

POZNAJ TAJLANDIE

*Praktyczne wskazówki, życie
na miejscu i najważniejsze
informacje dla digital nomadów*



Tajlandia dla digital
nomadów

Autor :
Dominika Sobkowska
Updated 2025

Spis treści

3

Wstęp

5

Jak wybrać swój pierwszy
kierunek

12

Jak przygotować się do
podróży?

22

Transport w Tajlandii

29

Kultura i zasady zachowania
w Tajlandii

4

Czy ten styl jest dla Ciebie

9

Wizy i przedłużenie pobytu
w Tajlandii

16

Planowanie budżetu,
płatności i koszty życia

28

Bezpieczeństwo i zdrowie
w pigułce

33

Bonus - Praktyczne
wskazówki i typy po Chiang
Mai



1. WSTĘP

Kilka słów na start

Praca z widokiem na ocean.

Śniadanie w małej kawiarni w
Chiang Mai.

Wieczorne rozmowy z ludźmi,
którzy tak jak Ty chcą łączyć pracę z
podróżami.

Tak wygląda cyfrowe nomadstwo,
ale... to tylko początek.

Za tym stylem życia stoi coś więcej:
wolność, elastyczność i pewna doza
odwagi, żeby wybrać własną drogę.

Ten poradnik powstał dla osób,
które:

- chcą zacząć życie jako digital nomad,
- już pracują zdalnie i planują pierwszą dłuższą podróż,
- albo chcą lepiej zorganizować swoją pracę, zdrowie, budżet i podróże.

Znajdziesz tu konkretne kroki,
praktyczne porady i checklisty,
które naprawdę działają — oparte
na doświadczeniu osób, które
spędziły lata w drodze.



**WOLNOŚĆ
ZACZYNA SIĘ
TAM, GDZIE
PRZESTAJESZ
BAĆ SIĘ
ZMIANY.**



2. CZY TEN STYL ŻYCIA JEST DLA CIEBIE

Ten styl życia jest dla Ciebie, jeśli:

- cenisz wolność i elastyczność,
- potrafisz pracować w zmiennych warunkach,
- nie boisz się zmian, niepewności i nowych kultur,
- potrafisz organizować pracę bez narzuconej struktury,
- chcesz poznawać ludzi i budować nowe relacje,
- dobrze reagujesz na ciągłą naukę i adaptację

Co może sprawiać trudności:

- chęć robienia wszystkiego naraz,
- trudność w wyborze między pracą a odkrywaniem okolicy,
- zmienne tempo życia w zależności od miejsca,
- czasem poczucie „za dużo bodźców”.

3. JAK WYBRAĆ SWÓJ PIERWSZY KIERUNEK

*Prosty sposób, by znaleźć
miejsce idealne na start.*

3.1. ZACZNIJ OD POTRZEB (TWOJE PRIORYTETY)



- Wolisz góry, plażę czy duże miasto?
- Szukasz klimatu biznesowo-startupowego czy bardziej hippie i kreatywnego?
- Jakie aktywności są dla Ciebie ważne: trekking, sporty wodne, kultura, nocne życie czy natura?
- Jak bardzo liczą się dla Ciebie koszty życia?
- Wolisz spokojne tempo slow-life czy dużo wydarzeń, ludzi i energii?
- Do pracy potrzebujesz ciszy i natury czy różnorodnych coworków i dobrych kawiarni?

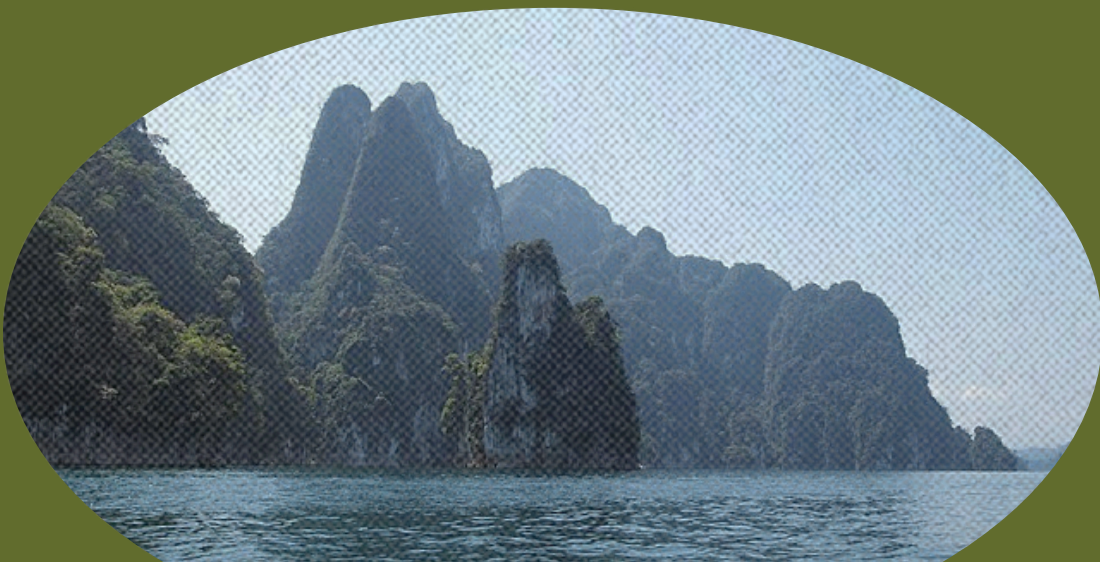
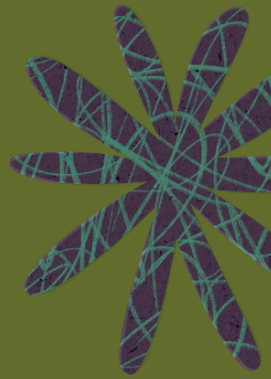


3.2. NAJLEPSZE REGIONY DLA NOMADÓW

Miejsce	Dlaczego dobre dla nomadów	Dla kogo jest idealne
Chiang Mai	szybki internet, wiele coworkingów, niskie koszty życia, ogromna społeczność nomadów, spokojna atmosfera	osoby szukające balansu, głębokiej pracy, natury i dłuższych pobytów
Bangkok	świetna infrastruktura, kawiarnie do pracy, wydarzenia biznesowe, startupy, dobra komunikacja miejska	osoby lubiące duże miasta, networking, szybkie tempo
Koh Lanta	klimatyczna wyspa, coworking Kohub, szybkie Wi-Fi, idealna na dłuższy pobyt	nomadzi chcący pracy, plaży i zachodów słońca
Koh Phangan	ogromna społeczność nomadów, jogowe centra, medytacje, sauna, wellness, szybki internet	Osoby lubiące slow life, plażę, wellbeing i delikatny hippie vibe
Phuket	dużo siłowni, kawiarni, coworkingów, dobre loty, wygodne życie	nomadzi chcący premium, plaży i dobrej infrastruktury
Pai	małe górskie miasteczko, tanio, spokojnie, dobre Wi-Fi w kawiarniach	osoby szukające luzu, natury, inspiracji i hippiesowego klimatu

3.3. CHECKLISTA: CZY MIEJSCE NADAJE SIĘ DO PRACY ZDALNEJ?

- Szybki internet (min. 50–100 Mbps)
- Łatwe przedłużanie pobytu / wiza on arrival
- Coworkingi, kawiarnie do pracy
- Bezpieczeństwo i przyjazność
- Koszty życia dopasowane do budżetu
- Dostępność długoterminowych mieszkań
- Klimat sprzyjający pracy (unikać pory deszczowej)
- Jakość powietrza (smog w sezonie)
- Odpowiednie aktywności (siłownie, joga, dostęp do sportów)
- Czy jest społeczność nomadów (aktywności grupowe, eventy, grupy hikingowe)
- Dostęp do wygodnego transportu lokalnego
- Dostęp do służby zdrowia i aptek



4. WIZY I PRZEDŁUŻENIE POBYTU W TAJLANDII

*Wyjaśnienie zasad wyjazdu
oraz legalnego przedłużania
pobytu*

4.1 WYMAGANIA WIZOWE I RODZAJE WIZ DO TAJLANDII

Planując wyjazd do Tajlandii, masz trzy wygodne i najczęściej wybierane opcje legalnego pobytu, w zależności od tego, jak długo chcesz zostać:

1. Pobyt bez wizy – „Visa Exemption” (do 60 dni + przedłużenie)

- Obywatele Polski mogą wjechać do Tajlandii bez wizy na 60 dni.
- Można to przedłużyć o kolejne 30 dni w Immigration Office (opłata 1900 THB).
- Wymagania: paszport 6 miesięcy ważności, Arrival Card online, adres pobytu.

2. Wiza dla digital nomadów – „Destination Thailand Visa” (DTV)

- Wiza wielokrotnego wjazdu, ważna aż 5 lat; przy każdym wjeździe pobyt do 180 dni. Nie jest to pozwolenie na pracę w Tajlandii.
- Przeznaczona dla osób pracujących zdalnie dla firm lub klientów spoza Tajlandii.
- Wymagania: potwierdzenie pracy zdalnej / dochodu zagranicznego, środki finansowe, paszport, dokumenty tożsamości, rezerwacja zakwaterowania.

3. Wiza edukacyjna ED – na kurs językowy, jogę, Muay Thai

- Legalny pobyt 90 dni + przedłużenia co zwykle daje 6–12 miesięcy w Tajlandii.
- Wymaga zapisania się do akredytowanej szkoły (język tajski/angielski, Muay Thai, joga, medytacja, masaż).
- Szkoła przygotowuje dokumenty, Ty tylko składasz wniosek i przedłużasz wizę.



4.2 PRZEDŁUŻANIE POBYTU I VISA RUN

1. Przedłużanie pobytu (extension)

- Każdy pobyt na podstawie Visa Exemption można przedłużyć o 30 dni.
- Robi się to w lokalnym Immigration Office.
- Opłata: 1 900 THB.
- Wymagane dokumenty:
 - paszport,
 - wypełniony formularz TM7,
 - zdjęcie paszportowe,
 - kopia strony paszportu + stempla wjazdu,
 - TM30 otrzymane w miejscu zakwaterowania
- Najlepiej złożyć wniosek kilka dni przed końcem pobytu, żeby uniknąć kolejek i stresu.



Daje to łącznie 90 dni legalnego pobytu na jednym wjeździe (60 + 30).

2. „Visa run”

„Visa run” polega na opuszczeniu Tajlandii (np. Laos, Malezja) i powrocie tego samego albo następnego dnia, aby otrzymać nową pieczętkę pozwalającą na kolejny pobyt (np. kolejne 60 dni).

Ważne:

- Wjazd drogą lądową można wykorzystać maksymalnie 2 razy w roku.
- Zbyt częste visa runy mogą wzbudzić podejrzenia, a urzędnicy imigracyjni mają prawo odmówić wjazdu, jeśli uznają, że nadużywasz tej możliwości.



5. JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO PODRÓŻY?

Dobre przygotowanie sprawia, że podróż staje się lżejsza, spokojniejsza i bardziej świadoma.

Ten rozdział prowadzi Cię krok po kroku przez najważniejsze elementy organizacji – od formalności i planowania pracy po pakowanie i kwestie zdrowotne. Każdy punkt możesz traktować jak checklistę, którą odhaczysz przed wyjazdem.



5.1 DOKUMENTY I DOSTĘP DO NICH



Co zabrać / przygotować:

- Paszport ważny min. 6 miesięcy
- Wypełnienie Arrival Card online na 3 dni przed przyjazdem: <https://tdac.immigration.go.th/arrival-card/#/home>
- Wiza jeżeli chcesz zostać na dłużej
- Ubezpieczenie podróżne + zapisz numerem polisy offline
- Międzynarodowe prawo jazdy (jeśli planujesz skuter / auto)
- Zrób zdjęcia dokumentów na telefonie + zapisz je w chmurze.
- Karta wielowalutowa (Revolut, ewentualnie Wise)



5.2 CO ZAREZERWOWAĆ I PRZYGOTOWAĆ PRZED WYJAZDEM

- Zakwaterowanie na pierwszy miesiąc - Airbnb/Booking/lokalne strony (dla Chiang Mai opiszę je w sekcji 10.)
- Ściągnąć aplikacje z mapami offline (najlepiej Google Maps offline dla mniejszego regionu + Mapy.com dla całej Tajlandii)
- Ściągnąć aplikacje do transportu (Grab/Bolt) przyda się od razu do transportu z lotniska, przez Grab można też zamawiać jedzenie i zakupy



5.3 CO ZAPAKOWAĆ – REALNY, MINIMALISTYCZNY PAKIET



Elektronika:

laptop + ładowarka, suchawki, powerbank, adapter, ewentualnie przenośny monitor

Ubrania:

4-5 t-shirtów, 2-3 pary szortów, 1-2 pary cienkich długich spodni (najlepiej len lub lekki materiał), bluza, koszula, 1-2 sukienki, lekka kurtka przeciwdeszczowa, strój kąpielowy, ręcznik z mikrofibry.

Obuwie:

klapki, sandały oraz buty zakryte – najlepiej buty trailowe, które sprawdzą się zarówno na wycieczkach, jak i w mieście.

Zdrowie i kosmetyki:

SPF, repelent, mini apteczka, podstawowe kosmetyki



Warto pamiętać:

Nie trzeba się stresować, jeśli czegoś zapomnisz – większość rzeczy bez problemu kupisz na miejscu, a w bardziej oddalonych regionach można skorzystać z zakupów online z dostawą. Jedyne, co trzeba sprawdzić wcześniej, to czy ***przyjmujesz leki, których nie można dostać lub nie są dostępne bez recepty w Tajlandii*** – takie warto zabrać w zapasie na cały pobyt.



6. PLANOWANIE BUDŻETU, PŁATNOŚCI I KOSZTY ŻYCIA

Tajlandia może być miejscem bardzo tanim — ale równie dobrze może kosztować tyle, co Europa. Wszystko zależy od stylu życia, lokalizacji, sezonu i tego, ile korzystasz z udogodnień typowych dla digital nomadów (kawiarnie, coworki, zachodnie jedzenie). Poniżej znajdziesz jasny, praktyczny przewodnik, który pomoże Ci zaplanować realny budżet na pobyt.



6.1 ILE KOSZTUJE ŻYCIE W TAJLANDII?

Poniżej orientacyjne ceny, warto mieć na uwadze, że ceny różnią się między północą (taniej), a wyspami i Bangkokiem (drożej). Poniżej orientacyjne wartości.

Zakwaterowanie

- Basic pokój / hostel: 200–500 THB/dobę
- Studio / condo (Chiang Mai, Chiang Rai): 10 000–20 000 THB/mies.
- Wyspy i Bangkok: 15 000–30 000 THB/mies.
- Premium (basen, siłownia): 25 000–45 000 THB/mies.

Transport

- Grab/Bolt po mieście: 70–150 THB
- Wynajem skutera: 200–350 THB/dobę lub 2500–4500 THB/mies.
- Benzyna: 40–45 THB/litr
- Promy między wyspami: 200–500 THB
- Loty krajowe: 600–2000 THB
- Pociągi dalekobieżne: 700–1800 THB
- Autobusy dalekobieżne: 400–1100 THB

Coworkingi

- za dzień: 200–450 THB
- za miesiąc: 3500–7000 THB

Jedzenie

- Street food: 50–90 THB
- Proste restauracje: 80–200 THB
- Kuchnia zachodnia: 180–350 THB
- Kawa specialty: 60–120 THB

Sport i wellness

- Muay Thai: 300–600 THB za zajęcia
- Yoga: 250–400 THB
- Siłownia: 300–1200 THB/mies.
- Masaże tajskie: 250–500 THB/h

Zdrowie

- Ubezpieczenie miesięczne: 150–300 zł
- Lekarz prywatny: 500–1200 THB
- Szpital premium: od 3000–5000 THB za diagnostykę



6.2 JAK PŁAĆ W TAJLANDII: GOTÓWKĄ CZY KARTĄ?

Gotówka

Niezbędna prawie wszędzie - w street foodach, lokalnych restauracjach, małych sklepach, targach i lokalnym transporcie.

Karty

Głównie w nowoczesnych restauracjach, centrach handlowych. Często jest limit od 500 albo 200 THB (np w 7-eleven).

Polecane: Revolut i Wise.

Bankomaty

Większość tajskich ATM pobiera 250–300 THB prowizji. Wypłacaj większe kwoty naraz.





6.3 JAK MĄDRZE PLANOWAĆ BUDŻET?

- Ustal 3 największe koszty: nocleg, jedzenie, transport.
- Dodaj +20% buforu.
- Weź pod uwagę sezon — ceny na wyspach rosną o 30–60%.
- Styl życia = budżet (kawiarnie i zachodnie jedzenie szybko podnoszą koszty).
- Północ = taniej, wyspy = drożej.
- Miej zawsze trochę gotówki — nie wszędzie działa karta.



6.4 JAKI BUDŻET ZAPLANOWAĆ NA MIESIĄC?

1. Budżet 2000–3000 zł

- hostele / najtańsze pokoje,
- street food,
- lokalny transport + skuter,
- minimalne aktywności.
- Styl życia: prosto i tanio, bez kawiarni i zachodnich restauracji.

2. Budżet 3000–5000 zł

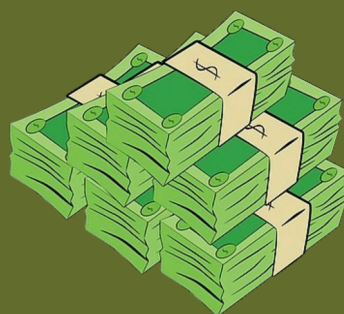
- condo w średnim standardzie,
- mieszanka jedzenia lokalnego i zachodniego,
- 2–3 aktywności tygodniowo (muay thai, joga, masaże),
- sporadyczny coworking lub praca z kawiarni.
- Styl życia: wygodnie, ale bez rozpasania.

3. Budżet 5000–8000 zł

- dobre condo (często z basenem i siłownią),
- więcej zachodnich restauracji,
- coworking na miesiąc,
- regularne aktywności: sporty, masaże, wycieczki.
- Styl życia: komfortowy nomad na pełen etat.

4. Budżet 8000+ zł:

- nowoczesne condo premium,
- coworking premium,
- codzienne zajęcia sportowe, wellness, masaże,
- częste restauracje zachodnie, wycieczki, prywatny transport.
- Styl życia: luksusowy



6.5 NA CZYM NAJŁATWIEJ ZAOSZCZĘDZIĆ?

Największe oszczędności w Tajlandii wynikają z mądrych wyborów, a nie z rezygnacji z przyjemności. Kilka prostych zasad pozwala obniżyć wydatki bez odczuwania różnicy w jakości:

- Rezerwuj condo z wyprzedzeniem — ceny długoterminowych mieszkań są zdecydowanie niższe na 1-2 do przodu
- Znajdź tanią, lokalną kawiarnię. Ceny americano wahają się od 35 do 85 THB, często przy dokładnie tej samej jakości.
- Porównuj Grab i Bolt przed każdym przejazdem. Różnice w cenie mogą wynosić nawet 50% — zazwyczaj tańszy jest Bolt
- Korzystaj z masażu poza strefami premium. W turystycznych centrach ceny są dużo wyższe, a jakość identyczna. Często kilka ulic dalej znajdziesz masaż za połowę ceny.
- Jedz lokalnie: lokalne knajpy, street food i night markets. Zachodnie restauracje potrafią być 3-4 razy droższe.
- Kupuj kosmetyki i leki w Boots/Watsons, nie na lotnisku — różnice w cenie bywają ogromne.

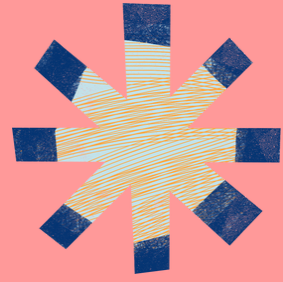


7. TRANSPORT W TAJLANDII

Tajlandia ma bardzo sprawny i tani system transportu. Przemieszczanie się między miastami, wyspami czy dzielnicami jest proste — wystarczy znać podstawowe opcje i wiedzieć, gdzie kupować bilety.



7.1 TRANSPORT MIEJSKI



Grab i Bolt

Najwygodniejszy sposób poruszania się w miastach.

- Bolt zwykle tańszy.
- Grab ma więcej kierowców.
- Można też wybrać przejazd skuterem — tańszy i zazwyczaj szybszy, zwłaszcza gdy miasto stoi w korkach.
- Zawsze porównuj ceny w obu aplikacjach.

Taksówki

W Bangkoku wybieraj tylko te na licznik.

Unikaj stałych, z góry ustalanych cen.

Tuk-tuki

Dobre na krótkie dystanse. Zawsze ustal cenę przed wejściem.

Songthaewy (czerwone pick-upy)

Tanie i bardzo popularne. Ceny: 15–40 THB, a długie trasy do ok. 100 THB.

Komunikacja miejska

Polecam głównie na Bangkok. Rozkład można sprawdzić tu:

<https://www.transitbangkok.com> bądź w Google Maps.

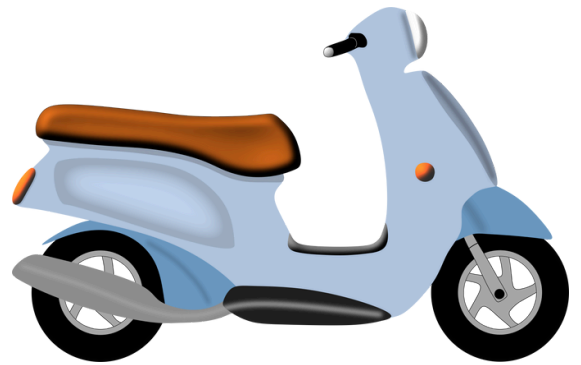


7.2 SKUTERY

Najpopularniejszy sposób przemieszczania się, szczególnie na wyspach i w mniejszych miastach.

Ceny:

- 200–350 THB/dzień
- 2500–4500 THB/miesiąc
- Benzyna: 40–45 THB/litr



Wskazówki:

- Zawsze rób zdjęcia skutera przed wynajmem.
- Sprawdź hamulce i światła.
- Kask jest obowiązkowy (kontrole są codziennie).
- Miej międzynarodowe prawo jazdy (A/A1).

Wyrobienie prawa jazdy:

Dla osób, które nie mają prawa jazdy, istnieje możliwość wyrobienia go przez Honda Safety Riding Center — robi się tam 3-dniowy kurs na skuter i zdaje egzamin na miejscu. Zapisy odbywają się przez FB:

<https://www.facebook.com/HondaSafetyRidingThailand/>

Dostępność w Bangkoku, Chiang Mai oraz Phuket.

Ważne: w momencie wyrabiania dokumentów trzeba mieć wizę oraz TM30 (stałe miejsce pobytu) ważne min. 30 dni.

7.3 TRANSPORT MIĘDZY MIASTAMI

Pociągi

Najlepsze na dłuższych trasach — szczególnie z Bangkoku na północ lub południe. Trzeba rezerwować z wyprzedzeniem.

- Bangkok → Chiang Mai: 750–1800 THB
- Bangkok → Surat Thani: 700–1200 THB

Rezerwacje: <https://www.thairailwayticket.com>

Autobusy dalekobieżne

Bardzo popularna opcja — szczególnie klasy VIP. Fotele się rozkładają, klima, czasem posiłek. Można kupić na ostatnią chwilę.

- Bangkok → Chiang Mai: 400–900 THB
- Bangkok → Krabi / Phuket: 600–1100 THB

Bilety można kupić online, bezpośrednio na dworcach, a także w lokalnych agencjach

Minivany i lokalne busy

Dostępne praktycznie z każdego miasta oraz z lotnisk. Ceny zbliżone do autobusów. Bilety można kupić w lokalnych agencjach albo recepcji hotelu

Loty krajowe

Ceny: 600–2000 THB (w sezonie więcej)



7.4 TRANSPORT NA WYSPACH

Promy i speedboaty

Najprostszy sposób na przemieszczanie się między wyspami.

Ceny: 200–500 THB

Główne trasy:

- Samui ↔ Phangan ↔ Tao
- Phuket ↔ Phi Phi ↔ Krabi
- Lanta ↔ Phi Phi



Rezerwacje:

- <https://www.lomprayah.com>
- <https://www.seatrandiscovery.com>
- <https://ferrysamui.com>
- <https://12go.asia>

Taksówki na wyspach są droższe niż na lądzie — często 300–600 THB za krótką trasę. Dlatego większość osób wybiera skuter.



7.5 GDZIE KUPOWAĆ BILETY?

Najwygodniejsze opcje:

- lokalne agencje turystyczne — są dosłownie wszędzie
- recepcje hoteli (często sprzedają bilety)
- dworce autobusowe, porty i stacje kolejowe
- online:

1. <https://www.omio.com/>

2. <https://12go.asia/en>

3. <https://www.busonlineticket.co.th/>

Agencje są szczególnie wygodne na wyspach — załatwiają całą logistykę (łączą kilka środków transportu) i często podjeżdżają po Ciebie do hotelu. Dodatkowo mają dostępność praktycznie od ręki.



8. BEZPIECZEŃSTWO I ZDROWIE

W PIGUŁCE

- Skuter: zawsze noś kask, jedź ostrożnie w deszczu (śliskie drogi).
- Jedzenie: wybieraj miejsca z dużym ruchem, unikaj potraw „leżących od rana”.
- Ubezpieczenie: konieczne – sprawdź, czy obejmuje jazdę skuterem, warto mieć pakiet obejmujący prywatne wizyty
- Komary: używaj repelentu, wieczorami noś długie spodnie i unikaj stojącej wody.
- Upał: pij elektrolity, stosuj SPF, unikaj pełnego słońca w południe.
- Nie pij wody z kranu
- Zdrowie: prywatne kliniki są świetne; wizyta 500–1200 THB.
- Cenne rzeczy: telefon i torebkę trzymaj z przodu w tłumie i na nocnych marketach.
- Zwierzęta: unikaj bezpańskich psów po zmroku, nie karm małą i nie trzymaj jedzenia w rękach w ich okolicy.
- Numery alarmowe: Policja 191 • Pogotowie 1669 • Turystyczna policja 1155 (mówią po angielsku).



9. KULTURA I ZASADY ZACHOWANIA W TAJLANDII

Tajlandia to kraj uprzejmości, spokoju i szacunku. Kilka prostych zasad pozwoli Ci poruszać się pewnie, z klasą, uniknąć nieporozumień i okazać lokalnej kulturze to, czego najbardziej oczekuje — życzliwość, delikatność i harmonię w kontaktach z innymi.



9.1 NAJWAŻNIEJSZE ZASADY NA CO DZIEŃ

- Uśmiech i spokój są podstawą komunikacji.
- Zachowaj spokój w każdej sytuacji — podniesiony głos jest odbierany jako utrata twarzy (dla obu stron).
- Składanie dłoni jak do modlitwy — nie musi być inicjowany przez turystów, ale jeśli ktoś wykona pierwszy, warto odpowiedzieć
- Nie dotykaj nikogo po głowie.
- Zdejmij buty przed wejściem do domów i miejsc świętych.
- Publiczne okazywanie uczuć — minimalne.
- Nie rób zdjęć osobom bez pytania (szczególnie mnichom).



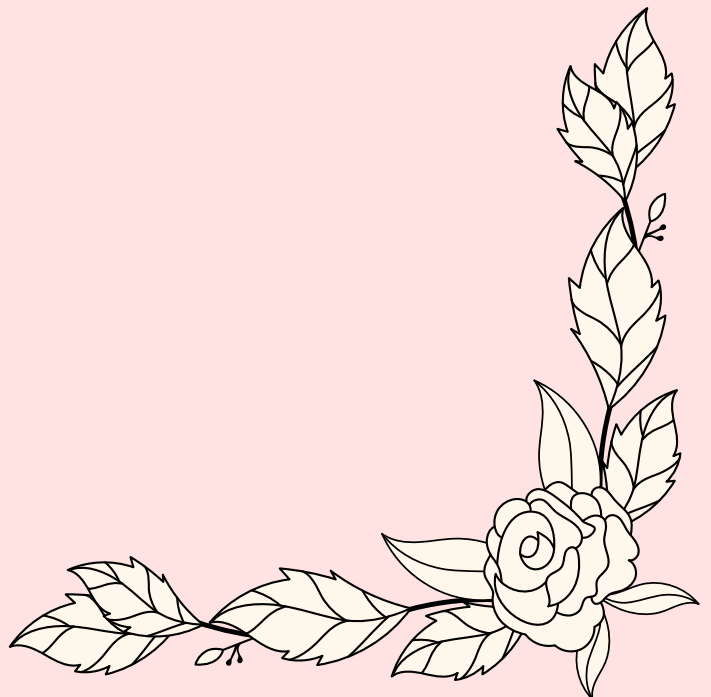
9.2 ŚWIĄTYNIE I MIEJSCA ŚWIĘTE

- Zakryte ramiona i kolana — chusta wystarczy.
- Zdejmij buty przed wejściem.
- Nie dotykaj posągów Buddy.
- Nie kieruj stóp w stronę ludzi ani Buddy.
- Kobiety nie dotykają mnichów.
- W miejscach z zakazem zdjęć — nie fotografuj.
- Zdjęcia z Buddą — rób tylko takie, gdzie nie „pozujesz” z posągiem w sposób żartobliwy lub komiczny.
- Nie jedz i nie pij w świątyniach.



9.3 JEDZENIE, TRANSPORT, CODZIENNOŚĆ

- Jedz łyżką i widelcem (pałeczki sporadycznie).
- Rachunek zostaw na tacy — nie dawaj pieniędzy prosto w dłoń.
- Napiwki mile widziane: 10–20 THB lub ~10%.
- Negocjuj tylko tam, gdzie to normalne (czyli np. na targach)
- Unikaj żartów i dyskusji o rodzinie królewskiej.
- Cisza w środkach transportu — rozmowy telefoniczne są krótkie, ludzie mówią cicho.
- Szanuj przestrzeń — Tajowie nie lubią głośnych awantur.



10. BONUS - PRAKTYCZNE WSKAZÓWKI I TIPY PO CHIANG MAI

Chiang Mai to jedno z najlepszych miejsc na świecie dla digital nomadów i osób szukających balansu, natury i wygodnego życia. Ten bonusowy rozdział zawiera praktyczne wskazówki, które pomogą Ci szybko odnaleźć się w mieście i wyciągnąć z pobytu jak najwięcej.

10.1 KIEDY JECHAĆ DO CHIANG MAI

Najlepiej: listopad – połowa lutego

- Chłodno, słonecznie, sucho
- Idealne na trekking, eksplorację i pracę w kawiarniach
- Najprzyjemniejszy okres w roku, świetna jakość powietrza

Dobrze: lipiec – październik

- Stabilna pora deszczowa: krótkie opady, głównie wieczorem/nocą
- Najpiękniejsza zieleń w roku, świeże powietrze
- Niższe ceny mieszkań i idealny czas na long stay
- Spokojna atmosfera, świetnie dla nomadów

OK: połowa maja – koniec czerwca

- Początek pory deszczowej – nieregularne, krótkie burze
- Nadal ciepło i duszno, ale powietrze już czyste
- Niższe ceny noclegów, mniej turystów

Unikaj: połowa lutego – połowa maja (sezon spalania)

- Bardzo zła jakość powietrza przez wypalanie pól
- Duszno, brak widoków, podrażnienia oczu i gardła
- Zdecydowanie nie polecane na pobyt długoterminowy



10.2 NAJLEPSZE DZIELNICE DO ŻYCIA

Nimman – centrum nomadów

- Najlepsze kawiarnie do pracy, szybki internet.
- Bliskości siłowni, restauracji, coworkingów.
- Styl bardziej „miejski”.

Santitham – taniej i lokalnie

- Pełno małych restauracji i marketów.
- Dojdiesz pieszo do Nimmanu.
- Idealne dla osób, które chcą ciszy, ale bliskość atrakcji.

Stare Miasto (Old City)

- Klimatyczne hostele i hotele.
- Idealne na krótkie pobyty.
- Mniej polecane na długie (dużo turystów).

Przedmieścia (Chang Khlan, Hang Dong, Mae Hia)

- Nowoczesne condominia, często tańsze.
- Idealne dla osób szukających spokoju i wysokiego standardu.



10.3 GDZIE SZUKAĆ NOCLEGÓW

1. Sprawdzone kompleksy mieszkaniowe, do których możesz napisać bezpośrednio. Jeżeli chcesz się zatrzymać w sezonie (listopad-styczeń) warto napisać z dwumiesięcznym wyprzedzeniem.
 - PT Residence – od 10 000 THB/mies. Czyste, zadbane, dobre na 1-2 miesiące, <https://ptresidence.co.th/>.
 - Greenhill Place – zwykle 10 000–25 000 THB/mies. Duże pokoje, spokojna okolica, mają basen, <https://greenhillplace.com/>.
 - Him Nimman – od 6 000 THB/mies. Proste, przystępne cenowo pokoje. Warto poprosić o pokój od strony podwórka (od ulicy jest głośno). Brak strony internetowej, ale można zadzwonić: 053 895 1956. Google maps: <https://maps.app.goo.gl/MVpVZffDPXdfTSvf>
2. Facebook Marketplace & grupy – wiele ofert bez pośredników, np. <https://www.facebook.com/groups/1751471451768032>
3. Airbnb – dobre na start (pierwszy miesiąc).
4. Lokalne biura – często negocjują ceny i opłaty (dobre przy dłuższych pobytach), np: <https://66property.com/en/chiang-mai/rent>



10.3 COLIVINGI

Jeśli zależy Ci na szybkim poznaniu ludzi i aktywnym życiu towarzyskim, colivingi w Chiang Mai są idealnym wyborem. Integracja dzieje się tu naturalnie — wspólne wyjścia, kolacje, warsztaty, joga czy trekkingi odbywają się niemal codziennie.

To wygodne pokoje, szybki internet i przede wszystkim community, dzięki któremu od pierwszych dni masz z kim pracować, zwiedzać miasto i budować relacje.

Najlepsze colivingi (w skrócie):

Alt_ChiangMai i Alt_PingRiver (2 lokalizacje: Old Town i Wat Ket)

- regularne eventy i aktywna, przyjazna społeczność
- nowoczesne, estetyczne wnętrza, coworking + świetne Wi-Fi
- Old Town: bardziej miejsko; Wat Ket: ciszej i bardziej boutique

The Social Club

- najbardziej „social” coliving w CM: kolacje, warsztaty, meet-upy
- idealny, jeśli chcesz szybko poznać ludzi
- stylowe wnętrza + duże przestrzenie na chill

Hub53 Co-Living & Co-Working

- równowaga: focus work + lekkie community
- pokoje i coworking w jednym miejscu
- stabilny internet i dobra cena

Atelier 36

- mały, estetyczny coliving z kreatywnym klimatem
- spokojna, intymna społeczność
- idealny dla twórców i freelancerów



10.4 COWORKINGI — GDZIE I ZA ILE

Coworkingi sprawdzają się wtedy, gdy potrzebujesz ciszy, dużych biurek i przestrzeni zaprojektowanej pod skupienie. Dodatkowy plus: motywuje Cię obecność innych pracujących osób, dzięki czemu łatwiej wejść w rytm i utrzymać produktywność. Oto najczęściej polecane miejsca:

Yellow Coworking (Nimman)

- ładne, jasne wnętrza + dużo przestrzeni do chillowania
- brak rozmów w środku — calls tylko na zewnątrz
- cena: 429 THB / dzień, 5 990 THB / miesiąc

One Workspace (Santitham)

- profesjonalne, wygodne wnętrza
- stabilne Wi-Fi, komfortowe biurka
- cena: 249 THB / dzień, 3 599 THB / miesiąc

Life Space (Nimman)

- estetyczne wnętrza z roślinami, spokojny klimat
- mniej tłoczne niż Alt czy Yellow
- cena: 120 THB / 5 godzin, 180 THB / dzień

Punspace (Tha Phae lub Wiang Kaew)

- jeden z najstarszych i najbardziej znanych coworków w CM
- dobre biurka, community bardziej „ciche”, fokusowe
- cena: 289 THB / dzień, 3899 THB / miesiąc

Coco Club

- nietypowy coworking w stylu beach klubu
- dużo przestrzeni, wygodne krzesła biurowe, basen, sauna
- cena: 350 THB/day, 5000 THB/month



10.5 KAWIARNIE IDEALNE DO PRACY

Chiang Mai słynie z jednych z najlepszych kawiarni w Azji.

Większość z nich ma szybki internet, dużo miejsc do siedzenia i świetną atmosferę — możesz pracować z innego miejsca codziennie i ciągle odkrywać nowe perełki.

Polecane miejsca:

- Graph – najszybszy internet, cicho, idealne na fokus.
- Ristr8to – topowa kawa, najlepsze espresso w mieście.
- Akha Ama Coffee – lokalny klimat i autentyczna atmosfera.
- Sway CNX – nowoczesne, jasne wnętrze, taras z widokiem na góry, idealne do pracy.
- No.39 Café – jezioro, mostki, klimat jak z filmu.
- Wild Coffee & Bistro – siedzenie praktycznie w dżungli, nad rzeką.
- On The Way Café – jedna z najtańszych kaw w CM; americano 35 THB.
- Sondag – świetne dirty coffee, stabilna jakość.

Ceny kawy: Americano 35–85 THB, często za tę samą jakość — warto próbować różnych miejsc.



10.6 KUCHNIA LOKALNA

Chiang Mai to stolica kuchni północnej Tajlandii – aromatycznej, wyrazistej i bardzo przystępnej cenowo. Lokalne knajpki są szybkie, tanie i idealne na codzienne posiłki, kiedy chcesz poczuć prawdziwy smak regionu Lanna.

Khao Tom Baht Diao

- tanio, szybko, świeżo
- idealne miejsce na codzienny, lokalny posiłek

Chang Phuak Night Market (North Gate)

- kultowy nocny targ, pełen lokalnych stoisk
- słynna „Cowboy Hat Lady” (khao kha moo)

Lucky Too

- domowa kuchnia północnej Tajlandii
- duże porcje, świetne ceny, lokalny klimat

Huen Muan Jai (wyróżnione przez Michelin)

- jedno z najlepszych miejsc na autentyczne dania Lanna
- świetny klimat i smaki, które kochają lokalni

Kiti Panit

- restauracja premium z perfekcyjną obsługą
- piękne wnętrze, idealna na elegancką kolację



10.7 KUCHNIA MIEDZYNARDOWA

Jeśli jesteś w Chiang Mai dłużej, naturalnie przychodzi moment, kiedy masz ochotę na coś innego niż tajskie smaki. Na szczęście miasto ma ogromny wybór pizzerii, burgerowni, sushi barów, koreańskiego BBQ, kawiarni w stylu europejskim i eleganckich restauracji prowadzonych przez ekspatów. Oto wybrane, warte uwagi propozycje:

Cafe Rosemary

(śniadania/brunch)

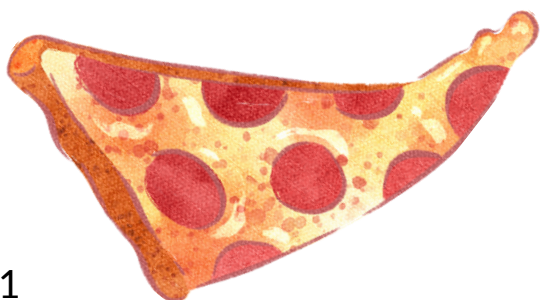
- pyszne śniadania, super kawa, idealne na brunch
- <https://maps.app.goo.gl/gooFkYeFQNyrLUdh8>

Smash Daddy's Burgers

- topowe smash burgery, soczyste i świeże
- <https://maps.app.goo.gl/4bfg9m22ScmmkctB9>

Pizza My Heart

- chrupiące ciasto, świetnej jakości składniki
- <https://maps.app.goo.gl/4ckWKtGkkQzsB2hd6>



Chain'n Thai

- autentyczna, aromatyczna kuchnia indyjska
- <https://maps.app.goo.gl/5bjBcenjDG3ecAsH9>

Big Big Shabu

- popularne shabu all-you-can-eat
- ogromny wybór mięsa, warzyw i dodatków
- <https://maps.app.goo.gl/kEwv3xF4HHzmFVf1A>

Sushi Umai

- bardzo świeże sushi w świetnej cenie
- <https://maps.app.goo.gl/YbbMyg3tneacbft56>

86 Eighty Six Ramen

- bogate buliony, autentyczne japońskie smaki
- <https://maps.app.goo.gl/YnmCVN2zWziWNUMi8>

10.8 SPOT, SIŁOWNIE I JOGA

Chiang Mai to świetne miejsce, żeby dbać o formę – od nowoczesnych siłowni, przez spokojne studia jogi, aż po topowe gymy Muay Thai. Oto najczęściej polecane miejsca w każdej kategorii:

Siłownie (Fitness)

- ABSolute Gym – klasyczna siłownia, solidny sprzęt
- PUMP FITNESS – nowoczesny sprzęt, dobra atmosfera
- The Wall Fitness – duża przestrzeń + cardio + ciężary
- MAXX Fitness (Maya Mall) – wygodna lokalizacja, szeroki wybór maszyn

Joga

- Freedom Yoga Studio – przyjazna atmosfera, regularne zajęcia
- Annie Bliss Yoga – kameralnie i spokojnie
- Satva Yoga – wysoka jakość instruktorów
- Yoga in the Park - za darmo, można wypożyczyć matę na miejscu, szczegóły: <https://www.facebook.com/groups/289951174859604>

Muay Thai (Sztuki walki)

- Dang Muay Thai Gym – topowy gym, intensywne treningi
- The Bear Fight Club – kameralnie, świetne dla początkujących
- Chiangmai Muay Thai Gym – centralna lokalizacja, zajęcia grupowe i prywatne
- Chiangmai JR Muay Thai Gym – przestronna sala, ring, dobry poziom treningów



10.9 BASENY I AKTYWNOŚCI WODNE

Chiang Mai nie ma morza, ale ma świetne baseny, wakepark i wodospady. To idealne opcje na gorętsze dni lub weekendowy relaks.

Looper Pool (Santhitam)

- basen, leżaki, gorący basen, ice bath,
- cena: 250 THB / dzień



The Cocoon Sauna & Ice bath (kawałek za miastem)

- basen, sauna, ice bath
- instagramowy vibe, leżaki, hamaki, trawa do relaksu
- cena: 300 THB / dzień

Buri Siri Hotel (Nimman)

- ładny hotelowy basen, spokojna atmosfera
- cena: 150 THB / dzień

Grand Canyon (Water Park i Wakeboarding)

- Water Park - duża wodna strefa zabaw - pontony do skakania, wspianania, zjeżdżalnie, trampoliny, zipline
- cena: 950 THB / dzień
- Wakeboarding – dla początkujących i średniozaawansowanych
- cena: 550 THB / godzina

Huay Kaew Waterfall

- możliwość zanurzenia się w wodzie, ładne widoki
- Cena: 100 THB



10.10 EVENTY I AKTYWNOŚCI DLA NOMADÓW

Chiang Mai to jedno z najbardziej aktywnych miast dla digital nomadów w całej Azji. Każdy tydzień to dziesiątki spotkań – od kameralnych po duże meetupy tematyczne. Wydarzeń jest tak dużo, że nie sposób iść na wszystkie, dlatego zamiast próbować śledzić je pojedynczo, najważniejsze jest wiedzieć, gdzie ich szukać i wybierać te najlepsze dla siebie. Gdzie szukać eventów?

1. Chiang Mai Nomads Community – na whatsappie:

- <https://chat.whatsapp.com/IAVfXbItlkE1sGPKtTyAK5> (link może się zmienić, wtedy warto kogoś poprosić o nowy np. na meetupie albo w coworkingu)
- Community jest podzielone na kilkanaście grup, to na nich pojawia się najwięcej spontanicznych spotkań: obiady, sunset drinks, trekking, wspólne pracowanie czy sporty.

2. Aplikacja Meetup

- Najbardziej uporządkowane źródło cyklicznych wydarzeń: zapoznawcze drinki, mastermindy, networking, meetupy AI, warsztaty, spotkania dla przedsiębiorców.

3. Facebook Events

- Świetne narzędzie, jeśli szukasz aktywności poza światem nomadów: koncertów, zajęć sportowych, tanecznych, warsztatów, open mic czy wydarzeń kulturalnych. Lokalne bary, sale jogi, coworkingi i społeczności publikują tam swoje eventy.

10.11 NAJLEPSZE TREKKINGI

Północ Tajlandii to raj dla miłośników natury. Wokół Chiang Mai znajdziesz zarówno łatwe, godzinne spacery, jak i kilkugodzinne górskie szlaki z wodospadami, punktami widokowymi i dżunglą. Większość z nich możesz zrobić samodzielnie – bez przewodnika – a część zaczyna się już 10–20 minut od centrum miasta. Polecam korzystać z aplikacji Mapy.cz.

1. Monks Trail → Doi Suthep (ok. 2 h, stromy)

- Najbardziej klasyczny trekking w Chiang Mai, startujący tuż przy mieście. Pomarańczowy, „mnisi” szlak prowadzi przez dżunglę aż do świątyni Wat Phra That Doi Suthep.
- plusy: blisko miasta, świetne widoki, dobry trening
- dodatkowo: dla osób chcących przedłużyć trasę możliwe jest zejście (lub wejście) przez Mon Tha Than – piękny odcinek przez wodospady i park narodowy
- tip: z samej świątyni możesz wrócić songthaewem za 60-80 THB

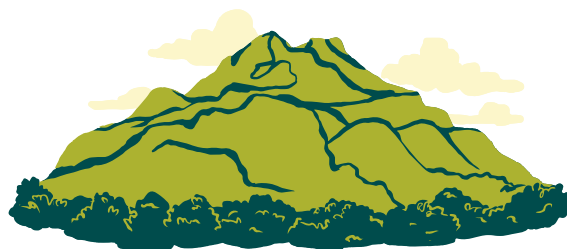


2. Pętla z Doi Pui Visitors Center przez Doi Pui oraz wioskę Ban Khun Chang Khian (ok 3h, średni)

- Bardzo malownicza trasa prowadząca przez górskie ścieżki, a następnie przez tradycyjną wioskę Hmongów.
- plusy: widoki, przyroda, lokalne życie
- szczególnie pięknie jest od połowy grudnia do końca stycznia, kiedy góry pokrywają się kwitnącymi wiśniami (sakura tajlandzka)
- tip: w wiosce można napić się kawy, a przy dobrej pogodzie zrobić świetne zdjęcia kwitnących drzew

3. Huay Kaew Waterfall do Pha Ngerb (niecała 1 h, stromy ale krótki)

- Szybki trekking idealny na poranek lub popołudnie – zaczyna się tuż obok Chiang Mai University.
- plusy: blisko centrum, możliwość schłodzenia się w wodospadzie



10.11 NAJLEPSZE TREKKINGI C.D.

4. Mae Sa Waterfall Trail (ok 1 h, łatwy)

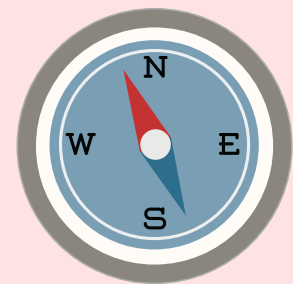
- Seria wodospadów połączonych ścieżką — piękna natura i dużo cienia.
- plusy: idealny w upał
- minusy: lekko turystyczny
- tip: dobra opcja na relaks zamiast ostrego trekkingu

5. Huay Tung Tao Lake → Dtaak Mook Waterfall (ok 2-2,5 h, łatwy-średni)

- Okolice jeziora Huay Tung Tao oferuje zarówno spokojny spacer przy wodzie, jak i dojście do wodospadu Dtaak Mook, który jest jednym z mniej znanych, a bardzo przyjemnych miejsc w pobliżu Chiang Mai.
- plusy: świetne krajobrazy, dużo cienia, Sculpture Park z rzeźbami zwierząt, bambusowe altanki nad jeziorem na lunch
- tip: można wrócić inną trasą - ścieżki są zaznaczone na Mapy.cz

6. Sticky Waterfall – Bua Thong (1-2 h na miejscu, łatwy / unikalny)

- Jedno z najbardziej wyjątkowych miejsc w regionie — wodospad, po którym można... chodzić.
- plusy: idealny na jednodniowy wypad, dobra zabawa
- tip: najlepiej jechać rano, żeby uniknąć grup turystycznych



6. Doi Inthanon National Park (całodniowa wycieczka, łatwa)

- Najwyższy szczyt Tajlandii (2565 m).
- plusy: spektakularne widoki, bliźniacze pagody, wodospady i bogata roślinność
- można podjechać samochodem lub skuterem niemal na sam szczyt, ale w okolicy znajduje się kilka szlaków, dzięki którym można się przejść po okolicznych lasach i punktach widokowych
- tip: jeśli chcesz trekking zamiast jazdy, najlepsze są szlaki Kew Mae Pan lub Pha Dok Siew (część z nich wymaga lokalnego przewodnika)

PRZYGOTOWANIE

Zdjęcia

Archiwum własne oraz materiały

z Wikimedia Commons

Licencja: Creative Commons

Attribution-ShareAlike 3.0 (CC
BY-SA 3.0)

Autorzy fotografii: Diliff, Stefan
Fussan, Vyacheslav Argenberg,
Benh LIEU SONG, Takeaway

Tekst

Dominika Sobkowska

