vivre dans sa ville d'Ostroleka, en Pologne, il y a deux ans. "Ça fait du bien d'être de retour, de retrouver les choses comme avant, la famille, son père, sa mère", se réjouit-il dans le reportage du 20H de TF1. Andrzej avait décidé de quitter son pays en 2009, lorsque la Pologne, pauvre, rurale, et assommée par les ravages sociaux des réformes post-communistes, connaissait le chômage de masse. Il est alors venu travailler en France pour mieux gagner sa vie, comme des milliers de ses compatriotes. Pendant 15 ans, Andrzej rénove les cours et les allées de dizaines de maisons dans la Sarthe. Il y rencontre sa femme, française, avec laquelle il fonde une famille, avant de faire le chemin inverse. "Ça a beaucoup changé. Avant ici, c'était très



ARTS ET VIE
VOYAGES CULTURELS



ATTENTION : aujourd'hui, votre déjeuner n'est pas compris !



plus que ce qu'il touchait en France. Un écart d'autant plus appréciable qu'ici, la vie est bien moins chère. *"À la fin du mois, tu ne vas pas dire : 'je fais comment mes courses ? Si je n'ai plus trop d'argent sur mon compte, je fais comment ?' Là, il n'y a pas ce problème. Alors qu'en France, même en travaillant à deux, c'était compliqué"*, souligne son épouse, Sabrina. Comme Andrzej, de nombreux Polonais rentrent au pays chaque année : 100.000 rien qu'en 2025. Leur retour marque la fin du mythe du "plombier polonais". Souvenez-vous, en 2004, la Pologne intègre l'Union européenne. En France, beaucoup redoutent l'arrivée massive de travailleurs détachés, prêts à accepter des salaires bien plus bas. À l'époque, la Pologne va jusqu'à lancer une grande campagne de communication autour d'un faux plombier polonais, incarné par un mannequin, Piotr Adamski, pour rassurer la France. Notre équipe l'a retrouvé. *"Ce qu'on voulait faire passer comme message aux Français, c'était : 'n'ayez pas peur, je ne vais pas venir vous voler votre travail'. C'était aussi une façon de les inviter à découvrir notre beau pays"*, dit-il. Depuis, la Pologne s'est métamorphosée, aidée par les 175 milliards d'euros de subventions versées par l'Europe. Au point même de devenir l'un des pays les plus dynamiques du continent. *"Industrie solide, infrastructures modernes, faible taux de chômage... Rien ne semble plus arrêter la Pologne qui a enregistré en 2025 la deuxième plus forte croissance du continent européen, loin devant la France ou l'Allemagne"*, indique le journaliste de TF1 Francesco Depaquit. Le symbole de cette transformation est Varsovie, sa capitale. Elle séduit les investisseurs et sociétés étrangères, attirés par ses quartiers d'affaires flambant neufs et une fiscalité avantageuse. Même les entreprises françaises s'y installent, comme Webellian, spécialisée dans le conseil en informatique. Voici ce qui l'a notamment convaincu : *"On a vraiment des excellents ingénieurs qui sont toujours dans les top 3, 4, 5 mondiaux, quels que soient les classements. Et donc on sait que l'ingénierie polonaise est reconnue internationalement, notamment par les grands groupes qui font appel à nos services"*, assure son fondateur, Aurélien Deleusièrre. Au-delà même des métiers les plus qualifiés, c'est tout le marché de l'emploi polonais qui attire aujourd'hui, notamment les jeunes. Preuve en est, les enfants de la génération des "plombiers polonais", nés en Pologne mais ayant grandi en France, rentrent eux aussi au pays pour y travailler. À l'image de ces deux amis, âgés de 24 ans. *"Le coût de la vie, les taxes qui sont inférieures, le mode de vie, l'exonération des impôts pour les gens de moins de 26 ans, des facilités pour avoir des crédits pour les Polonais qui reviennent. Il y a beaucoup d'avantages qu'on ne retrouve pas en France"*, arguent-ils. Leurs parents respectifs, restés en France, ne comprennent pas leur choix et peinent à croire que le pays a autant changé : *"Pour eux, c'est une énorme surprise. Ils avaient encore cette image-là, où il fallait travailler dur, avec des métiers manuels. Il fallait se lever tôt, à 6 heures du matin, aller à l'usine, ce n'est plus du tout le cas"*. Une évolution qui se constate également au niveau des revenus. Aujourd'hui, le salaire moyen mensuel en Pologne dépasse les 2.100 euros. En 15 ans, il a été multiplié par trois.

<https://www.tf1info.fr/international/>

La cuisine polonaise (1/5)

La cuisine polonaise est généreuse, rustique, souvent très réconfortante, avec des influences slaves, allemandes, juives, lituaniennes et austro-hongroises. On y trouve beaucoup de choux, de pommes de terre, de champignons, de betteraves, de viandes fumées, de soupes et de produits fermentés. Ici se déploie un univers sensoriel où chaque plat raconte une histoire intime, presque une galaxie culinaire guidée par les saisons, les traditions et les gestes hérités. Ses saveurs puisent dans les jardins, les vergers et les forêts, où pommes, prunes, myrtilles, fraises des bois ou champignons façonnent un répertoire riche, nourri du terroir et d'une fusion de saveurs, de cultures et d'inspirations - juives, lituaniennes, allemandes, italiennes - visible dans chaque région. Au cœur de cette table généreuse brillent les **pierogi**, véritables emblèmes nationaux, façonnés à la main et farcis de fromage, de chou et de champignons, ou encore de myrtilles éclatantes cueillies en forêt. On les sert rissolés au beurre, ornés d'oignons dorés ou de lardons. Autre incontournable, le **żurek**, soupe aigre préparée grâce à un levain de seigle fermenté, parfumé d'ail et de marjolaine, où nagent pommes de terre, œufs durs et saucisse. Ces techniques de fermentation, encore vivaces, témoignent de savoir-faire anciens, autrefois essentiels pour conserver les aliments.



3 anecdotes sur la ville de Varsovie



1. La ville phénix et sa reconstruction millimétrée : pendant la Seconde Guerre mondiale, Varsovie a été détruite à plus de 84 %. Pour reconstruire la Vieille Ville (*Stare Miasto*) à l'identique après la guerre, les architectes et les habitants se sont appuyés sur des sources incroyables : les paysages urbains ultra-détaillés peints au XVIIIe siècle par l'artiste italien **Bernardo Bellotto** (dit Canaletto). Grâce à la précision de ses toiles, la place du marché et les façades colorées ont pu renaître de leurs cendres. Cet effort de reconstruction unique a valu au centre historique d'être inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO.

2. Le cœur caché de Frédéric Chopin : le célèbre compositeur et pianiste Frédéric Chopin est né en Pologne mais a passé la seconde moitié de sa vie en France, où il est mort. Profondément attaché à sa patrie, sa dernière volonté était que son cœur y soit ramené. Sa sœur, Ludwika, a donc passé la frontière en contrebande, cachant le cœur du compositeur dans un bocal de cognac sous ses jupes. Aujourd'hui, le cœur de Chopin

repose scellé dans un pilier de l'église de la Sainte-Croix.

3. La Sirène armée, protectrice de la ville : l'emblème de Varsovie, que l'on retrouve sur ses armoiries et sous forme de statues (notamment sur la place du Marché), est une sirène (*Syrenka*). Contrairement aux sirènes contes de fées traditionnels, celle de Varsovie est une guerrière : elle brandit une épée et un bouclier. La légende raconte qu'après avoir été libérée par des pêcheurs locaux d'un riche marchand qui l'avait capturée, elle jura de protéger la ville et ses habitants en cas de danger.

