

# WYPOCZYNEK BLISKO NATURY

*w Polsce północnej*



PRZEWODNIK TURYSTYKI  
PRZYJAZNEJ NATURZE

**Opracowanie:**

Krzysztof Konieczny, Barbara Utracka, Cezary Molski,  
Anna Nawrot, Katarzyna Dmochowska, Marcel Kwaśniak

**Projekt graficzny i skład:** Agnieszka Rejowska

**Zdjęcia:** B. Utracka, E. Ahmad, G. Jędro,  
zdjęcia archiwum - Park Krajobrazowy „Dolina Stupi”.

Szczególne podziękowania należą się fotografom za udostępnienie zdjęć.

Opracowanie zostało zrealizowane przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju (InE) jest pozarządową organizacją typu think-tank powstałą w 1990 r. InE zajmuje się promowaniem i wdrażaniem zasad oraz rozwiązań służących zrównoważonemu rozwojowi Polski.

## Spis treści

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 1. Wprowadzenie                                     | 5  |
| 2. Blisko Natury – jakość w turystyce przyrodniczej | 6  |
| 3. Rekomendowane atrakcje przyrodnicze              | 8  |
| 4. Propozycje turystyczne                           | 16 |







Lobelia

Fot. Archiwum PKDS



## Wprowadzenie

Turystyka przyrodnicza to ciekawy sposób poznawania regionów turystycznych, zwłaszcza wszystkimi zmysłami poprzez agroturystykę lub turystykę wiejską. Nie trzeba być specjalistą, entuzjastą czy hobbystą by odnaleźć przyjemność w odkrywaniu osobliwości przyrody, znajdujących się na wyciągnięcie ręki wokół miejsc zakwaterowania – gospodarstw agroturystycznych, na obszarach Natura 2000. Warunkiem koniecznym korzystania z tej formy wypoczynku jest potrzeba relaksacji w harmonii z wybranym otoczeniem. To właśnie ta przyroda stanowiła i stanowi tło wydarzeń, jest świadkiem historii danych terenów oraz zmian zachodzących w społeczności tu mieszkającej.

Turystyka przyrodnicza to nie tylko poznawanie ciekawostek i odkrywanie rzeczywistych „cudów” natury, ale w wydaniu agroturystyki i turystyki wiejskiej zrozumienie czym ta przyroda była i jest dla człowieka, także w wymiarze praktycznym. To właśnie tu możliwe jest poznanie, od autentycznych mieszkańców, jak ta przyroda wpływała i może wpływać na jakość życia, a zwłaszcza na jakość wypoczyniania.

W niniejszym folderze pragniemy przedstawić nie tylko ciekawostki stanowiące powód do wyjazdu weekendowego lub urlopowego, ale przede wszystkim odpowiedzialny sposób na delectowanie się przyrodą podczas wyjazdu turystycznego. Sprawdzone i rekomendowane przez naszych specjalistów miejsca oraz aktywności pozwolą nie tylko na przeżycie wielu pozytywnych emocji w kontakcie z licznymi atrakcjami lokalnymi, ale także na odpowiedzialne z nich korzystanie. Dla nas prawdziwy wypoczynek jest zawsze Blisko Natury®.



# BLISKO NATURY®

## - jakość w turystyce przyrodniczej

*Zmęczeni gwarem, hałasem i cierpiący od smogu mieszkańcy miast tęsknią za chwilą wytchnienia. Jedni chcą powędrować szlakami inni pozbierać zioła, podglądać ptaki, nietoperze czy popłynąć piękną trasą kajakową.*

*Przyroda jest zasobem nie do przecenienia. Istnieją setki sposobów korzystania z niej. W Polsce powstało tysiące gospodarstw agroturystycznych i innych obiektów, które oferują pobyt na wsi i niemal każdy z nich proponuje jakąś formę kontaktu z naturą.*

Takie pytania przeświecały twórcom **certyfikatu „Blisko Natury”**, który jest pierwszym i jedynym ekocertyfikatem w Polsce, który skupia się na ofercie przyrodniczej.

- Jak znaleźć ciekawe propozycje?
- Czy spośród tysięcy propozycji nie warto wyróżnić wyjątkowych pomysłów?
- Skąd wiedzieć, którzy gospodarze interesują się przyrodą, chcą prowadzić swój obiekt w taki sposób, aby jak najmniej wpływać negatywnie na otoczenie?
- U kogo znajdę żywność lokalną i dowiem się o miejscowych tradycjach a kto poczęstuje mnie jedzeniem z hipermarketu i zaoferuje wyłącznie nocleg?
- Czy z mojej podróży przyjadę bogatszy o wiedzę i doznania?

## Dla kogo jest certyfikat „Blisko Natury”?

Dla obiektów turystyki wiejskiej (członków organizacji/stowarzyszeń agroturystycznych i turystycznych) oferujących poszerzony, głębszy i przemyślany kontakt z naturą. Jednym słowem dla tych, którzy posiadają lub tworzą ofertę turystyki przyrodniczej, a samo gospodarstwo czy inny obiekt turystyki wiejskiej nie jest uciążliwy dla środowiska.

## Jakie wymagania stawia certyfikat:

- oferta przyrodnicza i dostępność sprzętu niezbędnego do jej realizacji
- funkcjonowanie obiektu w sposób przyjazny dla środowiska w zakresie:
  - energii i ogrzewania,
  - zarządzania odpadami,
  - gospodarowania wodą i ściekami,
  - żywności,
  - stanu ogólnego obiektu.

Szczegóły dotyczące procedur, wymogów oraz regulamin certyfikatu, a także inne informacje dotyczące turystyki na obszarach Natura 2000 znajdują się na stronie [www.natura2000.org.pl](http://www.natura2000.org.pl)



## Co daje certyfikat?

- wartość dodaną do obecnie posiadanych usług poprzez utworzenie i wdrożenie oferty turystyki przyrodniczej (w ramach projektu eksperci ds. przyrody udzielili rekomendacji)
- wyróżnienie obiektu na tle innych
- promocja obiektu w publikacjach i na stronach internetowych
- ułatwienie pozyskania nowych klientów, uzyskanie większych dochodów oraz lepszy związek z klientami dotychczasowymi dzięki nowym propozycjom.

Certyfikat „Blisko Natury” nadawany jest na okres 2 lat przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.



## Rekomendowane atrakcje przyrodnicze

Bryza znad morza i charakterystyczne mewy to jedne z najpiękniejszych przyrodniczych symboli województwa pomorskiego. Wyróżnia się na tle innych regionów urozmaiconą rzeźbą terenu. To tu występują cztery z sześciu typów krajobrazów w Polsce – strefa brzegowa morza, doliny i delty Wisły, niziny przymorskie oraz pojezierza. Taka różnorodność krajobrazu gwarantuje bogatą różnorodność przyrodniczą. To właśnie tu ekosystemy zachowały niejednokrotnie swoją naturalność. W pasie nadmorskim występują kamieniste i piaszczyste plaże, wydmy ruchome, klify – odsłonięte przepastne urwiska, lub porośnięte pomorską buczyną. To one pamiętają morskie sztormy sprzed 4 tysięcy lat. Unikatywne w skali nie tylko kraju są dwie mierzeje – Helska i Wiślana, wdzierające się piaszczyste wały w toń morską. Spacerować po plażach to oczywistość, zbieranie bursztynów to już przyjemność, ale dopiero poszukiwanie belemnitów – tajemniczych głowonogów sprzed milionów lat to ekscy-

tacja tylko dla wtajemniczonych. Tuż za wybrzeżem rozciągają się niziny przymorskie obfitujące w tajemnicze bagna czy torfowiska. Stąd o świcie trąbią fanfarami żurawie i ogłaszają głośno swoje ciche rewiry. W górę wznosi się morena porośnięta lasami bukowymi. Urozmaicony krajobrazowo pas pojezierza charakteryzuje się rozległymi powierzchniami leśnymi, równinami moreny dennej użytkowanej rolniczo oraz głębokimi dolinami polodowcowymi z mnogością jezior i zbiorników wodnych. W kierunku południowym, teren wyrównuje się i przechodzi w piaszczyste pola sandrowe Borów Tucholskich. Pas pojezierny dzieli dolina Dolnej Wisły, której szerokość waha się od kilku do kilkunastu kilometrów. Unikatywne jest obszar Żuław Wiślanych z krajobrazem stworzonym przez naturę i człowieka. Wyjątkowość tego terenu podkreślają powołane formy ochrony przyrody – parki narodowe, rezerваты przyrody, parki krajobrazowe czy liczne obszary europejskiej sieci Natura 2000.



Nadmorski klif

Fot. Archiwum PKiDS



Rosiczka okrągłolistna i żurawina błotna

Fot. Elwira Ahmad

## Jeziora lobeliowe czyli jakie?

Obie ostoje europejskiej sieci Natura 2000 położone są w okolicach miasta Bytów. Powstały m.in. dla ochrony cennego siedliska przyrodniczego, jakim są jeziora lobeliowe. Nazwa siedliska pochodzi od reliktywnej rośliny lobelii jeziornej. Piękno tej rośliny dostrzegł Adam Mickiewicz, który w balladzie „Świtez” tak ją opisał: „... Białawym kwieciami, jak białe motylki unoszą się nad topielą ...”. Każdego, kto sięgnie po kwiaty lobelii „... śmierć gwałtowna ugadza”, ponieważ lobelia jest rośliną trującą. Gatunek ten zachował się tylko w nielicznych zbiornikach, niewiele zmienionych od czasu swojego powstania. Woda w jeziorach lobeliowych jest bardzo czysta, wyróżnia się przejrzystością, a dno jest przeważnie piaszczyste, niekiedy usłane kożuchem torfowców. Są to zazwyczaj niewielkie jeziora, bezodpływowe, otoczone lasami. W Polsce jest ok. 7 000 jezior, jednak lobeliowych około 170. Poza Skandynawię i Szkocję właśnie na Pomorzu jest największa koncentracja tego cennego siedliska. W obydwu ostojach oprócz jezior spotykamy jeszcze inne cenne i tajemnicze ekosystemy, mianowicie torfowiska. Dla Bytowszczyzny charakterystyczne są niewielkie, położone w obniżeniach terenu kociołki torowisk przejściowych i rzadkich torowisk wysokich. Wytwarzają one swoisty mikroklimat - położenie w terenie, specyficzna roślinność i zapach kwitnącego bagna zwyczajnego powoduje uczucie wyjątkowości

tego miejsca. Torfowiska to bardzo „stare” ekosystemy. Pamiętają czasy zamierzchłe, a dodatkowo skrywają w pokładach torfu pamiątki z czasów kiedy się tworzyły – fragmenty roślin, nasiona, skorupki mięczaków itp. Torfowiska przejściowe i wysokie to miejsca występowania jednych z nielicznych w naszym kraju roślin owadożernych – roszetek. Najpowszejszą spośród nich jest roszetka okrągłolistna, dość często spotykana w tym regionie. To niewielka roślina, która poprzez łąpanie i trawienie drobnych owadów uzupełnia deficyt pokarmu, którego jest bardzo mało w skąpożywnym podłożu torfowym. W bliskim sąsiedztwie jezior lobeliowych rozciąga się największe jezioro w Parku Krajobrazowym „Dolina Słupi” – jezioro Jasień. Ono z kolei stanowi atrakcję dla tych, którzy lubią obserwować ptaki. Jasień to ostoja trzcina, gąsienic i gąsienic. Dla ochrony rybnictwa rzecznej poprzez stworzenie jej możliwości bezpiecznego odbycia lęgów przyrodnicy zamontowali tratwy pływające po jeziorze. Wiosną przy odrobinie szczęścia można na nich wypatrzyć najpierw jajka, a potem pisklaki. Ta część województwa pomorskiego na pewno jest wielką atrakcją dla miłośników przyrody związanej z wodami i terenami podmokłymi, które pamiętają zamierzchłe czasy i skrywają w sobie pamiątki historii. Tu, można zaszyć się z lornetką na długie spacerowanie ukraśnione ptasimi głosami i utonąć w zapachach niezwykłych roślin bagiennych.



## Morze Kaszubskie a Baltyckie

Jeziora Wdzydzkie wchodzą w skład tzw. Kaszubskiego Morza, które jest największym kompleksem jeziornym Pomorza. Cztery jeziora rozciągając na cztery strony świata tworzą tzw. Krzyż Jezior Wdzydzkich. Są to: jezioro Gołuń, Radolne, Jelenie i Wdzydze. Rynny jeziorne tną ten obszar z północy na południe na długości 11 km oraz z zachodu na wschód - na długości 9 km. Pomimo, iż jeziora łączą się ze sobą zachowały swój niezależny charakter. Jelenie i Radolne otoczone są klifowymi brzegami, porośniętymi borem sosnowym. Charakteryzuje je cisza i spokój. Jeziora Gołuń, Wdzydzkie oraz sam Krzyż są poddane większej presji turystycznej. Na uwagę zasługuje osiem wysp Krzyża Jezior Wdzydzkich. Największa z nich – Ostrów Wielki, o długości ok. 3 km i powierzchni 90,66 ha, jest drugą co do wielkości wyspą jeziorną w Polsce. Najmniejsza to zaledwie kępa trzciny. Wszystkie wyspy są ostojami ptaków wodno-błotnych. Gniazdują na nich i odbywają lęgi takie gatunki jak: łabędź niemy, kaczka krzyżówka, czernica, perkoz dwuczuby, kormoran, tracz nurogęś, gągoł, brodziec piskliwy, gęś gęgawa czy czapla siwa. Jeszcze do niedawna perełką Jezior Wdzydzkich był szlachar, rzadki gatunek kaczki. Pod względem botanicznym najbardziej interesująca jest wyspa Glonek. Porastają ją cenne siedliska leśne takie jak grądy czy łęgi. Wiosną w runie zakwitają cenne gatunki roślin – przylaszczka pospolita, pierwiosnek lekarski i żywiec cebulkowy. Latem przepięknie kwitnie lilia złotogłów. Na wyspach nie brakuje też rodzimych storczyków, do których należą listera jajowata, kukułka szerokolistna czy kruszczyk błotny. W obszarze Natura 2000 jest także siedem jezior ramienicowych. Są to: Wdzydze Południowe, Kotel, Kramsko Małe, Sominko, Płocice, Wielkie Płocice i Kułkówko. Charakteryzują się one czystą wodą, o szmaragdowo-

zielonej barwie. Ten niezwykły kolor nadają im duża przezroczystość wody oraz zasobność w węglany, wapń i magnez. Dno takich jezior porastają podwodne łąki ramienic. Jeziora ramienicowe zachwycają bogactwem życia, które dzięki dużej przezroczystości wody możemy podziwiać z powierzchni. Zdarza się, że są one miejscem bytowania takich gatunków ryb jak sieja czy sielawa oraz bardzo rzadkiego skorupiaka – raka szlachetnego, gatunku zagrożonego wymarciem. Największym jeziorem ramienicowym ostoi są Wdzydze Południowe.

Przez obszar Jezior Wdzydzkich przepływają rzeki Wda, nazywana Czarna Wodą i jej lewobrzeżny dopływ - Trzebiocha. Oba cieką płyną przede wszystkim malowniczymi dolinami z kwietnymi łąkami. Zarówno Wda jak i Trzebiocha są miejscem występowania tarlisk endemicznego gatunku ryby, zamieszkującego Jeziora Wdzydzkie, a mianowicie troci jeziorowej, zwanej trocią wdzydzką. Ryby te spędzają większość swojego życia w jeziorze, które opuszczają jedynie na krótki okres tarła. To ostatnie odbywa się na żwirowo-kamienistym dnie rzeki, gdzie samica troci buduje gniazdo tarłowe. W listopadzie, przy odrobinie szczęścia, na własne oczy można zobaczyć ten wspaniały spektakl.

Odwiedzając tą część Pomorza warto zatrzymać się na chwilę we Wdzydzach Kiszewskich, gdzie znajduje się najstarsze w Polsce muzeum na wolnym powietrzu – Kaszubski Park Etnograficzny. Ma on w swoich zbiorach ponad 40 obiektów z rejonu Kaszub i Kociewia. Wnętrza obiektów są wiernie zachowane, wyposażenie autentyczne, a otoczenie obiektów zachowuje tradycyjny charakter kaszubskiej przyrody. I tutaj można znaleźć kawałek świata tylko dla siebie, z lunetą na skraju jeziora będziemy mogli przyjrzeć się skrzydlatym mieszkańcom i w ciszy oddać się nieśpiesznemu wypoczynkowi.



## Lasy, puszcze, a może... bory?

Bory Tucholskie to duży i zwarty kompleks leśny – jeden z największych w Polsce. Gatunkiem panującym jest tu sosna zwyczajna, która tworzy różnego typu zbiorowiska borowe. Dominuje bór sosnowy świeży, ale na uwagę zasługuje rzadki rodzaj boru – bór chrobotkowy. Wykształca się on na skrajnie suchych i jałowych glebach – piaskach wydm śródlądowych i piaskach sandrowych. Bory chrobotkowe to ubogie florystycznie siedliska leśne. W drzewostanie występuje jedynie sosna, a uwagę przyciąga dno lasu. Krzaczkowate porosty, głównie szarozielone chrobotki nadają specyficzny charakter temu zbiorowisku. Wędrując borem chrobotkowym w okresie suchym towarzyszy nam chrząst kruszących się porostów. Tym ostatnim towarzyszą krzaczkowate rośliny zielne, takie jak: borówka brusznica, wrzos zwyczajny, rzadziej borówka czernica czy mącznica lekarska. Dla osób wędrujących z lornetką atrakcją może być wypatrzenie lelka oraz skowronka borowego zwanego lerką.

Na wilgotnych glebach torfowych, często w sąsiedztwie samych torfowisk, uwagę przyciągają bory bagiennie. Są to tajemnicze lasy, które powstały na dawnych torfowiskach. Drzewa tworzące bór bagienny są często niskie, skąłowaciałe

i niekiedy powykrzywiane. Ich wygląd może być mylący dla obserwatora, ponieważ zazwyczaj są starsze niż moglibyśmy przypuszczać. W Borach Tucholskich nie brakuje samych torfowisk, zwłaszcza tych, które rozwinęły się w bezodpływowych zagłębieniach terenu – tzw. torfowisk wysokich. Zarówno w borach bagiennych jak i na torfowiskach kozuch torfowców opleciony jest gałązkami żurawiny błotnej – rośliny o wysokich walorach smakowych i zdrowotnych, nie wspominając już o nalewkach robionych na jej jagodach.

Bory Tucholskie rozciągają się w obrębie dorzeczy trzech rzek – Wdy, Brdy i Mątwy. Na tak dużym terenie nie brakuje również jezior. Wśród tych najcenniejszych należy wymienić jeziora lobeliowe, ramienicowe oraz niewielkie powierzchniowo jeziora dystroficzne. Z tymi ostatnimi często związane jest występowanie torfowisk przejściowych i wysokich. Charakteryzuje je żółto-brązowy kolor wody, wynikający z zawartości w wodzie humusu, torfu lub butwiny. To właśnie one nadają wodzie kwaśny odczyn. Wokół jeziorek dystroficznych rozwija się zazwyczaj pas torfowców, który może tworzyć pływający kozuch. Jego oderwane fragmenty występują w obrębie tych zbiorników w postaci pływających wysp.





Zimorodek

Fot. G. Jedro

Urozmaicona rzeźba terenu, bogata sieć hydrologiczna oraz różnorodność siedlisk przyrodniczych gwarantuje występowanie wielu rzadkich i zagrożonych wyginięciem gatunków zwierząt. Duża liczba śródlęśnych i śródpolnych oczek wodnych sprawia, że Bory Tucholskie są miejscem bytowania wszystkich 13 gatunków nizinnych płazów. Poza często spotykanymi żabami brunatnymi – trawną i moczarową, zielonymi – wodną, jeziorkową i śmieszka, stwierdzono występowanie trzech gatunków ropuch – pospolitej ropuchy szarej, ropuchy zielonej oraz rzadkiej – paskówki. Tu również w okresie godowym możemy zobaczyć oraz usłyszeć odgłosy wydawane przez grzebiuszkę ziemną, kumaka nizinnego czy rzekotkę drzewną. Występują również traszki – grzebieniasta oraz zwyczajna. Wśród gadów uwagę warto skierować na bytującego w sąsiedztwie zbiorników wodnych zaskrońca. Gad ten posiada charakterystyczne żółte plamy na skroniach, które pozwalają odróż-

nić go od żmii zygzakowatej. Bory Tucholskie to raj dla ornitologów, zarówno tych zawodowych jak i amatorów. Awifauna reprezentowana jest przez 135 gatunków. Na szczególną uwagę zasługuje zimorodek – turkusowy klejnot związany z rzekami. Urwiste brzegi rzek i zbiorników wodnych są miejscem jego gniazdowania. Natomiast stare drzewostany, sąsiadujące z terenami otwartymi lub torfowiskami zamieszkuje największa w Polsce sowa - puchacz.

Bory Tucholskie to raj dla grzybiarzy, to tu ciągle jeszcze zbiera się płachetki kołpakowate, o których w innych rejonach Polski mało kto słyszał. Na ryby, grzyby czy podglądanie przyrody warto w Borach Tucholskich używać roweru, zapach sosnowych terpenów z pewnością przyczyni się do wzmocnienia górnych dróg oddechowych.

Odkryj Pomorze na nowo, jego dzikość ukrytą w niezwykłym krajobrazie polodowcowym.



Lobelia jeziorna

Fot. Archiwum PKDS



Kumak nizinny

Fot. Archiwum PKDS



## Propozycje turystyczne

W tym rozdziale proponujemy konkretne sposoby na spędzenie czasu wolnego w oparciu o dostępne oferty turystyki przyrodniczej w regionie. Przykładowe oferty turystyczne pozwolą zaplanować pełen emocji pobyt wypełniony aktywnościami związanymi z poznawaniem atrakcji przyrodniczych oraz kulturowych. Te wzorcowe programy stanowią punkt wyjściowy dla każdego turysty, który pragnie zobaczyć więcej, poczuć bardziej i usłyszeć lepiej co oferuje ten region Polski.

### Kociewski świat przyrody

#### Dla kogo?

Oferta skierowana jest przede wszystkim dla przedszkolaków i uczniów głównie w ramach jednodniowych zielonych szkół, także z możliwością wyjazdów pod namioty.

#### Lokalizacja

Obszar Borów Tucholskich – miejscowość Cis (80km od Gdańska)

#### Aktywność turystyczna

##### Z PRZYRODĄ ZA PAN BRAT

- Praktyczne aspekty dbałości o środowisko:
  - zobaczyć z czego powstaje kompost i do czego służy?
  - czy można i po co „przechowywać” deszcz?
  - jak segregować śmieci i co można wyczarować ze zbędnych plastików?
  - jak i po co oszczędzamy energię w domu?
- Własna ścieżka przyrodniczo-edukacyjna
- Praktyczne poznawanie i ochrona ptaków:
  - Budowanie karmników oraz budek lęgowych;
  - Poznawanie zwyczajów i odgłosów ptaków;
- Warsztaty darów natury – wypiek ciasta i herbaty z domowego ogródka

- Czas trwania wycieczki: około 6 godz.
- Pomoce dydaktyczne: foldery, mapy, przewodniki, lornetki

#### Warto zobaczyć / Warto skorzystać

- Płezioro Pieszczenko – użytek ekologiczny dostępny także jako kąpielisko;
- Pomnik przyrody – 140 letnia lipa;
- Postoje żurawi i bocianów.

Dane kontaktowe:

Mieczysława Cierpiot; [agroturystyka\\_cis@poczta.onet.pl](mailto:agroturystyka_cis@poczta.onet.pl)

### Śladami bobrów

#### Dla kogo?

Oferta skierowana jest dla rodzin z dziećmi, które pragną „pobobrować” i odpocząć w kontakcie z przyrodą.

#### Lokalizacja

Obszar obejmuje jezioro Żołnowo, jezioro Sudomie oraz jezioro Mielnica.

#### Aktywność turystyczna

##### PODGLĄDANIE BOBRÓW

- Trasa obecności i działalności bobrów ma łączną długość ok. 5 km.
- Na trasie oprócz śladów bobrów spotkać można bukowy starodrzew. Grupy drzew i pojedyncze buki, które stanowią o atrakcyjności krajobrazu tego zakątka Kaszub;
- Czas trwania wycieczki: około 4 godz.
- Pomoce dydaktyczne: mapy, lornetki

##### PODGLĄDANIE PTAKÓW

- Kormorany – możliwość podglądania siedlisk i typowych dla tych ptaków połowów ryb w formie pikowania;
- Żurawie – możliwość podziwiania rybołówstwa statycznego oraz niesamowitej wielkości podczas lotu

Dane kontaktowe:

Agnieszka Pniewska; [guzkowka@guzkowka.pl](mailto:guzkowka@guzkowka.pl)



## Inne propozycje

### WOKÓŁ JEZIOR

Dane kontaktowe: Andrzej Jocher; [biuro@ranchomaszera.com](mailto:biuro@ranchomaszera.com)

### LOBELIA - Z CZYM TO SIĘ JE

Dane kontaktowe: Małgorzata Nowotnik; [pomysk@wp.pl](mailto:pomysk@wp.pl)

### 5 JEZIOR DOLIN SŁUPI

Dane kontaktowe: Gabriela Helta; [pokoje-u-gabi@o2.pl](mailto:pokoje-u-gabi@o2.pl)

### SZLAK SZMARAGDOWYCH SKRZYNEK

Dane kontaktowe: Daniel Ebertowski; [danielpoland@gmail.com](mailto:danielpoland@gmail.com)

- 
- 1** LOT SERCE KASZUB  
Sycowa Huta 29, 83-406 Wąglilkowice
  - 2** FUNDACJA REPUBLIKA MARZENI  
84-424 Lipusz, ul. Derdowskiego 4
  - 3** POWIATOWE STOWARZYSZENIE AGRO-KASZUBY BYTÓW  
77-100 Bytów, ul. Malachowskiego 20
  - 4** GDAŃSKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYZMU  
83-210 CIS 1A
  - 5** LOKALNA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA „SERCE KASZUB”  
Płocice 7a, 83-424 Lipusz
  - 6** POWIATOWE STOWARZYSZENIE AGRO-KASZUBY POWIATU BYTOWSKIEGO  
77-100 Bytów, Pomysk Wielki 61





Dofinansowano ze środków  
Narodowego Funduszu  
Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej



INSTYTUT  
NA RZECZ  
EKOROZWOJU

Niniejszy materiał został opublikowany dzięki dofinansowaniu ze środków NFOŚiGW.  
Za jego treść odpowiada Fundacja Instytut na Rzecz Ekorozwoju.



WYPOCZYNEK  
BLISKO NATURY  
*w Polsce północno-wschodniej*



PRZEWODNIK TURYSTYKI  
PRZYJAZNEJ NATURZE



**Opracowanie:**

Krzysztof Konieczny, Tomasz Kowalik, Cezary Molski,  
Anna Nawrot, Katarzyna Dmochowska, Marcel Kwaśniak.

**Projekt graficzny i skład:** Agnieszka Rejowska

Szczególne podziękowania należą się fotografom za udostępnienie zdjęć.

Opracowanie zostało zrealizowane przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju (InE) jest pozarządową organizacją typu think-tank powstałą w 1990 r. InE zajmuje się promowaniem i wdrażaniem zasad oraz rozwiązań służących zrównoważonemu rozwojowi Polski.

## Spis treści

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 1. Wprowadzenie                                     | 5  |
| 2. Blisko Natury – jakość w turystyce przyrodniczej | 6  |
| 3. Rekomendowane atrakcje przyrodnicze              | 8  |
| 4. Propozycje turystyczne                           | 16 |







## Wprowadzenie

Turystyka przyrodnicza to ciekawy sposób poznawania regionów turystycznych, zwłaszcza wszystkimi zmysłami poprzez agroturystykę lub turystykę wiejską. Nie trzeba być specjalistą, entuzjastą czy hobbystą by odnaleźć przyjemność w odkrywaniu osobliwości przyrody, znajdujących się na wyciągnięcie ręki wokół miejsc zakwaterowania – gospodarstw agroturystycznych, na obszarach Natura 2000. Warunkiem koniecznym korzystania z tej formy wypoczynku jest potrzeba relaksacji w harmonii z wybranym otoczeniem. To właśnie ta przyroda stanowiła i stanowi tło wydarzeń, jest świadkiem historii danych terenów oraz zmian zachodzących w społeczności tu mieszkającej.

Turystyka przyrodnicza to nie tylko poznawanie ciekawostek i odkrywanie rzeczywistych „cudów” natury, ale w wydaniu agroturystyki i turystyki wiejskiej zrozumienie czym ta przyroda była i jest dla człowieka, także w wymiarze praktycznym. To właśnie tu możliwe jest poznanie, od autentycznych mieszkańców, jak ta przyroda wpływała i może wpływać na jakość życia, a zwłaszcza na jakość wypoczyniania.

W niniejszym folderze pragniemy przedstawić nie tylko ciekawostki stanowiące powód do wyjazdu weekendowego lub urlopowego, ale przede wszystkim odpowiedzialny sposób na delektowanie się przyrodą podczas wyjazdu turystycznego. Sprawdzone i rekomendowane przez naszych specjalistów miejsca oraz aktywności pozwolą nie tylko na przeżycie wielu pozytywnych emocji w kontakcie z licznymi atrakcjami lokalnymi, ale także na odpowiedzialne z nich korzystanie. Dla nas prawdziwy wypoczynek jest zawsze Blisko Natury®.



# BLISKO NATURY®

## - jakość w turystyce przyrodniczej

*Zmęczeni gwarem, hałasem i cierpiący od smogu mieszkańcy miast tęsknią za chwilą wytchnienia. Jedni chcą powędrować szlakami inni pozbierać zioła, podglądać ptaki, nietoperze czy popłynąć piękną trasą kajakową.*

*Przyroda jest zasobem nie do przecenienia. Istnieją setki sposobów korzystania z niej. W Polsce powstało tysiące gospodarstw agroturystycznych i innych obiektów, które oferują pobyt na wsi i niemal każdy z nich proponuje jakąś formę kontaktu z naturą.*

Takie pytania przeświecały twórcom **certyfikatu „Blisko Natury”**, który jest pierwszym i jedynym ekocertyfikatem w Polsce, który skupia się na ofercie przyrodniczej.

- Jak znaleźć ciekawe propozycje?
- Czy spośród tysięcy propozycji nie warto wyróżnić wyjątkowych pomysłów?
- Skąd wiedzieć, którzy gospodarze interesują się przyrodą, chcą prowadzić swój obiekt w taki sposób, aby jak najmniej wpływać negatywnie na otoczenie?
- U kogo znajdę żywność lokalną i dowiem się o miejscowych tradycjach a kto poczęstuje mnie jedzeniem z hipermarketu i zaoferuje wyłącznie nocleg?
- Czy z mojej podróży przyjadę bogatszy o wiedzę i doznania?

## Dla kogo jest certyfikat „Blisko Natury”?

Dla obiektów turystyki wiejskiej (członków organizacji/stowarzyszeń agroturystycznych i turystycznych) oferujących poszerzony, głębszy i przemyślany kontakt z naturą. Jednym słowem dla tych, którzy posiadają lub tworzą ofertę turystyki przyrodniczej, a samo gospodarstwo czy inny obiekt turystyki wiejskiej nie jest uciążliwy dla środowiska.

## Jakie wymagania stawia certyfikat:

- oferta przyrodnicza i dostępność sprzętu niezbędnego do jej realizacji
- funkcjonowanie obiektu w sposób przyjazny dla środowiska w zakresie:
  - energii i ogrzewania,
  - zarządzania odpadami,
  - gospodarowania wodą i ściekami,
  - żywności,
  - stanu ogólnego obiektu.

Szczegóły dotyczące procedur, wymogów oraz regulamin certyfikatu, a także inne informacje dotyczące turystyki na obszarach Natura 2000 znajdują się na stronie [www.natura2000.org.pl](http://www.natura2000.org.pl)



## Co daje certyfikat?

- wartość dodaną do obecnie posiadanych usług poprzez utworzenie i wdrożenie oferty turystyki przyrodniczej (w ramach projektu eksperci ds. przyrody udzielili rekomendacji)
- wyróżnienie obiektu na tle innych
- promocja obiektu w publikacjach i na stronach internetowych
- ułatwienie pozyskania nowych klientów, uzyskanie większych dochodów oraz lepszy związek z klientami dotychczasowymi dzięki nowym propozycjom.

Certyfikat „Blisko Natury” nadawany jest na okres 2 lat przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.



## Rekomendowane atrakcje przyrodnicze

### Cuda przyrody za rogatkami stolicy

Czy warto jadąc do Warszawy, wstąpić gdzieś po drodze? Czasem warto zapomnieć się na chwilę w drodze do stolicy i zatopić się w leśny krajobraz Kampinoskiego Parku Narodowego. To unikat w skali Europy gdzie jest bezkonkurencyjny w „kategorii sąsiedztwo wielkiego miasta”.

Unikatowe walory tego parku to położenie u stóp Równiny Błońskiej, naturalne naprzemienne pasma mokradeł, bagien i łąk, pasma wydm, znowu bagien i kolejne pasmo wydm, aż do brzegu Wisły. Od zachodu granica parku jest na rzece Bzurze, a od wschodu dzielnica stolicy - Żoliborz. Do KPN należy Ośrodek Hodowli Żubrów im. prezydenta RP Ignacego Mościckiego w miejscowości Smardzewice koło Tomaszowa Mazowieckiego. W tym parku od ponad 65 lat udało się przywrócić cenne gatunki zwierząt - łosia, bobra, rysia, pojawiają się nawet wilki, po około 200 latach nieobecności i zurbanizowania otuliny parku. Wycieczka przyrodnicza z lornetką często owocuje obserwowaniem takich osobliwości przyrodniczych, jak niesamowite

gatunki ptaków: błotniaki zbożowy i stawowy, orlik krzykliwy, kobuz, bocian czarny czy żuraw.

Piaszczyste wydmy to najciekawsza część Puszczy. Mają dzięki silnym wiatrom formę rogalika lub wału. Bagna, torfowiska, łąki i pastwiska powstały dzięki kiedyś szeroko rozlewającej się Wiśle. Na wydmach głównym drzewem jest sosna a na terenach podmokłych brzoza i olcha. W takim środowisku zachowały się liczne gatunki roślin m.in. chamedafne północna, zimoziół północny, gnidosz królewski czy wiśnia kwaśna. Roślinność parku wzbogaca ponad 200 gatunków mchów, porostów i wątrobowców.

Malowniczy krajobraz, ścieżki przyrodnicze i dogodne drogi dla rowerów to najlepsza zachęta na wypad za miasto. Nawet miłośnicy koni odnajdą tu swoje szlaki. Kampinoski Park Narodowy to już tradycja dobrze przygotowanych materiałów edukacyjnych, z których warto korzystać i przygotować się przed niesamowitą wyprawą lasu kryjącego tajemnice przyrodnicze i historyczne.



### Iście bajkowa Suwalszczyzna

Suwalski Park Krajobrazowy - to pierwszy taki obszar chroniony w Polsce od 1976 r. Ten niewielki park został w 2014 r. wyróżniony w plebiscycie „National Geographic” jako jeden z „7 cudów Polski”.

To niezwykle obszar z 26 jeziorami, z których Hańcza najgłębsze z polskich (108,5 m) zasługuje na szczególną uwagę. Wody tego regionu wypełniają morenowe doliny, ponadto kilkanaście małych rzek, a nad nimi zalesione wzniesienia do 280 m n.p.m. Na Górze Zamkowej 228 m n.p.m. koło Szurpił jest rezerwat archeologiczny, pozostałość po plemieniu Jaćwingów. Lodowiec pozostawił po sobie osobliwy krajobraz, a w nim jak na nitce nanizane są piękne rezerваты: - głazowiska „Barchanowo nad Czarną Hańczą”, „Łopuchowskie” i „Rutka”, czyli po kilka tysięcy dużych i małych głazów narzutowych.

To raj dla botaników i miłośników roślin. Bogactwo świata roślin sięga 700 gatunków. Dodatkowo

pośród tego niezwykłego układu można wypatrzyć ponad 140 gatunków ptaków, a wśród nich na uwagę zasługuje bocian czarny, orlik krzykliwy oraz osobliwość trzcinowisk – tajemniczy bąk – duża czapla wtapiająca się swym ubarwieniem w trzcinowiska. Miłośnicy ryb ciągle jeszcze mogą tu odkryć siebie i sielawę. Wieczorem i nocą niebo ozdabiają nietoperze, ich rozpoznawanie to trudna sprawa, ale warto wybrać się na wycieczkę chiropterologiczną wycieczkę z lokalnymi przyrodnikami.

Na Suwalszczyźnie liczbą jezior rynnowych, ubogim zalesieniem i pięknymi dolinami pośród polodowcowych wzniesień, wyróżnia się Pojezierze Zachodnio-suwalskie. Znajdziemy je na szlakach przyrodniczych wędrówek samochodowych, pieszych i na rowerze w rejonie miejscowości Suwałki, Bakałarzewo, Filipów i Raczki. Do najcenniejszych obiektów chronionej przyrody należy rynna rzeki Rospudy.





## Trójstyk granic

Styki granic i rozdroża to magiczne miejsce. Tu zawsze warto zaczynać swoje wędrówki. Takim miejscem jest właśnie Suwalszczyzna. Jedni twierdzą, że tu jest koniec Polski, drudzy, że wręcz przeciwnie - tu się nasz kraj zaczyna. Miejsce osobliwe, na styku granic trzech państw Polski, Litwy i rosyjskiego Obwodu Kaliningradzkiego, typowy skraj, czyli kresy.

Zerknijmy na mapę - na samym północno-wschodnim krańcu, na współczesnych kresach Polski, jest jezioro Wiżajny (330 ha), oraz 30 innych, stolica gminy Wiżajny, a opodal Żytkiejmy i Rutka Tartak. Wiosna jest późna, często gospodarze do wiosennych prac polowych jadą... saniami!, lato krótkie, jesień ma wszystkie typowe kolory, a zima daje w kość tak, że lód „strzela” rozgłośnie tężając na jeziornych wodach. Miejscowi twierdzą, że kto raz spróbuje tutejszej przyrody, to musi przyjechać co najmniej jeszcze trzy razy.

Często krainę na północno-wschodnim skraju Polski nazywa się „Bieszczadami Północy”. Dla pieszych i rowerzystów szlaki jak w marzeniach - rozmaite, stosunkowo łatwe dla starszych i młodych, poprowadzone pośród bujnej przyrody, o rozległych widokach z suwalskich gór. I bodajże najważniejsze to, co na innych szlakach i regionach turystycznych trudno ostatnio w wielu miejscach znaleźć: cisza.

W plecaku pieszego lub sakwie rowerowego krajoznawcy czy turysty, powinna znaleźć się niewielka książeczka „Wiżajńskie klimaty”, skąd warto zaczerpnąć mnóstwo informacji o rejonie.

Przy wiosce Żydziny, opodal Żytkiem jest osobliwy punkt na mapie tych stron – granitowy słup zwany „Trójstyk”, czyli punkt zbiegu granic państwowych Polski, Litwy i Obwodu Kaliningradzkiego. Opodal jest obszerny parking z sanitariatami, a tuż przy nim biegnie wytyczony i częściowo urządzony latem 2015 r. długodystansowy szlak rowerowy „Green Velo”, łączący przyrodniczo atrakcyjne tereny i setki zabytków w 5 województwach (ponad 2 tys. km przez tereny wschodniej Polski). Start w Kielcach, potem Lublin, Rzeszów, Przemyśl, Zamość, Białystok, Łomża, Suwałki, przez Park Krajobrazowy Puszczy Rominckiej do Elbląga. Szlak daje okazję do poznania (choćby pobieżnie!!!) parków narodowych: Wigierskiego, Biebrzańskiego, Narwiańskiego, Białowieskiego, Roztoczańskiego.



## Podlasie - kraina przyrodą płynąca

Podlasie - dla ochrony przyrody stworzono tu Łomżyński PK Dolnej Narwi, PK Puszczy Knyszyńskiej, Suwalski PK, prawie sto rezerwatów, 15 obszarów chronionego krajobrazu, 24 obszary Natura 2000 (ochrony siedliskowej) i 12 obszarów ochrony ptaków (wg Dyrektywy Ptasiej). Nie sposób pominąć parków narodowych Białowieskiego, Wigierskiego, Biebrzańskiego i Narwiańskiego. To kraina z najcenniejszymi w Polsce tworamami natury, ale także Obszar Funkcjonalny „Zielone Płuca Polski” ogłoszony w 1983 r. jako kompleks najcenniejszych cudów natury”, a także obszar specjalnego gospodarowania dobrami naturalnymi, planowania i przestrzegania zasad ich ochrony, poszanowania i równocześnie rozwoju zgodnie z zasadą „przede wszystkim nie szkodzić”, a tam gdzie przyroda jest „królową” należą się jej specjalne względy.

Nie ma w Europie sobie równych szata leśna czy choćby podobnych do Puszczy Białowieskiej, warkoczowej natury i nurtu Narwi, dolin Rospudy i Biebrzy oraz wspomnianych parków narodowych Narwiańskiego i Biebrzańskiego. Dodajmy jeszcze Wigierski PN „oprawionym” w Puszczy Augustowską. Te formy ochrony

przyrody, krajobrazu i tradycji kulturowych obejmują największy w Polsce obszar chronionych, czyli niemal 30 procent północno-wschodniej połaci kraju.

Tutaj występują niezwykle zjawiska. Jednym z nich jest anomalia magnetyczna w rejonie miejscowości Szurpiły, dzięki położonym na głębokości 1000-2300 m złoża rud żelaza, tytanu i manganu. Zdarzyło się tu nawet trzęsienie ziemi!





# Puszcza Knyszyńska

To prawie 75 tys. ha, a z otuliną 52,2 tys. ha pozostałość po ogromnych puszczech na kresach północno-wschodnich naszego kraju. I tutaj największe zasługi w kształtowaniu krajobrazu miał „mistrz lodowiec”.

Jakie obiekty są godne poznania po drodze z Białego Stoku do pogranicznych Krynek? Prawie 70 proc. obszaru porastają lasy sosnowe z borówkami, czarnymi jagodami, żurawiną i mnóstwem grzybów. Teren puszczy dostępny jest dzięki szosie i towarzyszącej jej ścieżce rowerowej, zimą jako trasa oświetlona narciarstwa śladowego-biegowego. Najbardziej godne polecenia są stworzone przez leśników „muzea przyrodnicze na wolnym powietrzu” - Arboretum Leśne w Kopnej Górze, oraz osobliwy park przyrodniczy w Poczopku, przy siedzibie Nadleśnictwa Krynk. Są tu m.in. gnomomierz, rodzaj zegara przyrodniczego w Silvarium, zamknięty obieg wody potoku leśnego, widoczne za szybami mrowisko mrówki ćmawej - gatunku uznanego za „lekarza lasu” i ul pszczół leśnych, oraz nagrania głosów kilkudziesięciu gatunków ptaków.

Bogactwo Parku KPK tworzy 800 gatunków roślin zielnych, oraz 200 gatunków porostów. Poznanie ich ułatwia 15 szlaków pieszych, 4 rowerowe i 4 wodne na rzekach Supraśl i Sokołda. W razie niepogody po-

znawanie przyrody tych stron ułatwią wspomniane Silvarium i muzeum przyrodnicze parku i wiaty przy szlakach. A w każdym przypadku warto mieć ze sobą lornetkę i powiększyć domowe zbiory fotografii przyrodniczych. Jeśli nie mamy atlasu roślin czy zwierząt, można skorzystać z pomocy leśników-przewodników, zajęć terenowych np. na temat 4 pór roku w puszczy, poznać kolekcję leśnych kwiatów wiosennych.

Ścieżki przyrodnicze ułatwiają poznawanie osobliwości i nieznanego, także wnętrza lasu. Atrakcją np. w rezerwacie „Krzemionka” są pozostałości po prehistorycznej kopalni krzemienia do wytwarzania narzędzi, a w dni zimowe tropy zwierząt. W Parku KPK żyją liczne wilki i kilka żubrów (na wolności w nadleśnictwach Waliły i Krynk), a także bobry, rysie i łosie.

Puszcza Knyszyńska ma związek jej nieodległymi „siostrami” - Puszcą Białowieską i Augustowską, co sprzyja wędrownym zwierzętom pomiędzy nimi, stałymi, od dawna tzw. korytarzami ekologicznymi. Poznanie osobliwości przyrodniczych Puszczy Knyszyńskiej i Parku sprzyja kilkudziesięciu kwater i pensjonatów agroturystycznych, oraz liczne parkingi i pola namiotowe, a informacje o nich nietrudno znaleźć, choćby we wspomnianych nadleśnictwach.







## Bug - przyrodniczym rajem dla turysty

To rzeka wschodniej Polski, czwarta pod względem długości - cała 772 km, a w granicach Polski ma 224 km. Swe źródła ma na Polesiu, a potem rozgranicza nasz kraj od Ukrainy i Białorusi. Godne uwagi kandydata na „turystę przyrodnika” są dwa parki krajobrazowe Podlaski Przełom Bugu oraz Nadbużański Park Krajobrazowy. Obydwa położone są niespełna 100 km od Warszawy.

Ten drugi leży w środkowo-wschodniej części województwa Mazowieckiego, w jego granicach jest lewo-brzeżną część doliny Dolnego Bugu, a także fragment dolnej Narwi. Jest jednym z największych parków krajobrazowych w Polsce, położony równoleżnikowo chroni prawie 120 km rzeki Bug i 40 km Narwi. Powierzchnia 74 136,50 ha wyznacza mu wysoką lokatę pośród podobnych obszarów, a z otuliną aż 113, 671 tys. ha. Mimo złudzenia, że rzeka płynie meandrując przez tereny nizinne, różnorodności przyrodniczej sprzyjają rozlewiska, starorzecza i wyspy. Zalesione brzegi i wysokie skarpy, nadbrzeżne grądy są siedliskiem wielu gatunków chronionych roślin i zwierząt.

Wśród roślin wyróżniają się m.in. lilia złotogłów, zimziół północny, pełnik europejski, owadożerna rosiczka wąskolistna, kilka gatunków storczyków. Aż 6 gatunków wpisano do Polskiej Czerwonej Księgi Roślin chronionych i zagrożonych wyginięciem. Zróżnicowanie środowiska i siedlisk związanych z rzeką sprzyja bogactwu gatunków zwierząt, a wśród nich najliczniejsze są ptaki wodne i błotne. To wśród ponad 200 gatunków są m.in. kulik wielki i bąk, błotniak stawowy, rybitwy czarna i białoczelna, oraz liczne jaskółki brzegówki i zimorodki, doskonale widoczne są ich liczne gniazda wydrążone w piaszczystych skarpach rzeki. Wśród brodzących warto przyglądać się czaplom - białej i siwej.

Dolina Bugu odgrywa ogromną rolę, jako zlotowisko ptaków wędrownych, i jako miejsce, gniazdowania, odpoczynku i żerowania ptaków migrujących. To bogactwo było ważnym wyróżnikiem nadbużańskich terenów i wpisaniem na międzynarodową listę obszarów "Ostoi ptaków w Polsce", a siedliska np. brodzca krwawodziobego, kolonie rybitwy czarnej i jaskółki brzegówki są wśród najliczniejszych w Polsce. Dlatego Nadbużański PK, jako ostoja ptaków przyciąga wielu polskich turystów przyrodników i obserwatorów z wielu krajów o uboższej awifaunie. Szczególną atrakcją są m.in. orliki krzykliwe i żurawie.

Dlatego znaczna część Nadbużańskiego PK znalazła się wśród obszarów Natura 2000, a Dolina Dolnego Bugu wraz z Doliną Liwca ma status Obszaru Specjalnej Ochrony Ptaków (OSO) o nazwie "Dolina Dolnego Bugu", zaś Specjalny Obszar Ochrony Siedlisk objął "Ostoję Nadbużańską". Podobne warunki naturalne i bogactwo chronionej przyrody w PK Północnopodlaski Przełom Bugu cieszą się powodzeniem nie tylko wśród obserwatorów ptaków. Łatwo dostępny komunikacyjnie teren oraz liczne kwatery służące agroturystyce i turystyce przyrodniczej sprzyjają poznawaniu osobliwości i unikatów przyrodniczych. Zarówno dolina Bugu, wiosenne rozlewiska i okresowe wyspy sprzyjają gniazdowaniu czapli siwej w siedlisku „Czapliniec”. Unikatem w skali ponadregionalnej jest jezioro „Kacapka” o naturze zbiornika krasowego, a siedliskiem bardzo rzadkiego ssaka - susła perełkowatego są „Błonia Nadbużańskie” liczniejszego tylko na Zamojszczyźnie.





## Stare bory na skraju Polski

Dzika i nieujarzmiona, bezludna, pełna bujnej przyrody, poczynając od żubrów po konwalie majowe, jest „polska tajga”, czyli Puszcza Romincka. Innymi słowy - jak z ballady Adama Mickiewicza „...pełne zwierza bory”, ale nie ma zbójców na rozstajnych drogach wśród tychże puszczańskich borów.

W krajobrazie Puszczy Rominckiej pełnym głosem mówią polodowcowe wzniesienia morenowe, nazywane dość charakterystycznie Mazury Garbate, gdzie znajdziemy bagna i przepastne starodrzewia, a jesienią usłyszymy ryczące jelenie, spotkamy buchtujące dziki i wścibskie skrzeczące sójki zbierające żołądź na zimowe zapasy.

Typowe puszczańskie, rominckie lasy - gdzie turystę typu pionierskiego poszukiwacza - czekają przepastne, bezludne okolice i niedostatek miejsc do biwakowania. Te strony budują drzewostany sosnowe, świerkowe, a na terenach podmokłych grądy. Obok nich liczne klony, dęby i lipy. Na zamarłych lasach na łąkach bagiennych i torfowiskach, są opodal leśne dąbrowy, lipowe i klonowe. Wielką rolę w tych lasach spełniły bobry, które po swojemu urządzają stosunki wodne. Stworzyły zabagnienia i rozlewiska hamujące spływ wody niewielkich strumieni, oraz większych rzeczek - Bludzi i Błędzianki.

O dzikości tych puszczańskich terenów snują opowieści miejscowi leśnicy, a czasem przewodnicy turystyczni. Pradawny bór, jak te poetyckie litewskie, czy białowieskie, były - i co ważniejsze, nadal są matczynikiem żubrów! Dużo ich choćby w Puszczy Boreckiej. Jest wiele łosi, jeleni, saren, dzików, a nawet dość licznych wilków, ponadto lisy, rysie, jenoty. W latach panowania pruskiego cesarza Wilhelma II w puszczy był jego dworzec myśliwski, a o jego pasji łowieckiej i sukcesach łowieckich przypomina - przy głównym szlaku przyrodniczym, jednym z zaledwie dwóch takich ułatwień dla turystów przypomina głaz pamiątkowy. Dwa szlaki ułatwiają wędrówkę pieszą i na rowerze, rzadziej wierzchem na koniu. Szlak zielony łączy Jurkiszki i Błąkały, zaś czerwony okolice Gołdapi, przez Pluszkiejmy, Błąkały i Stańczyki (gdzie jest stok narciarski, i saneczkowy, oraz resztką dawnych wysokich wiaduktów nieistniejącej linii kolejowej), szlak prowadzi nad jezioro Hańcza, w Suwalskim PK.

Puszcza Romincka nie jest kolosalnym obszarem, to podłużny (wzdłuż granicy państwowej pas terenu ma 25 km między Żytkiejmami a Gołdapią) zaledwie 36 tys. ha - tylko niewiele mniejszy od podwarszawskiego Kampinoskiego PN - ale po naszej stronie znajduje się tylko 12 tys. ha. W 1998 r. utworzono atrakcyjny dla turysty-przyrodnika Park Krajobrazowy Puszczy Rominckiej (14620 ha z otuliną), w granicach dwóch gmin - Dubeninki i Gołdap. Największe jezioro Gołdap (234 ha) sąsiaduje ze stolicą gminy.

W przyrodzie PKPR przeważają wielogatunkowe lasy iglaste i liściaste, mokradła, jeziora i niewielkie ciek. Bez atlasu rzadkich roślin nie da się poznać gatunków reliktowych, głównie na torfowiskach, a nawet górskich - np. szczwoli gorz tatarski i turzyca patagońska. Najcenniejsze miejsca chronią rezerваты: torfowiskowo leśny „Żytkiejmska Struga” (467 ha), podobny charakter ma rezerwat „Uroczyisko Kramnik” (76 ha) z reliktoową rośliną - maliną moroszką, a w rezerwacie „Mechacz Wielki” (146,7 ha) pod ochroną jest bór bagienny na torfowisku. W rezerwacie „Leśny Kąt” (34 ha) chroniony jest las świerkowo sosnowy.





# Propozycje turystyczne

W tym rozdziale proponujemy konkretne sposoby na spędzenie czasu wolnego w oparciu o dostępne oferty turystyki przyrodniczej w regionie. Przykładowe oferty turystyczne pozwolą zaplanować pełen emocji pobyt wypełniony aktywnościami związanymi z poznawaniem atrakcji przyrodniczych oraz kulturowych. Te wzorcowe programy stanowią punkt wyjściowy dla każdego turysty, który pragnie zobaczyć więcej, poczuć bardziej i usłyszeć lepiej co oferuje ten region Polski.

## Natury ciekawostek czar

### Dla kogo?

Oferta skierowana jest dla rodzin z dziećmi, którzy praktycznie pragną poznać tajniki nie tylko roślin i zwierząt, ale także wykorzystania naturalnych surowców w małym budownictwie. Aktywni członkowie rodzin będą mieli pełne ręce roboty, by dać tym pasywnym możliwość odprężenia się w towarzystwie czystej natury.

### Lokalizacja

Jezióra Jędzelewo i Garbas znane są z wyjątkowej czystości wody, a i ich okolice z bogactwa przyrody. Obszar ten znany jest pod nazwą Mazur Garbatych, które stanowią ostatnią krainę geograficzno-historyczną Warmii i Mazur, w kierunku wschodnim, przed dawnymi ziemiami Jaćwingów, zwanymi obecnie Suwalszczyzną.

### Aktywność turystyczna

#### WARSZTATY BUDOWNICTWA NATURALNEGO, EKOLOGICZNEGO ROLNICTWA I PERMAKULTURY

Czas spędzony z praktykami, to cenny czas. Podczas warsztatów można nie tylko dowiedzieć się jak można zdrowo uprawiać rośliny, budować z materiałów dostępnych dookoła, ale tworzyć przestrzeń wokół siebie w harmonii z przyrodą.

■ Czas trwania spotkania: od 6 godzin do 3 dni

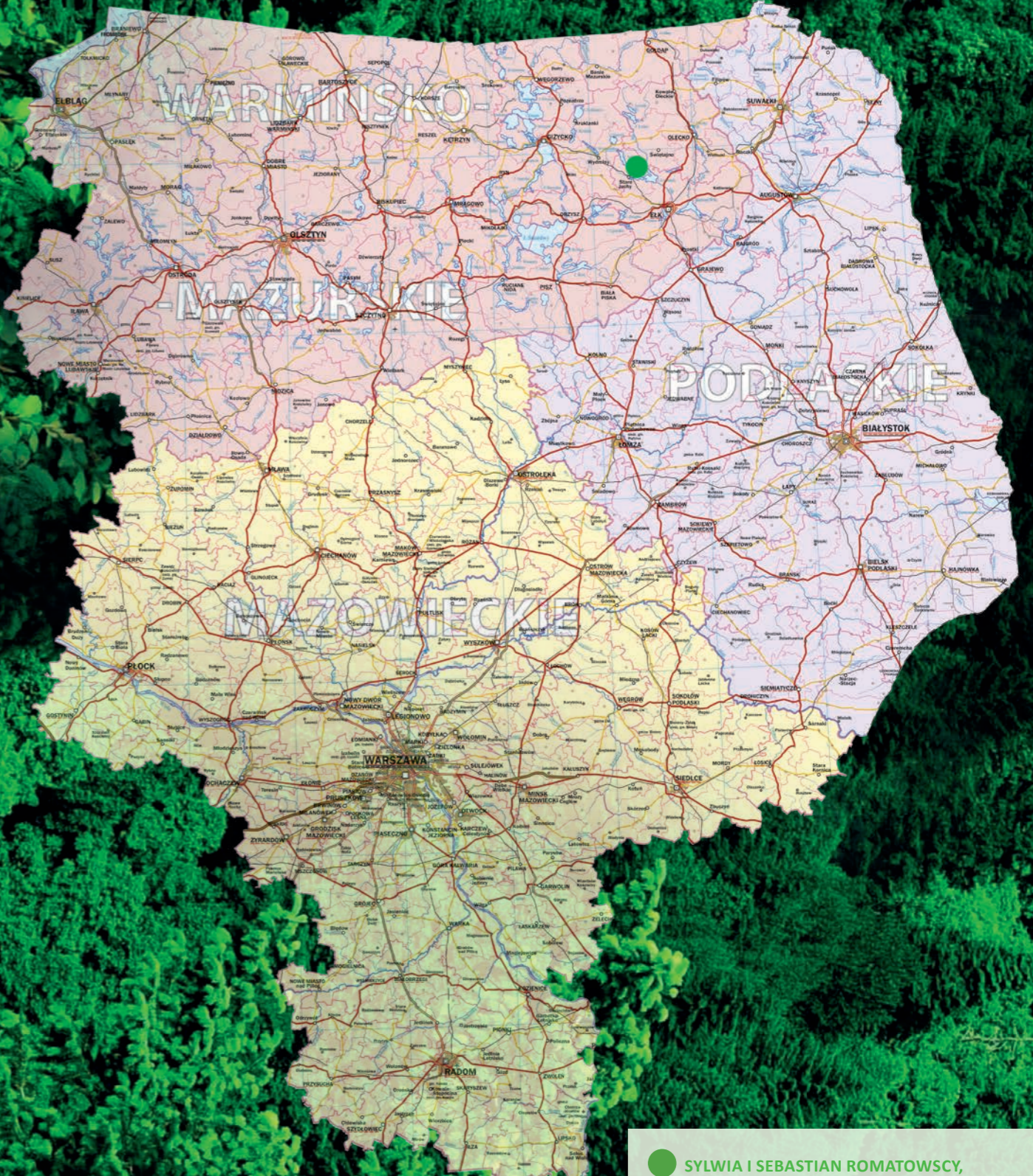
### •Warto zobaczyć

- Pomnik przyrody - granitowy głaz narzutowy o obwodzie 10,5 m; według podań ołtarz ofiarny Prusów;
- Wieża widokowa - 20-metrowa konstrukcja stalowo-drewniana. Wieża ma dwa poziomy widokowe, z których roztacza się widok na malowniczą okolicę, w szczególności na jezioro Jędzelewo. Obok wieży zorganizowano parking. Do wieży prowadzi ścieżka i mostek.

Dane kontaktowe:

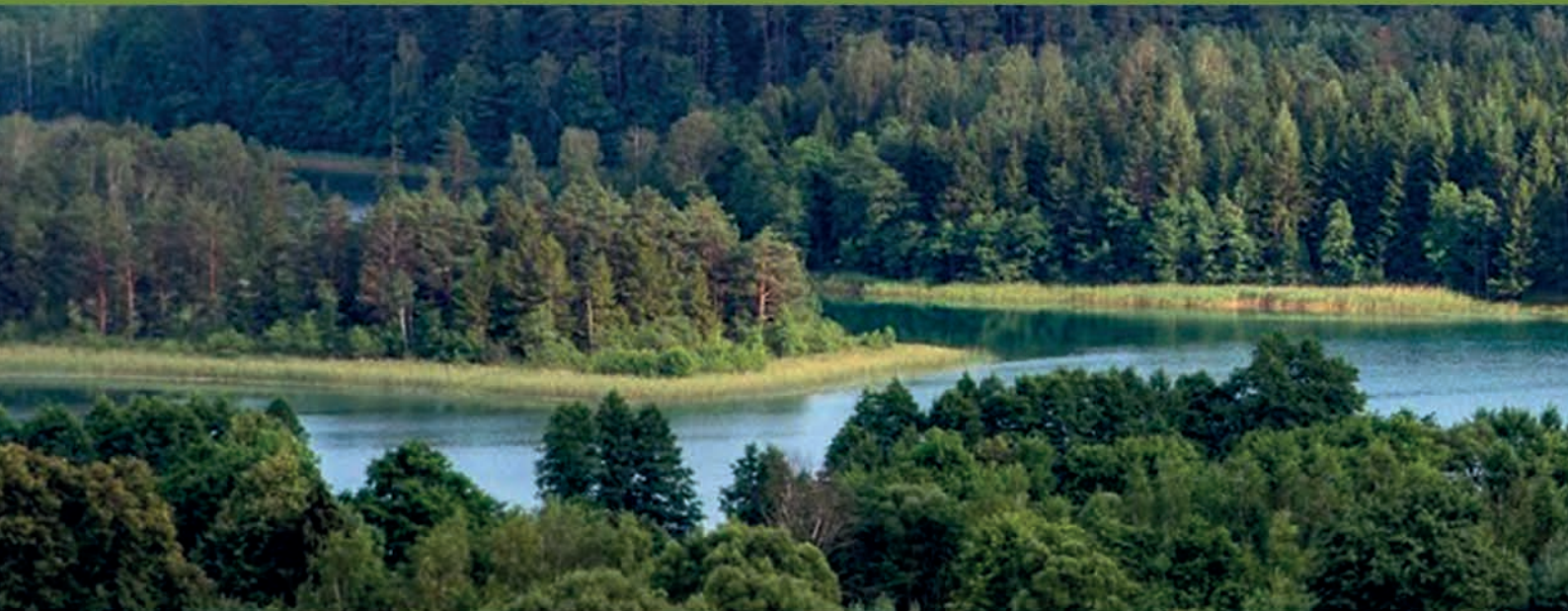
Sebastian Romatowski; [ekopolesw.izydora@gmail.com](mailto:ekopolesw.izydora@gmail.com)

## Stowarzyszenia agroturystyczne uczestniczące w programie Blisko Natury®



 SYLWIA I SEBASTIAN ROMATOWSCY,  
EKOLOGICZNE GOSPODARSTWO  
ul. Jeziorna 13 A, 19-330 Stare Juchy





Dofinansowano ze środków  
Narodowego Funduszu  
Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej



INSTYTUT  
NA RZECZ  
EKOROZWOJU

Niniejszy materiał został opublikowany dzięki dofinansowaniu ze środków NFOŚiGW.  
Za jego treść odpowiada Fundacja Instytut na Rzecz Ekorozwoju.



# WYPOCZYNEK BLISKO NATURY

*w Polsce południowo-wschodniej*

PRZEWODNIK TURYSTYKI  
PRZYJAZNEJ NATURZE



**Opracowanie:**

Krzysztof Konieczny, Wojciech Mróz, Cezary Molski, Anna Nawrot,  
Katarzyna Dmochowska, Marcel Kwaśniak.

**Projekt graficzny i skład:** Agnieszka Rejowska

**Zdjęcia:** W. Mróz

Szczególne podziękowania należą się fotografom za udostępnienie zdjęć.

Opracowanie zostało zrealizowane przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju (InE) jest pozarządową organizacją typu think-tank powstałą w 1990 r. InE zajmuje się promowaniem i wdrażaniem zasad oraz rozwiązań służących zrównoważonemu rozwojowi Polski.

## Spis treści

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 1. Wprowadzenie                                     | 5  |
| 2. Blisko Natury – jakość w turystyce przyrodniczej | 6  |
| 3. Rekomendowane atrakcje przyrodnicze              | 8  |
| 4. Propozycje turystyczne                           | 16 |







## Wprowadzenie

Turystyka przyrodnicza to ciekawy sposób poznawania regionów turystycznych, zwłaszcza wszystkimi zmysłami poprzez agroturystykę lub turystykę wiejską. Nie trzeba być specjalistą, entuzjastą czy hobbystą by odnaleźć przyjemność w odkrywaniu osobliwości przyrody, znajdujących się na wyciągnięcie ręki wokół miejsc zakwaterowania – gospodarstw agroturystycznych, na obszarach Natura 2000. Warunkiem koniecznym korzystania z tej formy wypoczynku jest potrzeba relaksacji w harmonii z wybranym otoczeniem. To właśnie ta przyroda stanowiła i stanowi tło wydarzeń, jest świadkiem historii danych terenów oraz zmian zachodzących w społeczności tu mieszkającej.

Turystyka przyrodnicza to nie tylko poznawanie ciekawostek i odkrywanie rzeczywistych „cudów” natury, ale w wydaniu agroturystyki i turystyki wiejskiej zrozumienie czym ta przyroda była i jest dla człowieka, także w wymiarze praktycznym. To właśnie tu możliwe jest poznanie, od autentycznych mieszkańców, jak ta przyroda wpływała i może wpływać na jakość życia, a zwłaszcza na jakość wypoczyniania.

W niniejszym folderze pragniemy przedstawić nie tylko ciekawostki stanowiące powód do wyjazdu weekendowego lub urlopowego, ale przede wszystkim odpowiedzialny sposób na delektowanie się przyrodą podczas wyjazdu turystycznego. Sprawdzone i rekomendowane przez naszych specjalistów miejsca oraz aktywności pozwolą nie tylko na przeżycie wielu pozytywnych emocji w kontakcie z licznymi atrakcjami lokalnymi, ale także na odpowiedzialne z nich korzystanie. Dla nas prawdziwy wypoczynek jest zawsze Blisko Natury®.



# BLISKO NATURY®

## - jakość w turystyce przyrodniczej

*Zmęczeni gwarem, hałasem i cierpiący od smogu mieszkańcy miast tęsknią za chwilą wytchnienia. Jedni chcą powędrować szlakami inni pozbierać zioła, podglądać ptaki, nietoperze czy popłynąć piękną trasą kajakową.*

*Przyroda jest zasobem nie do przecenienia. Istnieją setki sposobów korzystania z niej. W Polsce powstało tysiące gospodarstw agroturystycznych i innych obiektów, które oferują pobyt na wsi i niemal każdy z nich proponuje jakąś formę kontaktu z naturą.*

Takie pytania przeświecały twórcom **certyfikatu „Blisko Natury”**, który jest pierwszym i jedynym ekocertyfikatem w Polsce, który skupia się na ofercie przyrodniczej.

- Jak znaleźć ciekawe propozycje?
- Czy spośród tysięcy propozycji nie warto wyróżnić wyjątkowych pomysłów?
- Skąd wiedzieć, którzy gospodarze interesują się przyrodą, chcą prowadzić swój obiekt w taki sposób, aby jak najmniej wpływać negatywnie na otoczenie?
- U kogo znajdę żywność lokalną i dowiem się o miejscowych tradycjach a kto poczęstuje mnie jedzeniem z hipermarketu i zaoferuje wyłącznie nocleg?
- Czy z mojej podróży przyjadę bogatszy o wiedzę i doznania?

## Dla kogo jest certyfikat „Blisko Natury”?

Dla obiektów turystyki wiejskiej (członków organizacji/stowarzyszeń agroturystycznych i turystycznych) oferujących poszerzony, głębszy i przemyślany kontakt z naturą. Jednym słowem dla tych, którzy posiadają lub tworzą ofertę turystyki przyrodniczej, a samo gospodarstwo czy inny obiekt turystyki wiejskiej nie jest uciążliwy dla środowiska.

## Jakie wymagania stawia certyfikat:

- oferta przyrodnicza i dostępność sprzętu niezbędnego do jej realizacji
- funkcjonowanie obiektu w sposób przyjazny dla środowiska w zakresie:
  - energii i ogrzewania,
  - zarządzania odpadami,
  - gospodarowania wodą i ściekami,
  - żywności,
  - stanu ogólnego obiektu.

Szczegóły dotyczące procedur, wymogów oraz regulamin certyfikatu, a także inne informacje dotyczące turystyki na obszarach Natura 2000 znajdują się na stronie [www.natura2000.org.pl](http://www.natura2000.org.pl)



## Co daje certyfikat?

- wartość dodaną do obecnie posiadanych usług poprzez utworzenie i wdrożenie oferty turystyki przyrodniczej (w ramach projektu eksperci ds. przyrody udzielili rekomendacji)
- wyróżnienie obiektu na tle innych
- promocja obiektu w publikacjach i na stronach internetowych
- ułatwienie pozyskania nowych klientów, uzyskanie większych dochodów oraz lepszy związek z klientami dotychczasowymi dzięki nowym propozycjom.

Certyfikat „Blisko Natury” nadawany jest na okres 2 lat przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.



## Rekomendowane atrakcje przyrodnicze

Polska Południowo-Wschodnia ze względu na niezwykłą geomorfologię oferuje nam niezwykle świat przyrody. Od niedźwiedzi, wilków, żubrów po malutkie goryczki, storczyki czy tajemnicze darniówki tatrzańskie. Ten rejon to raj dla geo-

logów, paleontologów i wszelkiej maści przyrodników. To świat polskich gór i pogórzy. Poza głównymi szlakami można znaleźć coś więcej – spokój, ciszę i naturalny pogłos, tego wszystkiego, co w lesie i trawie piszczą.

### Od utartych szlaków po dziewicze tereny

Walory turystyczne Małopolski są dość dobrze znane. Wśród najczęściej odwiedzanych, zarówno przez polskich jak i zagranicznych turystów, miejsc są z pewnością Tatry oraz okolice Krakowa. Przykładowo Tatrzański Park Narodowy jest rocznie odwiedzany przez około 3 mln zwiedzających, jednak większość z nich dociera tylko do Zakopanego i do Morskiego Oka. Tak silna koncentracja ruchu turystycznego może z jednej strony powodować zbyt silną presję turystyki na środowisko przyrodnicze, a z drugiej strony często utrudnia odpoczynek osobom poszukującym ciszy, spokoju i kontaktu z naturą. Dobrą alternatywą dla takich osób były od wielu lat nieco trudniej dostępne pasma górskie w Karpatach – przede wszystkim Bieszczady, ale i tam szlaki turystyczne są coraz bardziej zatłoczone.

Jakie są jeszcze inne alternatywy dla tych najbardziej znanych miejsc w Polsce Południowo-Wschodniej? W prezentowanym folderze chcielibyśmy przedstawić kilka reprezentatywnych obiektów agroturystycznych w województwach: małopolskim, podkarpackim i świętokrzyskim. Miejsca te łączy przede wszystkim możliwość skorzystania z oferty opartej na turystyce przyrodniczej, której celem jest mądre zaprezentowanie walorów przyrodniczych okolicy, przy zachowaniu bardzo dużej dbałości o środowisko przyrodnicze.

Poszukując miejsc położonych nieco na uboczu, często niedocenianych i pomijanych przez masową turystykę proponujemy następujące, opisane poniżej, miejsca: Beskid Niski, Beskid Wyspowy, Spisz, Podkarpacie - część północna.



### Beskid Niski

To niewysokie, ale bardzo rozległe pasmo górskie kryje w sobie wiele tajemnic. Drewniane cerkiewki, dawne wiejskie cmentarze w magicznych, wyludnionych dolinach, przydrożne krzyże i kapliczki, a przede wszystkim pamięć dawnych, często bolesnych, wydarzeń, związanych z kulturą łemkowską – to tylko wstęp do naszej przygody z Beskidem Niskim.

Rozległe doliny, dawniej gęsto zaludnione, po wysiedleniach uległy w wielu miejscach sukcesji wtórnej – czyli ekspansji traworośli, krzewów i drzew. Powstała w ten sposób malownicza mozaika dawnych pól, łąk, pastwisk i sadów, zatopiona w karpaccich buczynach. Nad rzekami napotkacie roślinność łągową – np. górskie olszynki, a w zagłębieniach terenu także wilgotne łąki, młaki i niskie torfowiska. Może nie ma tutaj bardzo spektakularnych i rzadkich gatunków flory i fauny, ale nad łąkami nadal często spotykamy kołujące ptaki drapieżne, w tym np. gatunek będący symbolem Magurskiego Parku Narodowego – orlika krzykliwego, a czasem nawet w biały dzień przez leśną drogę przebiegnie wataha wilków. Dla patrzących w niebo zdradzimy, że właśnie na tym błękitnie można czasem dostrzec orła przedniego, a to już niezwykle spotkanie. W niepozornych kałużach na leśnych drogach bystre dziecko z łatwością wypatrzy kumaki górskie, a nad lasem czasem uda mu się dostrzec hajstrę – czarnego bociana. Również bobry, które w ostatnich latach często pojawiają się wśród siedzib ludzkich, tutaj znajdują optymalne warunki

do budowy swoich żeremi. Nie powinniśmy się bardzo dziwić, kiedy np. wracając na drugi dzień tą samą drogą, zastaniemy na niej wierzby, pościnane przez tych pracowitych budowniczych w nocy. Wieczorem po dniu pełnym przyrodniczych obserwacji możemy posłuchać rodzinnych historii (niektórzy łemkowie wrócili na te ziemie po powojennych wysiedleniach), a może też uda się nam posłuchać tu-tejszej muzyki i barwnego języka.

Osoby poszukujące „oczywistych” atrakcji mogą być nieco rozczarowane, gdyż nieco trudno zrobić sobie selfie ze spowitą we mgle doliną Nieznajowej, kamieńcami nadrzecznymi i wrześnią pobrzeżną nad Białą Tarnowską, czy też jaworzyną miesięcznicową. Poza tym na ogół jest tu bardzo kiepski zasięg telefoniczny i internetowy, więc nawet jeśli się ta sztuka uda, to ciężko będzie naszemu nastolatkowi opublikować swoje osiągnięcie... Lepiej więc namówić go do kontemplacji beskidzkich krajobrazów, czy też obserwacji przyrodniczych. Jeśli ktoś zdoła wygospodarować nieco więcej czasu to, po nostalgicznej przyrodniczej włóczędce, może też poczuć prawdziwy wiatr we włosach na grzbiecie, zamieszkującego w gospodarstwie, huculskiego konia, mknąc po psiarach i horboczkach. A dzieci w tym czasie zawsze znajdą odpowiednio głęboką kałużę, wystarczająco długi kij i niezliczone kamienie w potoku. Nie zabraknie też przestrzeni i psiej wolności dla naszych czworonogich towarzyszy.







## Beskid Wyspowy

Wydaje się, że położony gdzieś w połowie drogi między Krakowem i Tatrami, Beskid Wyspowy jest takim zwykłym beskidzkim pasmem – dużo lasu, trochę polan leśnych, a w dole – drogi, wsie i miasteczka. Pieszy turysta nieźle się tutaj namęczy, bowiem na ogół żeby przedostać się z jednej leśnej „wyspy” na drugą, na ogół trzeba zejść w doliny i wdrapać się z powrotem, a do tego nie zawsze coś z tej górki, poza lasem, zobaczymy... Co więc możemy zrobić, żeby nieco osłodzić trud takiej znożnej beskidzkiej wędrówki? Niewątpliwie po ciężkim dniu możemy skorzystać z doskonałej kuchni w polecanych gospodarstwach. Możemy też zasiąść na przyzbie i porozmawiać z właścicielami o pasiece i o sadzie, a dzieci pogonić na łąkę w poszukiwaniu charakterystycznych gatunków beskidzkiej łąki – przyda im się to do zielnika w szkole, ale muszą uważać, żeby

nie zniszczyć chronionych gatunków storczyków. Możemy też z profesjonalną pomocą gospodarzy zaaranżować plener artystyczny z darami przyrody w tle – sztalug i farb na pewno nie zabraknie. A może chłopcy i dziewczynki mieli by ochotę podpatrzeć prace stolarskie, a wieczorem poszukać sów i nietoperzy w pobliskim lesie. Warto dodać, że dla ochrony tych ostatnich utworzono w okolicy obszar Natura 2000 „Ostoje Nietoperzy Beskidu Wyspowego”. Na strychach licznych kościołów znajdują się kolonie rozrodzce podkowca małego, nocka orzęsionego i nocka dużego. Te sympatyczne ssaki znajdziemy także w Opactwie Cystersów w Szczyrzycu, które niewątpliwie również warto odwiedzić w czasie naszej wędrówki. Znajdziemy to ciekawe miejsce dla amatorów botaniki – jednym dobrze wykształcone łąki trzęślicowe w Karpatkach w obszarze Natura 2000 „Łąki koło Kasiny”.

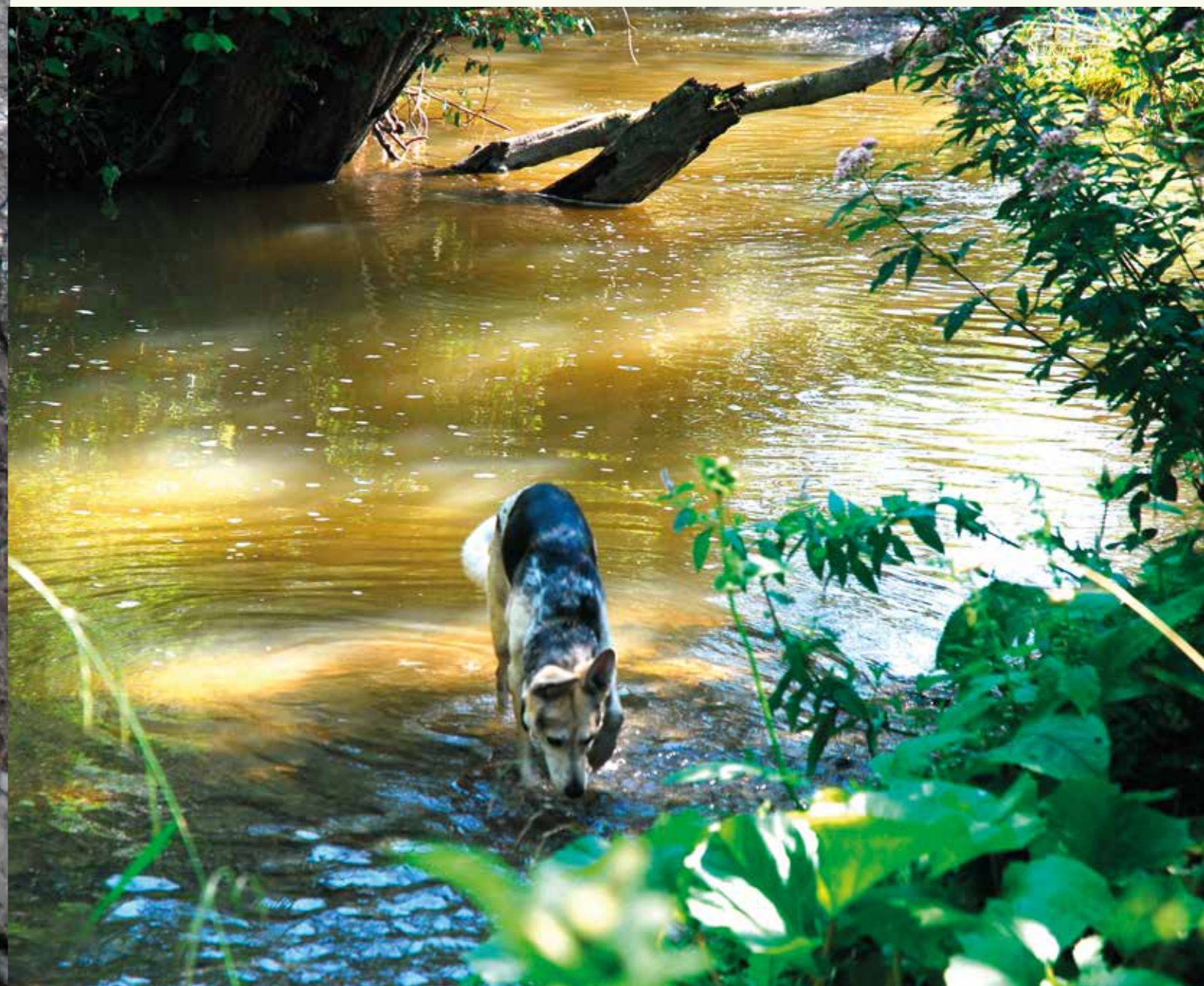




## Spisz

Pomiędzy Tatrami, Podhalem i Pieninami ucho-  
wało się 14 spiskich wsi, z których jedną jest  
Czarna Góra – do niej zapraszamy. Na terenie  
Polski znajduje się niewielka tylko część słowacko-  
-polskiego Spisza – rozległej krainy historycznej,  
graniczącej od wschodu z Saryszem, a od połu-  
dniowo-zachodniej strony z Liptowem. Korzysta-  
jąc z doskonałej lokalizacji możemy skorzystać  
z licznych atrakcji, które oferuje nam Zakopane,  
Bukowina Tatrzańska i Białka, czy też wybrać się  
na Słowację. Osobliwości przyrodniczych Tatr  
i Pienin również nie trzeba zachwalać. Gdyby-  
śmy jednak zapragnęli uciec od tłumu turystów  
możemy wybrać się na spacer nad rzekę Białkę.

Obszar ten jest chroniony w sieci Natura  
2000, gdyż znajdziemy tu najlepiej zachowane  
w Karpatach kamieńce z zaroślami wrześniowo-  
-wierzbowymi, na których w upalne dni odnaj-  
dziemy ochłodę, a dzieci - naturalny plac zabaw  
kamieniarskich... W pobliskim gospodarstwie  
agroturystycznym zapoznamy się z ogródkiem  
ziołowym, a także dowiemy się na czym polega  
naturalne werkowanie. Możemy się także wy-  
brać na pieszą lub konną wycieczkę na Czarną  
Górę, w czasie której odnajdziemy te same zioła  
i wiele innych ciekawych roślin na ich natural-  
nych siedliskach oraz poznamy budowę geolo-  
giczną karpackiego fliszu.





## Podkarpacie - część północna

Nieco na uboczu, z dala od bardziej znanych beskidzkich szlaków możemy poszukać spokoju wśród rozległych lasów bukowych okolic Przemysła, Dynowa, Krosna, Biecza, Ciężkowic, czy też Zakliczyna. Natrafimy tu zarówno na pamiątki przyrody nieożywionej (np. Skamieniałe Miasto, Prządki), zamki (np. Melsztyn, Dobczyce czy też Odrzykoń), jak i może nie tak bardzo spektakularne, ale nadal cenne zasoby flory i fauny. Harmonijny krajobraz rozległych wsi pośród urokliwych podkarpackich lasów – buczyn, jedlin i pogórskich grądów umożliwia spokojny wypoczynek przede wszystkim dla rodzin z dziećmi, czy też starszych osób. Jest to też dobry teren nie tylko do spokojnych pieszych wędrówek, ale także do aktywnych form wypoczynku (narty biegowe, wycieczki konne i rowerowe). W czasie wycieczek można podziwiać np. drapieżne ptaki terenów otwartych, piękne i często bardzo

dobrze zachowane kwieciste, kośne łąki, czy też rozległe doliny podkarpackich rzek. Przykładowo spływ Dolnym Dunajcem (od Jurkowa do Wojnicz) zapewni nam zarówno trochę adrenaliny, jak i umożliwi ciekawe obserwacje ptaków na rzecznych kamieńcach. Pasjonaci ornitologii na pewno nie powinni też zapomnieć o wędrówkach po Puszczy Sandomierskiej, a szczególnie o odwiedzeniu dużego kompleksu stawów w okolicach Bud Stalowskich. W czasie wiosennych przelotów ptaków teren ten umożliwi zapierające dech obserwacje bardzo licznych gatunków awifauny wodnej, zobaczymy też bieliki, zimorodki czy też cietrzewie. Można się też tutaj natknąć na wilki, dla których jest to ważny korytarz ekologiczny. W organizacji ciekawych wypraw przyrodniczych pomogą opisane poniżej gospodarstwa, a letnie wyprawy przyrodnicze można połączyć z uczestnictwem w „Folkowisku”.





## Propozycje turystyczne

W tym rozdziale proponujemy konkretne sposoby na spędzenie czasu wolnego w oparciu o dostępne oferty turystyki przyrodniczej w regionie. Przykładowe oferty turystyczne pozwolą zaplanować pełen emocji pobyt wypełniony aktywnościami związanymi z poznawaniem atrakcji przyrodniczych oraz kulturowych. Te wzorcowe programy stanowią punkt wyjściowy dla każdego turysty, który pragnie zobaczyć więcej, poczuć bardziej i usłyszeć lepiej co oferuje ten region Polski.

### Dziki Trakt

#### Dla kogo?

Oferta skierowana jest dla rodzin z dziećmi, które pragną zatopić się w trakcie weekendu w ciszę i spokój natury.

#### Lokalizacja

Nieskażona przyroda Beskidu Wyspowego to bogactwo fauny i flory. Sarny zaglądają do ogrodu a małe kuropatwy trenują krótkie loty na okolicznych dzikich łąkach. Wzgórza pachną ziołami macierzanki, lebiody i dziurawca.

#### Aktywność turystyczna

##### WYCIECZKA PRZYRODNICZA

Znakomita trasa spacerowo-widokowa, ale też swoisty szlak edukacyjny biegnie przez tereny będące ulubionym miejscem saren i bażantów. W czerwcu nad łąkami unoszą się chmurki świetlików (robaczek świętojańskich). Początkowo szeroka równa droga biegnie w poprzek stołu. Z lewej strony rozpościera się dzika łąka latem pełna ziół lebiody, krwawnika, dziurawca i dzikiego tymianku. Z prawej prawdziwa wiejska miedza (dziki uskok terenu na kolejną łąkę), porośnięta krzewami tarniny, dzikiej róży, jeżyn, kępami jaworów i nawet dzikich prawdziwych śliw węgierki! To bardzo rozświergotane miejsce, bo ptaki mają tu mnóstwo pożywienia i dobre schronienie. Pod koniec drogi jest cenna studnia „Anny” i tutaj można zobaczyć porosty, coraz radsze, gdyż występują w idealnie czystym środowisku! Podobnie spore polanki skrzypu

polnego, który tu rośnie. Szlak skręca w lewo i pnie się już w górę przez zupełnie dzikie przestrzenie! Po prawej zbocze lasu. Dalej strome krótkie podejście sprawia wrażenie drogi do nieboskłonu! Goście lubią się tam fotografować na tle błękitu! Na tym etapie otwiera się pejzaż na górę Kamionna, dolinę Potoku Saneckiego. Ponad szlakiem duży kompleks leśny. Wkraczamy między młodniki brzoźowe a dalej w stary gaj (występuje tu chroniona czarna brzoza!) aż wychodzimy na Wioskę Leśnych Ludzi.

- Długość: około 1 km;
- Okres dostępności oferty: kwiecień - październik.

#### • Warto zobaczyć /Warto wziąć udział:

- zajęcia w ogrodzie ziołowym;
- prezentacja fotografii autorskich o tematyce przyrodniczej;
- czerpanie papieru (opcja dla dzieci);
- propozycja wycieczki na źródło wody mineralnej na górze Kamionna w Żegocinie;
- zwiedzanie Zamku Lubomirskich w Nowym Wiśniczu -ostoje nietoperzy Beskidu Wyspowego;
- zwiedzanie Koryznówki dworku muzeum Jana Matejki;
- zwiedzanie Muzeum Motyli Arthropoda - Planty Salinarne w Bochni.

Dane kontaktowe:  
Anna Julia Gas; [biuro@lopusze.hg.pl](mailto:biuro@lopusze.hg.pl)

## Rajd z zielarzem

#### Dla kogo?

Oferta wycieczki to wyjątkowa szansa dla osób chcących zgłębić swoją wiedzę z zakresu zielarstwa. Zajęcia skierowane są do osób, które chcą lepiej poznać pospolite rośliny naszych lasów, łąk, zbiorowisk wodnych i dowiedzieć się jak można je wykorzystać w domowej fitoterapii.

#### Lokalizacja

Wyprawa prowadzi poprzez gorajeckie łąki, lasy i stawy

#### Aktywność turystyczna

##### WYCIECZKA PRZYRODNICZA

Prowadzone podczas wyprawy zajęcia praktyczne pokazują podstawowe, dostępne dla każdego, metody przetwarzania surowców roślinnych. Prowadzi ją bajarz, znawca przyrody i wspaniały przewodnik, który nie dopuszcza nudy, inspirując otaczającą uczestników przyrodą oraz opowieściami właśnie z „tej ziemi”. Nieodłącznym elementem są także bezkrwawe łowy z aparatem i lornetką, które „urozmaicają” bogactwo flory. Plan wyprawy obejmuje:

- Rośliny łąkowe - co piszczy w trawie czyli przydomowa spiżarnia
- Gorajeckie stawy - ostoja ptactwa wodnego - czapliniec
- Łyżka dziegciu w beczce miodu - czyli wyprawa do dawnej dziegciarni
- Za borami, za lasami czyli gorajeckie knieje.

Podczas wyprawy obowiązuje regulamin poszanowania przyrody, który pozwala na właściwy z nią kontakt nie tylko jednej grupy odwiedzających.

- Czas trwania: od 1 do 4 godzin;
- Ograniczenia: grupa do 10 osób.

#### •Warto zobaczyć /Warto wziąć udział:

- Festiwal Kultury Pogranicza – Folkowisko (lipiec)

Dane kontaktowe:  
Marcin Piotrowski; [chutorgorajec@onet.eu](mailto:chutorgorajec@onet.eu)

## Na Tropie Natury

#### Dla kogo?

Oferta dla poszukujących przygody, obcowania z przyrodą, a także dla tych, którzy chcą zgłębić wiedzę o otaczającej nas florze i faunie

#### Lokalizacja

Wyprawy organizujemy w Puszczy Sandomierskiej. Wędrujemy pośród lasów, łąk i pól, miedzami, groblami i rzekami... Startujemy z Dobrego Miejsca w Alfredówce.

#### Zasoby przyrodnicze:

Puszcza Sandomierska i obszary Natura 2000 na terenie powiatu tarnobrzeskiego to nieprzebrane zasoby tajemnic przyrodniczych dla poszukiwaczy i odkrywców w każdym wieku. Teren ten jest szczególnie ciekawy dla miłośników przyrody w czasie wiosennych przelotów ptaków, ale przez cały roku można tu spotkać między innymi: czaple, bieliki, zimorodki, cietrzewie, bobry, a nawet wilki. Odnajdziemy też urokliwe fragmenty starodrzewi i zadumamy się w cieniu wiekowych dębów.



## Aktywność turystyczna

Każda z wypraw dostosowywana jest do zainteresowań grupy i jest tematycznie wypełniona zajęciami warsztatowymi, takimi jak: robienie odlewów gipsowych napotkanych tropów, fotografowanie, przygotowywanie zielnika, zbieranie materiałów do „badań” np. próbki wody, ptasie pióra itp. Wykorzystywane „narzędzia” to lornetki, aparaty fotograficzne (również te w smartfonach), lupy, mikroskop oraz biblioteka tematyczna z atlasami, przewodnikami i książkami. Nie zabraknie też czasu na gawędy lokalnych przyrodników.

### ■ Czas trwania:

Wycieczki trwają od jednej do sześciu godzin, a wielkość grupy to maksymalnie 8 osób na jednego przewodnika/przyrodnika.

## Donadto :

- fotograficzne plenery tematyczne;
- zajęcia edukacji ekologicznej w zagrodzie „Kurza Twarz” (od owcy do wełny, jajko od kury, na tropie natury);
- jesienne rykowisko jeleni;
- spływy kajakowe rzeką Łęg;
- warsztaty zielarskie.

## Warto odwiedzić:

- Regionalne Centrum Promocji Obszaru Natura 2000 „Tarnobrzaska Dolina Wisły”
- Muzeum Kultury Ludowej w Kolbuszowej – Skansen
- Zamek w Baranowie Sandomierskim
- ścieżki edukacyjne Nadleśnictwa w Nowej Dębce
- Ekomuzeum w widłach Wisły i Sanu

### Dane kontaktowe:

Marcin Kurnik, [kontakt@dobremiejsce.art.pl](mailto:kontakt@dobremiejsce.art.pl)

## Inne propozycje

### W KRAINIE ZIÓŁ

Dane kontaktowe: Barbara Rzepiszczak; [wandalka56@wp.pl](mailto:wandalka56@wp.pl)

### ZAPACH ZIÓŁ

Dane kontaktowe: Edwarda Bartko; [edwardabartko@gmail.com](mailto:edwardabartko@gmail.com)

### NATURALNE RĄK DZIEŁA

Dane kontaktowe: Jadwiga Kica; [jadwiga.kica@wp.pl](mailto:jadwiga.kica@wp.pl)

### WARSZTATY Z NATURĄ

Dane kontaktowe: Katarzyna Leśniak; [glichow@gmail.com](mailto:glichow@gmail.com)

### AKADEMIA NATURY

Dane kontaktowe: Grażyna Betlej-Furman; [ripky@interia.pl](mailto:ripky@interia.pl)

### Z NATURĄ NA TY

Dane kontaktowe: Maciej Morawski; [hajstra@interia.pl](mailto:hajstra@interia.pl)

### SZTUKA KONTEMPLACJI PRZYRODY

Dane kontaktowe: Marcin Kurnik; [kontakt@dobremiejsce.art](mailto:kontakt@dobremiejsce.art)

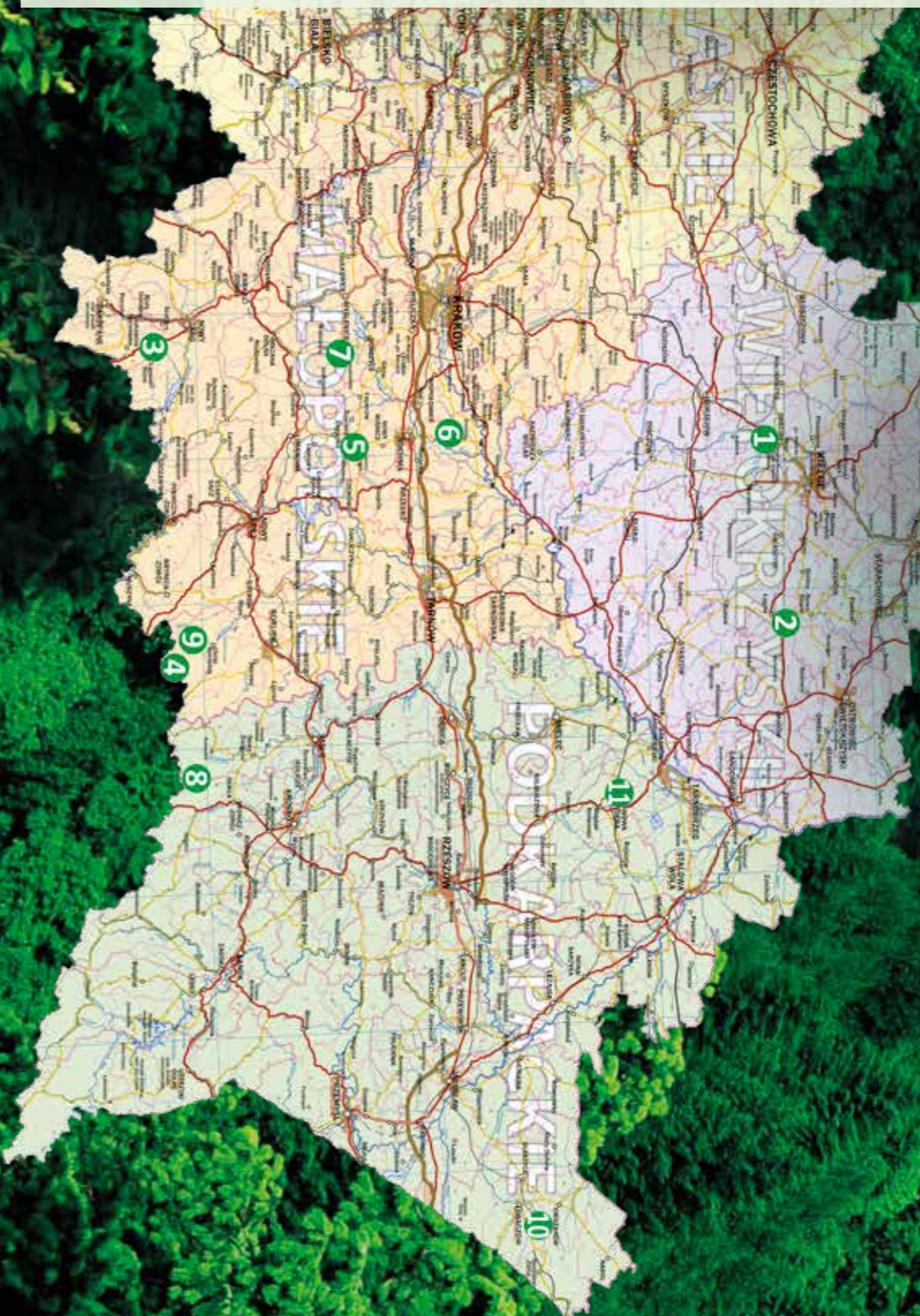
### NATURALNA CHĘĆ NA PRZYRODĘ

Dane kontaktowe: Grzegorz Kułagowski; [global@pro.onet.pl](mailto:global@pro.onet.pl)

### JODŁOWANIE PO PUSZCZY

Dane kontaktowe: Lidia Wiącek

- 1 TOWARZYSTWO PRZYJACIÓŁ ZIEMI CHĘCIŃSKIEJ - STOWARZYSZENIE 26-060 Chęciny, ul. Jedrzełowska 17
- 2 STOWARZYSZENIE ROZWOJU WSI ŚWIĘTOKRZYSKIEJ LGD ŁĄGÓW Tzciańka 11
- 3 GÓRALSKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE Z SIEDZIBĄ W MANIOWYCH Czarna Góra, ul. Sołtystwo 28A, 34-532 Jurgów
- 4 SADECKA ORGANIZACJA AGROTURYSTYKI I TURYSTYKI WIEJSKIEJ 38-316 Wysowa-Zdrój 142
- 5 STOWARZYSZENIE GALICYSKIE GOSPODARSTWA GOŚCINNE KRAKÓW 32-731 Zęgotina 349
- 6 GGG KOŁO TERENOWE „KRAKÓW I OKOLICE” 32-709 Drwinia 202
- 7 STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE GALICYSKIE GOSPODARSTWA GOŚCINNE Glichów 24, 32-412 Wiśniewa
- 8 LOKALNA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA GORLICE Huta Polanska 1
- 9 STOWARZYSZENIE „TOWARZYSTWO Z BESKIDU NISKIEGO” Ropki 10
- 10 LUBACZOWSKIE STOWARZYSZENIE GOSPODARSTW AGROTURYSTYCZNYCH „ROZTOCZE” STOWARZYSZENIE ANIMACJI KULTURY POGRANICZA FOLKOWISKO Chutor Gorajec
- 11 STOWARZYSZENIE WSPARCIE W NOWEJ DĘBIE 39-460 Nowa Dęba, ul. Jana Pawła II 4



Stowarzyszenia agroturystyczne uczestniczące w programie  
Blisko Natury®





Dofinansowano ze środków  
Narodowego Funduszu  
Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej



INSTYTUT  
NA RZECZ  
EKOROZWOJU

Niniejszy materiał został opublikowany dzięki dofinansowaniu ze środków NFOŚiGW.  
Za jego treść odpowiada Fundacja Instytut na Rzecz Ekorozwoju.



WYPOCZYNEK  
BLISKO NATURY  
*w Polsce środkowo-wschodniej*



PRZEWODNIK TURYSTYKI  
PRZYJAZNEJ NATURZE



**Opracowanie:**  
Krzysztof Konieczny, Krzysztof Wojciechowski, Cezary Molski,  
Anna Nawrot, Katarzyna Dmochowska, Marcel Kwaśniak

**Projekt graficzny i skład:** Agnieszka Rejowska

**Zdjęcia:** Krzysztof Wojciechowski

Szczególne podziękowania należą się fotografom za udostępnienie zdjęć.

Opracowanie zostało zrealizowane przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju (InE) jest pozarządową organizacją typu think-tank powstałą w 1990 r. InE zajmuje się promowaniem i wdrażaniem zasad oraz rozwiązań służących zrównoważonemu rozwojowi Polski.

## Spis treści

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 1. Wprowadzenie                                     | 5  |
| 2. Blisko Natury – jakość w turystyce przyrodniczej | 6  |
| 3. Rekomendowane atrakcje przyrodnicze              | 8  |
| 4. Propozycje turystyczne                           | 16 |







Fot. Krzysztof Wojciechowski

Kosaciec bezlistny spogląda na dolinę Wieprza w jego Izbickim Przełomie

## Wprowadzenie

Turystyka przyrodnicza to ciekawy sposób poznawania regionów turystycznych, zwłaszcza wszystkimi zmysłami poprzez agroturystykę lub turystykę wiejską. Nie trzeba być specjalistą, entuzjastą czy hobbystą by odnaleźć przyjemność w odkrywaniu osobliwości przyrody, znajdujących się na wyciągnięcie ręki wokół miejsc zakwaterowania – gospodarstw agroturystycznych, na obszarach Natura 2000. Warunkiem koniecznym korzystania z tej formy wypoczynku jest potrzeba relaksacji w harmonii z wybranym otoczeniem. To właśnie ta przyroda stanowiła i stanowi tło wydarzeń, jest świadkiem historii danych terenów oraz zmian zachodzących w społeczności tu mieszkającej.

Turystyka przyrodnicza to nie tylko poznawanie ciekawostek i odkrywanie rzeczywistych „cudów” natury, ale w wydaniu agroturystyki i turystyki wiejskiej zrozumienie czym ta przyroda była i jest dla człowieka, także w wymiarze praktycznym. To właśnie tu możliwe jest poznanie, od autentycznych mieszkańców, jak ta przyroda wpływała i może wpływać na jakość życia, a zwłaszcza na jakość wypoczyniania.

W niniejszym folderze pragniemy przedstawić nie tylko ciekawostki stanowiące powód do wyjazdu weekendowego lub urlopowego, ale przede wszystkim odpowiedzialny sposób na delectowanie się przyrodą podczas wyjazdu turystycznego. Sprawdzone i rekomendowane przez naszych specjalistów miejsca oraz aktywności pozwolą nie tylko na przeżycie wielu pozytywnych emocji w kontakcie z licznymi atrakcjami lokalnymi, ale także na odpowiedzialne z nich korzystanie. Dla nas prawdziwy wypoczynek jest zawsze Blisko Natury®.





# BLISKO NATURY®

## - jakość w turystyce przyrodniczej

*Zmęczeni gwarem, hałasem i cierpiący od smogu mieszkańcy miast tęsknią za chwilą wytchnienia. Jedni chcą powędrować szlakami inni pozbierać zioła, podglądać ptaki, nietoperze czy popłynąć piękną trasą kajakową.*

*Przyroda jest zasobem nie do przecenienia. Istnieją setki sposobów korzystania z niej. W Polsce powstało tysiące gospodarstw agroturystycznych i innych obiektów, które oferują pobyt na wsi i niemal każdy z nich proponuje jakąś formę kontaktu z naturą.*

Takie pytania przeświecały twórcom **certyfikatu „Blisko Natury”**, który jest pierwszym i jedynym ekocertyfikatem w Polsce, który skupia się na ofercie przyrodniczej.

- Jak znaleźć ciekawe propozycje?
- Czy spośród tysięcy propozycji nie warto wyróżnić wyjątkowych pomysłów?
- Skąd wiedzieć, którzy gospodarze interesują się przyrodą, chcą prowadzić swój obiekt w taki sposób, aby jak najmniej wpływać negatywnie na otoczenie?
- U kogo znajdę żywność lokalną i dowiem się o miejscowych tradycjach a kto poczęstuje mnie jedzeniem z hipermarketu i zaoferuje wyłącznie nocleg?
- Czy z mojej podróży przyjadę bogatszy o wiedzę i doznania?

## Dla kogo jest certyfikat „Blisko Natury”?

Dla obiektów turystyki wiejskiej (członków organizacji/stowarzyszeń agroturystycznych i turystycznych) oferujących poszerzony, głębszy i przemyślany kontakt z naturą. Jednym słowem dla tych, którzy posiadają lub tworzą ofertę turystyki przyrodniczej, a samo gospodarstwo czy inny obiekt turystyki wiejskiej nie jest uciążliwy dla środowiska.

## Jakie wymagania stawia certyfikat:

- oferta przyrodnicza i dostępność sprzętu niezbędnego do jej realizacji
- funkcjonowanie obiektu w sposób przyjazny dla środowiska w zakresie:
  - energii i ogrzewania,
  - zarządzania odpadami,
  - gospodarowania wodą i ściekami,
  - żywności,
  - stanu ogólnego obiektu.

Szczegóły dotyczące procedur, wymogów oraz regulamin certyfikatu, a także inne informacje dotyczące turystyki na obszarach Natura 2000 znajdują się na stronie [www.natura2000.org.pl](http://www.natura2000.org.pl)



## Co daje certyfikat?

- wartość dodaną do obecnie posiadanych usług poprzez utworzenie i wdrożenie oferty turystyki przyrodniczej (w ramach projektu eksperci ds. przyrody udzielili rekomendacji)
- wyróżnienie obiektu na tle innych
- promocja obiektu w publikacjach i na stronach internetowych
- ułatwienie pozyskania nowych klientów, uzyskanie większych dochodów oraz lepszy związek z klientami dotychczasowymi dzięki nowym propozycjom.

Certyfikat „Blisko Natury” nadawany jest na okres 2 lat przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.



## Rekomendowane atrakcje przyrodnicze

Przyroda i krajobraz środkowowschodniej części Polski cechuje się dużym zróżnicowaniem. Jest to spowodowane faktem, że obszar ten znajduje się na pograniczu różnych krain i regionów geograficznych. Jest to obszar pogranicza Europy Wschodniej i Zachodniej, co skutkuje różnorod-

nością krajobrazu, klimatu oraz przyrody ożywionej. **Granica obu Europ** przebiega przez obszar Lubelszczyzny i częściowo Mazowsza. Opisywany teren w kierunku południowym zasadniczo staje się wyżej wyniesiony i nabiera charakteru wyżynnego a nawet górskiego.

### Roztaczamy różnorodne widoki na Roztocze

Ma południu regionu rozciąga się wał wzgórz **Roztocza** wysoki na ponad 300 m n.p.m. Najwyższe jego kulminacje sięgają prawie 400 m n.p.m. (Długi Goraj – 391,5 i Krągły Goraj – 390,4 m n.p.m.). Kraina rozciąga się łukiem z południowego wschodu na północ zachód od Lwowa do Kraśnika, ale w istocie jest jakby „wielkim jeżorem” Wyżyny Podolskiej, którym wyżyna ta sięgnąć chce aż do Wisły. Nie udaje jej się to, bo już za Kraśnikiem wzgórzka roztoczańskie wypłaszczają się w łagodne wzniesienia Wyniosłości Urzędowskiej. Roztocze słynie nie tylko z pięknych widoków, które roztaczają się z jego wzgórz (w pogodne dni z niektórych widać nawet Bieszczady), ale i z tego, że roztaczają się z niego rzeki. To dopływy Bugu:

Sołokija i Huczwa, wpadająca do Sanu Tanew ze swoimi dopływami, uchodzące do Wisły Sanna i Wyżnica oraz Wieprz i jego dopływy: Bystrzyca, Gorajec, Por. Na południe od Roztocza aż do Tanwi a dalej i Sanu rozciąga się morze zieleni – **Puszcza Solska** i **Lasy Janowskie**. To już Kotlina Sandomierska, równinna i w tym rejonie podmokła. Znaczna część Roztocza i północnej części Kotliny Sandomierskiej należała niegdyś do Ordynacji Zamojskiej. Ordynaci w sposób zrównoważony gospodarowali tymi, głównie leśnymi terenami, dzięki czemu zachowały się w doskonałym stanie. To pozwoliło po wojnie na stworzenie na obszarze lasów ordynackich **Roztoczańskiego Parku Narodowego** oraz kilku **parków krajobrazowych: Krasnobrodzkiego, Puszczy Solskiej, Szczepreszyńskiego i Lasów Janowskich**. Tradycje ochrony przyrody m.in. lasów, są jednak na tym terenie bardzo długie i sięgają czasów I ordynata – hetmana Jana Zamoyskiego, czyli przełomu XVI i XVII wieku. Jego następcy godnie je kontynuowali i poszerzali, np. w latach 30. XX wieku zakazano polowań na ptaki drapieżne we wszystkich lasach ordynackich. Dzięki tak skutecznej ochronie dziś niemal całe Roztocze Środkowe i Południowe oraz cała niemal Puszcza Solska i Lasy Janowskie objęte są ochroną w formie ostoi sieci Natura 2000. Są to trzy wielkie obszary ptasie: Lasy Janowskie, Puszcza Solska i Roztocze i kilka mniejszych ostoi siedliskowych: Uroczyska Puszczy Solskiej, Uroczyska Lasów Janowskich, Dolina Dolnej Tanwi, Roztocze Środkowe, Uroczyska Roztocza Wschodniego i wiele mniejszych ostoi. Warto też podkreślić, że znaczna część Roztocza i Puszczy Solskiej znajdzie się wkrótce w międzynarodowym polsko-ukraińskim **Transgranicznym Rezerwacie Biosfery Roztocze i Puszcza Solska**.

### Wieprz Wyżyną Lubelską bieży

Na północ od Roztocza teren nieco opada, przechodząc w falistą **Wyżynę Lubelską**, której kulminacje rzadko przekraczają 300 m n.p.m. Wyżyna Lubelska to less na skałach wapiennych. W różnych jej regionach miąższość warstwy lessowej jest różna stad są regiony gdzie opoki i skały wapienne spotyka się płytko pod powierzchnią, a nawet „wychodzą” one na powierzchnię czy to krawędziach dolin rzecznych czy też w jarach i wąwozach. W innych zaś na powierzchni spotyka się je rzadko. Przez środek Wyżyny Lubelskiej płynie najbardziej lubelska ze wszystkich rzek – **Wieprz**. To jeden z największych prawobrzeżnych dopływów Wisły (obok Bugu, Narwi i Sanu). Rzadko się jednak zdarza by rzeka o długości ponad 300 km wraz z całym swoim niemałym dorzeczem (bez mała 10,5 tys. km kwadratowych) „mieściła się” w granicach jednego województwa. A tak właśnie jest z Wieprzem – cały wraz z dorzeczem położony jest w granicach administracyjnych województwa lubelskiego. Przepływając Roztocze wpływa w najbardziej równinny (obok Kotliny Chodelki) mezoregion Wyżyny Lubelskiej – **Padół Zamojski**. Jest to płaski obszar w dolinie Poru, Łabuńki i Wieprza. W okolicach Nielisza znajduje się jedyny zbiornik zaporowy na Wieprzy – **zbiornik Nielisz**. To największy zbiornik zaporowy w woj. lubelskim. Wraz z cofką jego powierzchnia sięga niemal 1000 ha. Jest to ważna ostoja ptaków wodno-błotnych, które zwłaszcza w okresie przelotów wiosennych i jesiennych gromadzą się tutaj w znacznych ilościach. Zbiornik jaśnieje wówczas bielą czapli, łabędzi i mew, szarzej setkami gęsi czy czarnieje od tysięcy tysek. Do doskonałe

miejsce dla ornitologów a jednocześnie ostoja ptasie Natura 2000. Dalej w dół swego biegu Wieprz wycina wąską gardziel pomiędzy **Działami Grabowieckimi** i **Wyniosłością Gietczewską** – najwyższymi regionami Wyżyny Lubelskiej – tworząc w okolicach Izbicy malowniczy **Izbicki Przełom Wieprza**. Na wysokich skarpach na tym obszarze uznanym zresztą za ostoję siedliskową sieci Natura 2000, zdomowała się rzadka roślinność stepowa – kosańce bezlistne, wisienki karłowate, ozoty zwyczajne, przetaczniki zwodne, astry gawędka i wiele innych. Za Krasnymstawem Wieprz opuszcza Wyżynę Lubelską i płynie po równinnym terenie Polesia a potem Wysoczyzny Lubartowskiej. Tereny te różnią się od innych krain nizinnych w Polsce m.in. małą ilością naturalnych zbiorników wodnych. Południowa część Mazowsza (teren dawnego województwa radomskiego czy siedleckiego oraz części białkopodlaskiego) to obszary ubogie naturalne zbiorniki wodne. Wieprz w środkowym i dolnym swoim biegu wściekle meandruje, niekiedy zawracając o 360 stopni. Zwłaszcza w **Dolinie Dolnego Wieprza** od Kocka do ujścia rzeki do Wisły w okolicach Dębłina wygląda to niezwykle malowniczo. Jest to teren „lubelskiej Biebrzy”. Wiosną bowiem wezbrana woda zalewa niemal całą dolinę i gromadzą się tam liczne i rzadkie ptaki drapieżne. M.in. tu właśnie spotyka się bataliony oraz liczne stada gęsi, kaczek, różne gatunki siewkowych i drapieżniki. Na tym odcinku znajdują się także liczne starorzecza. Obszar ten jest także ostoją siedliskową Natura 2000 Dolny Wieprz.



Fot. Krzysztof Wojciechowski

Zima w roztoczańskim buczynie



Fot. Krzysztof Wojciechowski

Jesień na Działach Grabowieckich





Fot. Krzysztof Wojciechowski

Wisła o zachodzie słońca

## Gór czarowanie

Również na zachód od Wisły – między jej doliną a Pilicą – nie brak cennych przyrodniczo i malowniczych krain. Cechuje je oryginalność w stosunku do innych regionów naszego kraju. Z pewnością najszerzej znanymi są **Góry Świętokrzyskie** – najniższe, ale i najstarsze góry w Polsce. Jest to przede wszystkim raj dla geologów, kraina jaskiń i skał. Znajdą tutaj niemal pełny wiekowiec wachlarz skał od kambryjskich do utworów trzecio- i czwartorzędowych. Jedną krainą tą to nie tylko skały, to także osławiona przez pisarzy i poetów **Puszcza Jodłowa**, która jest „jeno boża, święta” – jak pisał

o niej jej miłośnik – Stefan Żeromski. To także stanowisko olbrzymich i pięknych **modrzewi polskich** na Chełmowej Górze. Najcenniejszy fragment Gór Świętokrzyskich już ponad 65 lat temu został objęty ochroną w formie Świętokrzyskiego Parku Narodowego. Prócz tego istnieje tutaj kilka parków krajobrazowych: Chęcińsko-Kielecki, Cisowsko-Orłowiński, Jeleniowski, Sieradowicki i Suchedniowsko-Oblęgarski. Poza tym obszar ten, zwłaszcza między Kielcami a Skarżyskiem Kamienną został gęsto i w miarę równomiernie pokryty ostojami siedliskowymi sieci Natura 2000.

## All you Nidy's Ponidzie

W południowej części województwa świętokrzyskiego położone jest **Ponidzie**, piękna kraina wielu osobliwości. Nazywana jest świętokrzyskim stepem, bo na nasłonecznionych skarpach w dolinie Nidy zachowały się fragmenty roślinności stepowej. Falują tam łany ostnicy, kryją się w trawach piękne dziewięciły popłochołstne i bezłodygowe, wystawiają do słońca swoje „złote oczy” miłki wiosenne. Jednak ponidzki „step” jest osobliwy, porasta bowiem tereny bogate w gips, stąd i jego flora jest bardzo ciekawa a kolorytu dodają

jeszcze krystaliczne skały gipsowe ukazujące się na powierzchni w formie „jodełkowatej”. Ponidzie to także ciepłe, nasłonecznione pola z licznymi wąwozami i głęboczniami zamieszkiwanymi przez kolorowe żolny. Warto podkreślić, że **Dolina Nidy** to także jedyna położona w całości w województwie świętokrzyskim ostoja ptasia sieci Natura 2000. Znajdują się tu m.in. **kompleksy stawów**, jak te w **Górkach**, gdzie można spotkać czaple białe i siwe, gęsi gęgawy i zbożowe, liczne gatunki innych blaszkodziobych, siewkowych i drapieżników.

## Dikantne i ostre obszary

Na stromej krawędzi doliny Wisły na północny wschód od „miasta ojca Mateusza” położona jest jeszcze jedna osobliwość przyrodnicza i geologiczna województwa świętokrzyskiego. To słynne **Pieprzówki**, czyli Góry Pieprzowe. Miejsce to, to przede wszystkim gradka dla geologów. Budujące Pieprzówki łupki kambryjskie mają bowiem ok. 500 milionów lat. A sama nazwa gór pochodzi od tego, że wietrzejące szarosiwe łupki rzeczywiście z daleka przypominają

usypany pieprz. Ale Pieprzówki to nie tylko geologia. Zwane są niekiedy Górmi Różanymi, bo rośnie tu i pięknie kwitnie prawie połowa gatunków krajowych róż (ok. 15). Zaś położone u stóp Pieprzówek starorzecze Wisły jest siedliskiem licznych gatunków płazów oraz miejscem obfitego występowania **kotewki orzecha wodnego**. Warto podkreślić, że Pieprzówki chronione są podwójnie: jako rezerwat i jako składowa ostoja siedliskowej Tarnobrzeska Dolina Wisły.

## Królowa wciąż rządzi

Bez wątplenia jednymi z najcenniejszych obiektów przyrodniczych w opisywanej części Polski są rzeki i ich doliny. Przyrodniczym kręgosłupem jest tu **Królowa Polskich Rzek – Wisła**, europejski korytarz ekologiczny. Na opisywanym terenie ma ona różnorodny charakter. Wpływając z równinnej Kotliny Sandomierskiej w pas Wyżyn Polskich trafia na tereny pofałdowany i znacznie wyżej położony niż ten, po którym dotychczas płynęła. Rzeka musiała „przebić sobie drogę” przez tę przeszkodę. Zrobiła to żłobiąc dolinę, która jest wąska i głęboka. Jest to **Małopolski Przełom Wisły**, który ciągnie się od Zawichostu do Puław. Wody rzeki drążąc przez tysiące lat garbate wyżyny przerwały się przez warstwę lessu i dotarły do podłoża zbudowanego z wapieni i opok odślaniając ich malowniczą biel. Resztę zrobili ludzie lokalizując na stromych wapiennych zboczach doliny kamieniołomy. Krawędzie doliny Wisły mają tutaj w niektórych miejscach nawet 80 i więcej metrów i niekiedy bieleją surowym wnętrzem wapiennych skał. Tak jest pod Piotrawinem, Kazimierzem, Nasitowem. Wysokie i strome zbocza wyglądają bardzo malowniczo, zwłaszcza jeśli są zalesione i zwłaszcza jesienią, kiedy pyszną się barwną paletą liści. Na stromych, nasłonecznionych i bogatych w wapienie zboczach zadomowiła się roślinność kserotermiczna tworząc nasze „stepy” – murawy kserotermiczne. Jednym z najbardziej znanych obszarów chronionych, w których wiosną żółcieją miłki wiosenne, zaś latem fioletowieją astry gawędka czy bieleją klematysy jest rezerwat **Skarpa Dobrska w Kazimierskim Parku Krajobrazowym**. Jednak mimo tego, że sama dolina jest tutaj dość wąska, to nie brak w niej siedlisk podmokłych, starorzeczy, fragmentów lasów łęgowych czy wysp w nurcie rzeki. Są one ostoją licznych gatunków ptaków, w tym



Fot. Krzysztof Wojciechowski

Kazimierskie wąwozy



Fot. Krzysztof Wojciechowski

Miłek wiosenny – złote oko stepu – na Skarpie Dobrskiej



tak rzadkich jak ostrygojad oraz gadów, np. kumaka nizinnego. Cały Małopolski Przełom Wisły objęty jest ochroną w formie obszaru ptasiego Natura 2000 o tej samej nazwie oraz ostoi siedliskowej **Przełom Wisły w Małopolsce**. Dodatkowo od wschodu przylegają do niego parki krajobrazowe: Wrzelowiecki i Kazimierski.

Uwalniając się z oków wyżyn, na wysokości Puław (a na lewym brzegu nawet znacznie powyżej) nasza królowa rozlewa się szeroko stając się prawdziwą rzeką roztopką o szerokiej dolinie, którą ograniczać mogą jedynie wały. W nurcie nie brak wysp i piaszczystych łach – doskonałych siedlisk zwłaszcza dla ptaków siewkowych. W międzywalu i za wałami zachowały się starorzecza, i niekiedy dość okazałe fragmenty lasów łęgowych, w których spotkać można monstrualnych rozmiarów białodrzewy. Poza tym w szerokiej pradolinie Wisły zachowały się liczne wydmy i torfowiska niskie. Jednym z najbardziej znanych są **Bagna Orońskie**. Środkowy odcinek doliny Wisły, od Puław aż do Płocka chroniony jest w granicach ostoi ptasiej **Natura 2000 – Dolina Środkowej Wisły**. Poza tym do doliny przylega kilka innych obszarów chronionych.

Od strony radomskiej jest to **Kozienicki Park Krajobrazowy**. To największy park krajobrazowy na południowym Mazowszu i w ogóle w tej części Polski. Obejmuje swym zasięgiem resztki królewskiej Puszczy z pięknymi drzewostanami jodłowymi na granicy zasięgu, kresowymi stanowiskami buka oraz dorodnymi dąbrowami. W parku znajdują się także ciekawe tereny źródliskowe. Jest on także siedliskiem rzadkich gatunków ptaków, jak bociany czarne, żurawie i ptaki drapieżne. Na terenie parku i bezpośrednim jego sąsiedztwie znajduje się 15 rezerwatów przyrody. Jest on też objęty ochroną w ramach sieci Natura 2000. Znajduje się tu ostoja ptasia – **Ostoja Kozienicka** i ostoja siedliskowa – **Puszcza Kozienicka**. Najcenniejszym obiektem na lewym brzegu Wisły jest z całą pewnością **Puszcza Kampinoska** ze swymi borami, wydrami, terenami podmokłymi i fragmentem samej doliny Wisły, gdzie spotyka się jeszcze niemałe płaty łągów. Obszar ten objęty jest ochroną w formie **Kampinoskiego Parku Narodowego** – drugiego co do wielkości (po Biebrzańskim PN) w Polsce. Poza tym jest jednocześnie ostoją ptasią i siedliskową sieci Natura 2000 o nazwie Puszcza Kampinoska oraz rezerwatem biosfery.



Bug widziany z Góry Zamkowej z starym Drohiczyńem



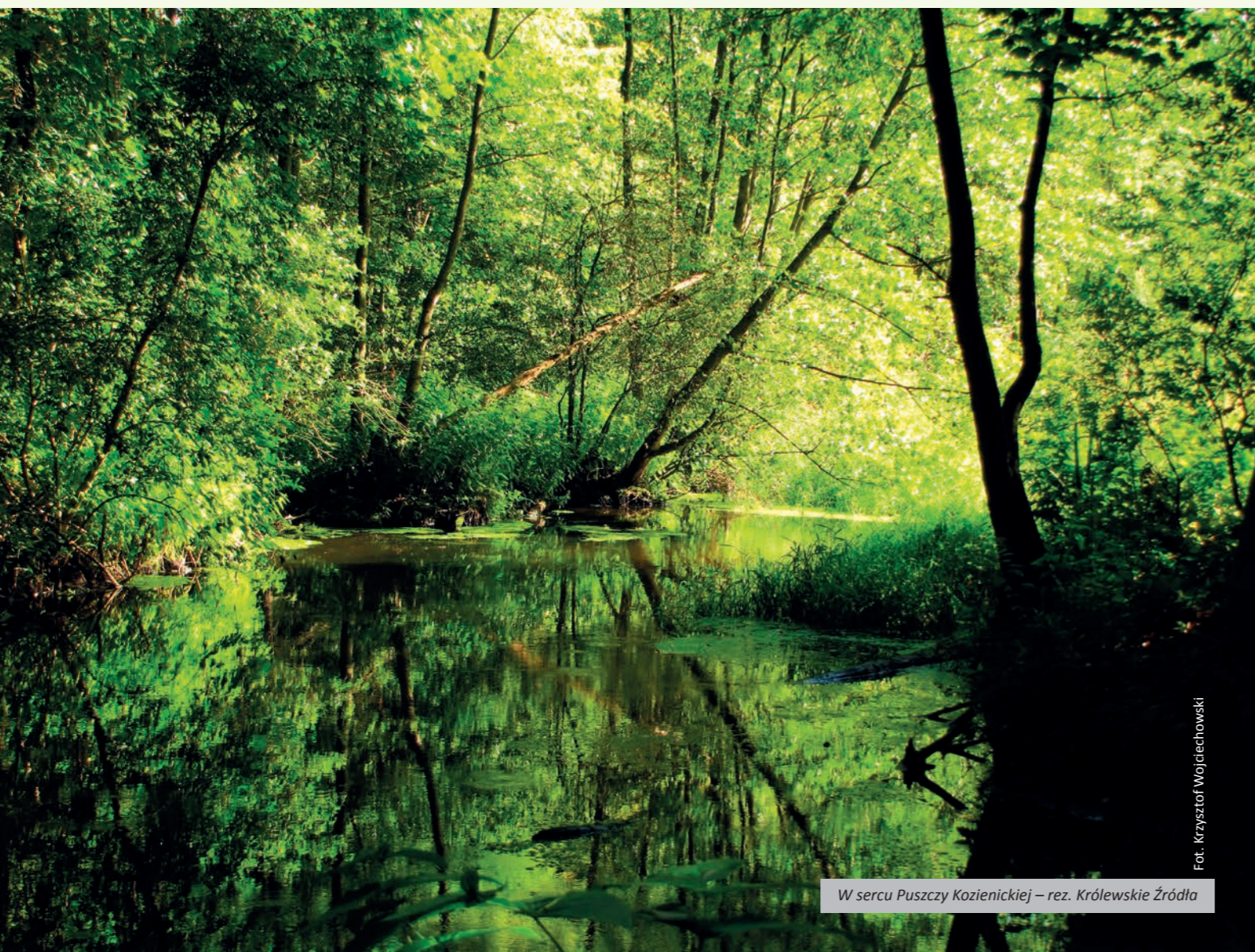
Nasze Dzikie Pola – Wyżyna Wołyńska

## Przyczajony Bug, ukryte Polesie

Drugą co do wielkości rzeką regionu jest największy dopływ Wisły – **Bug**. Bierze swój początek na Wyżynie Podolskiej na Ukrainie po przepłynięciu ponad 770 km łączy się z Narwią i razem wpadają do Wisły. Na Bug, niczym paciorki na różaniec, nanizanych jest wiele różnorodnych krain. W górnym biegu to **Wyżyna Wołyńska** należąc do Europy Wschodniej. To jeden z najmniej znanych i zbadanych regionów naszego kraju. Miejsce występowania rzadkich siedlisk i gatunków. Tutaj mają swoje jedyne w kraju a nawet w UE stanowisk susły perełkowane, tu na jedynych stanowiskach rośnie żmijowiec czerwony, tutaj zalatują a niekiedy nawet gniazdują niezmiernie rzadkie ptaki drapieżne: kurhanniki, orły stepowe, gadożery, orzełki i wiele innych. Tutejsze niewielkie stosunkowo kompleksy leśne kryją w sobie niemałe populacje obuwików – najpiękniejszych naszych storczyków, a tutejsze stopy porastają inne rzadkie storczyki – purpurowe. Poza tym zlokalizowano tu grubo ponad 100 kurhanów w większości niemal zupełnie niezbadanych. Bug płynąc po lessowych wyżynach wrzyna się w ich miękkie podłoże i tworzy wysokie skarpy, w których gniazdują rzadkie i barwne ptaki – żoły.

Wypływając z terenów wyżynnych Bug trafia na teren równinny – to **Polesie**, a w zasadzie jego zachodnie kresy stąd też i nie ma tutaj olbrzymich, nieprzebranych bagien, kniej i moczarów. Początkowo niewiele się ono różni od wyżyny. Polesie Wołyńskie ma bowiem także falisty charakter. Charakterystyczne są dla niego wzgórza ostańcowe, na których zachowała się roślinność stepowa. To tutaj w okolicach Chełma, w **rez. Stawska Góra** pyszną się wielkie kwiaty **dziwięcisitu**

**popłocholistnego**. To jedno z kilku stanowisk w całym kraju. Osobliwością na skalę europejską są chronione w Chełmskim Parku Krajobrazowym **Chełmskie Torfowiska Węglanowe**. Zaś osobliwością na miarę świata jest występująca na nich **wodniczka**. Jest to drugie co do wielkości jej stanowisko w Polsce. Nie dziwi zatem, że chronione jest także w ramach sieci Natura 2000. Stworzono tu ostoję ptasią Chełmskie Torfowiska Węglanowe i siedliskową Torfowiska Chełmskie. Poza tym znajduje się tu kilka rezerwatów. Opuszczając Polesie Wołyńskie Bug wpływa na obszar **Polesia Zachodniego**. To ma już zdecydowanie bardziej poleski charakter. Znajdują się tutaj jeziora w liczbie ponad 60. Zachowały się także fragmenty bagien. Te najcenniejsze – Bagno Bubnów, Bagno Staw i Durne Bagno chronione są w granicach **Poleskiego Parku Narodowego**. Jego symbolem jest wybitnie poleski gatunek – żuraw. Innym takim gatunkiem jest żółw błotny, który na Polesiu ma największą ostoję w Polsce i jedną z największych w UE. Najbardziej obfitują w żółwie Lasy Sobiborskie. Nie dziwi zatem, że jest on symbolem **Sobiborskiego Parku Krajobrazowego**. Na Polesiu istnieją jeszcze dwa parki krajobrazowe: Poleski i Pojezierze Łęczyńskie. Jest tu też kilka dużych ostoi ptasich Natura 2000: Polesie, Lasy Parczewskie, Uroczysko Mosty-Zahajki, Dolina Tyśmienicy, a także kilka mniejszych ostoi siedliskowych Natura 2000: Ostoja Parczewska, Ostoja Poleska, Jeziora Uściwierskie, Lasy Sobiborskie i inne. Szczególnym powodem do dumy jest fakt, że znaczy fragment polskiego Polesia wraz z przyległymi terenami na Białorusi i Ukrainie uznany został za **Trójstronny Międzynarodowy Rezerwat Biosfery „Polesie Zachodnie”**. Na całym świecie jest tylko cztery takie obiekty.



Fot. Krzysztof Wojciechowski

W sercu Puszczy Kozienickiej – rez. Królewskie Źródła





Patriarcha poleskich bagien – żółw błotny

Fot. Krzysztof Wojciechowski

to część **Nizin Środkowopolskich**. Owo pogranicze Bug napotyka w momencie gdy przyjmuje do siebie wody rzeki Krzny. Teren choć nizinny jest tutaj nieco falisty rzeka zaś miejscami głęboko wcina się w podłoże tworząc malowniczy **Podlaski Przełom Bugu** o wysokich zboczach, szczególnie pięknych w **rezerwacie Szwajcaria Podlaska**, pod Mielnikiem czy Drohiczyńnem. Rzece towarzyszą tu piękne łągi i rzenie janowskich arabów. Dalej jeszcze, w dolnym biegu mimo, że w niektórych miejscach wybudowano wały, rzeka rozlewa się szeroko tworząc duże, niekiedy zalesione wyspy, piaszczyste łąchy, niewysokie, ale strome brzegi gęsto zamieszkiwane przez jaskółki brzegówki. Warto podkreślić, że Bug, podobnie jak i Wisła jest europejskim korytarzem ekologicznym. Poza tym niemal na całej swojej długości w granicach Polski (poza niewielkim odcinkiem w okolicach Terespola) chroniony jest także w ramach sieci Natura 2000. Są to przede wszystkim dwie ostoje ptasie: **Dolina Środkowego Bugu** obejmująca niemal cały odcinek graniczny doliny oraz **Dolina Dolnego Bugu** ciągnąca się od ujścia Krzny do Bugu aż do Zalewu Zegrzyńskiego. Siedliska naturalne chronione są w granicach ostoi: Zachodniowołyńska Dolina Bugu, Poleska Dolina Bugu i Ostoja Nadbużańska.

Opuszczając Polesie Bug wpływa w północną część regionu o charakterze nizinny. To obszar styku dwóch wielkich prowincji geograficznych: **Niżu Wschodniobałtycko-białoruskiego** i **Niżu Środkowoeuropejskiego**. Przy czym pierwsza kraina należy do Europy Zachodniej a druga do Wschodniej. Na opisywanym terenie niżej te obejmują południową i wschodnią część województwa mazowieckiego oraz północną część województwa lubelskiego. W mazowieckim jest



Fot. Krzysztof Wojciechowski

Bug pod Szwajcarią Nepelską (Podlaski Przełom Bugu)

## Pilica z centralnej Polski pochodzi

Niezwykle cenną przyrodniczo jest także **dolina Pilicy** – największego lewobrzeżnego dopływu Wisły o długości bez mała 320 km. Prawie cała dolina Pilicy została objęta ochroną czy to w formie ostoi sieci Natura 2000 czy też parków krajobrazowych. Do tej pierwszej grupy należą ostoje siedliskowe: Dolina Górnej Pilicy, Dolina Środkowej Pilicy i Dolina Dolnej Pilicy oraz ostoja ptasia Dolina Pilicy obejmująca jej dolny, szeroki i podmokły fragment. W środkowym biegu rzeki utworzono dwa parki krajobrazowe: **Spalski i Sulejowski**.



... gdzieś na Polesiu

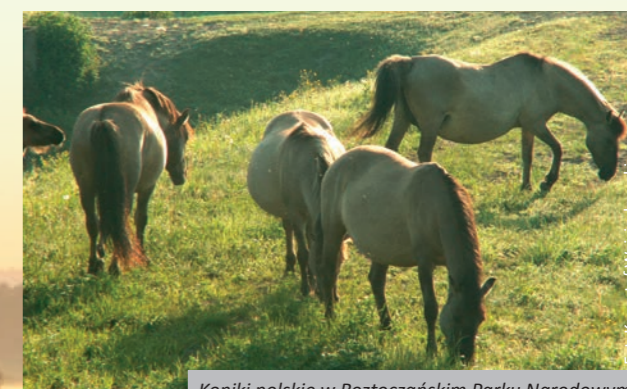
Fot. Krzysztof Wojciechowski

## Doznajemy i chronimy najcenniejsze

Na koniec warto jeszcze zwrócić uwagę na obszary cenne przyrodniczo o randze międzynarodowej. O niektórych już napisano (rezerwaty biosfery, europejskie korytarze ekologiczne czy wreszcie sieć Natura 2000). Do tej grupy warto dodać jeszcze **ostoje ramsarskie** tworzone dla ochrony obszarów wodno-błotnych. Spośród 13 obiektów tej rangi w kraju na opisywanym terenie znajduje się jeden. Jest to Poleski Park Narodowy.

Inną kategorią są **ostoje ptaków o znaczeniu międzynarodowym IBA**. W granicach tych ostoi znalazły się wszystkie obszary ptasie Natura 2000 na opisywanym terenie czyli ponad 30 obiektów.

Obszar Polski środkowo-wschodniej to teren cenny przyrodniczo i bardzo oryginalny, bogaty w niespotykane nigdzie indziej gatunki i siedliska. To teren, na którym odczuwa się „tchnienie Wschodu” i jako taki jest niezmiernie atrakcyjny dla turystów szukających spokoju i kontaktu z przyrodą.



Koniki polskie w Rostoczańskim Parku Narodowym

Fot. Krzysztof Wojciechowski



Świt na Polesiu – czaple na Bagnie Bubnów

Fot. Krzysztof Wojciechowski



# Propozycje turystyczne

W tym rozdziale proponujemy konkretne sposoby na spędzenie czasu wolnego w oparciu o dostępne oferty turystyki przyrodniczej w regionie. Przykładowe oferty turystyczne pozwolą zaplanować pełen emocji pobyt wypełniony aktywnościami związanymi z poznawaniem atrakcji przyrodniczych oraz kulturowych. Te wzorcowe programy stanowią punkt wyjściowy dla każdego turysty, który pragnie zobaczyć więcej, poczuć bardziej i usłyszeć lepiej co oferuje ten region Polski.

## Nadbużańskie dzungle

### Dla kogo?

Oferta skierowana jest dla dzieci i młodzieży pragnącej poznać bliżej naturę, ale bez książek, ławek i tablicy szkolnej. Tutaj natura potrafi szumieć, pachnieć, wierzgać i ... dużo więcej. Oferta tematycznie oraz objętościowo dostosowana jest do poszczególnych grup wiekowych dzieci i młodzieży w podziale na klasy: 1-5, 6- gimnazjum.

### Lokalizacja

Dolina Dolnego Bugu, na obszarze gminy Somianka to kraina położona wzdłuż rzeki Bug i obejmuje równinne terasy zalewowe i piaszczyste. Bug jest jedną z najdłuższych i najbardziej naturalnych rzek Europy. Praktycznie nieuregulowany i w kilku tylko miejscach obwałowany zachował charakter naturalnej rzeki. Dolina Bugu europejskim korytarzem ekologicznym i ostoją ptaków o znaczeniu międzynarodowym. Dolny Bug ponadto chroniony jest w ramach dwóch obszarów Natura 2000. Jest to ostoja siedliskowa Ostoja Nadbużańska i ostoja ptasia Dolina Dolnego Bugu.

### Aktywność turystyczna

#### WYPRAWA PO DŻUNGLI

Las łęgowy to zbiorowisko chronione w ramach sieci Natura 2000, łęgi wierzbowe, topolowe, olszowe i jesionowe są nawet tzw. zbiorowiskiem priorytetowym sieci Natura 2000. Jest to autentyczna europejska dżungla, można tam spotkać wielkie okazy wierzb czy topól, splątane naszymi lianami (chmiel), często jest podmokłe i bogate w gatunki. Wygląda bardzo efektywnie zwłaszcza od strony wody – jak taka ściana nieprzebytej zieleni. Jest to rzadkie w Europie zbiorowisko, bo łęgi rosnące w dolinach rzek zwykle zostały wycięte podczas melioracji tych ostatnich. W nich rosną „kuzyni” naszych roślin domowych: psianka słodkogórz – kuzynka ziemniaka, chmiel – ten sam, który później zaczęto uprawiać w celach spożywczych wywodzi się z łęgów, spotyka się tam także porzeczki czarne – te same, które potem „udomowiono”.

Wyprawę można przeżyć samemu w ramach ścieżki przyrodniczej lub z przewodnikiem.

- Czas trwania: od 2 godzin;
- Opcjonalnie: możliwość wypożyczenia sprzętu pływającego i wplynięcia między drzewa.

## WARSZTATY KULINARNE

Warsztaty organizowane są zarówno dla dorosłych, jak i dzieci w wieku od 10 lat. Uczymy gotowania według starych, regionalnych przepisów. Wspólnie przygotowujemy przetwory z owoców, warzyw, grzybów.

Przyjmujemy grupy od 5 do 10 osób, cena już od 20 zł/osoba, wliczone drugie śniadanie. Całorocznie.

- Czas trwania: około 4 godzin;
- Wielkość grupy: od 5 do 10 osób.

Dane kontaktowe:

Barbara Polak; [b.polak@plenery-gardens.pl](mailto:b.polak@plenery-gardens.pl)

## Przez Babsk

### Dla kogo?

Oferta gry terenowej skierowana jest dla rodzin z dziećmi, którzy pragną poznać w aktywnej i zagadkowej formie okolice Poleskiego Parku Narodowego.

### Lokalizacja

Miejscowość Babsk, w pobliżu Urszulina, to serce Poleskiego Parku Narodowego oraz kraina geograficznej Polesia, którego bogactwa przyrodnicze i kulturowe znajdują granic i sięgają po bliższą Ukrainę oraz Białorusi.

Dane kontaktowe:

Grzegorz Gołoś; [agroturystyka@polesie.info](mailto:agroturystyka@polesie.info)

### Aktywność turystyczna

#### GRA TERENOWA

Trasa prowadzi po najciekawszych miejscach okolicy, uwrażliwiając na charakterystyczne elementy przyrodnicze i historyczne odwiedzanych miejsc. Uczestnicy swoistego questingu mają za zadanie znaleźć i odgadnąć poszczególne elementy na trasie, których litery utworzą finalnie rozwiązanie zagadki – hasła. Podczas wędrowki pieszej lub rowerowej można poznać także wielu mieszkańców, którzy dodatkową okraszą opowieściami poznanie tego obszaru. Poznawanie wymaga słuchania i bacznej obserwacji, a takie wyciszenie służy zarówno odwiedzającym, jak i przyrodzie.

- Długość trasy: 6,5 km.



# Ptasia Tarnawatka

## Dla kogo?

Oferta skierowana jest dla entuzjastów ptasiego piękna w naturalnej scenerii, zarówno profesjonalistów – ornitologów, jak i hobbystów.

## Lokalizacja

Z drogi krajowej nr 17 w okolicach Zamościa kierować się należy na miejscowość Tarnawatka. Na rozwidleniu w prawo wiedzie droga do Tarnawatki-Tartak, na wprost pod górkę piaszczysty trakt doprowadzi nas do Tarnawatki, a jeśli pojedziemy w lewo, piaszczystą drogą skręcającą po chwili w prawo dotrzemy wprost do wieży obserwacyjnej

Dane kontaktowe:

Martyna Kudlicka; [info@stadninapodlasem.pl](mailto:info@stadninapodlasem.pl)

przy mniejszych stawach (ok. 1 km). Tam też rozpoczyna się ścieżka „Stawy w Tarnawatce”. Chętni mogą jeszcze pojechać w lewo na Wolę, aby po ok. 2 km dotrzeć do dwóch największych tarnawackich stawów.

## Aktywność turystyczna

### OBSERWACJA PTAKÓW

Awifauna Stawów w Tarnawatce to 237 gatunków ptaków, w tym 151 gatunków lęgowych, w tym 64 gatunki z Zał. 1 Dyrektywy Ptasiej oraz 43 gatunki wpisane do Polskiej Czerwonej Księgi Zwierząt. Ścieżka składa się z 4 przystanków.

■ Długość trasy: 1 km.

## Inne propozycje

### PTASIE MORZE

Dane kontaktowe: Jadwiga Świstowska; [nadbrzegiem60A@wp.pl](mailto:nadbrzegiem60A@wp.pl)

### RAJ NIE TYLKO WĘDKARZA

Dane kontaktowe: Zofia Mazur; [raj.wedkarza@o2.pl](mailto:raj.wedkarza@o2.pl)

### MIĘDZY PUSZCZĄ A WISŁĄ

Dane kontaktowe: Maria Pietroń; [agroturystyka24.mazowsze@gmail.com](mailto:agroturystyka24.mazowsze@gmail.com)

### MIĘDZY WISŁĄ A BAGNEM

Dane kontaktowe: Anna Golszewska, [agrokaweczyn@wp.pl](mailto:agrokaweczyn@wp.pl); Iwona Drewnik, [id25@wp.pl](mailto:id25@wp.pl)

### NA DACHU WYŻYNY LUBELSKIEJ

Dane kontaktowe: Monika Nizio; [monika@jaworowagorka.pl](mailto:monika@jaworowagorka.pl)

### NA POGRANICZU EUROP

Dane kontaktowe: Waldemar Bednarczyk; [waldemar.bednarczyk@vp.pl](mailto:waldemar.bednarczyk@vp.pl)

### ŻURAWI RAJ

Dane kontaktowe: Maria Warych; [maria.warych@gmail.com](mailto:maria.warych@gmail.com)

### PRZEŁAMANY BUG

Dane kontaktowe: Grażyna Hryciuk; [bubelgranna@agroturystyka.pl](mailto:bubelgranna@agroturystyka.pl)

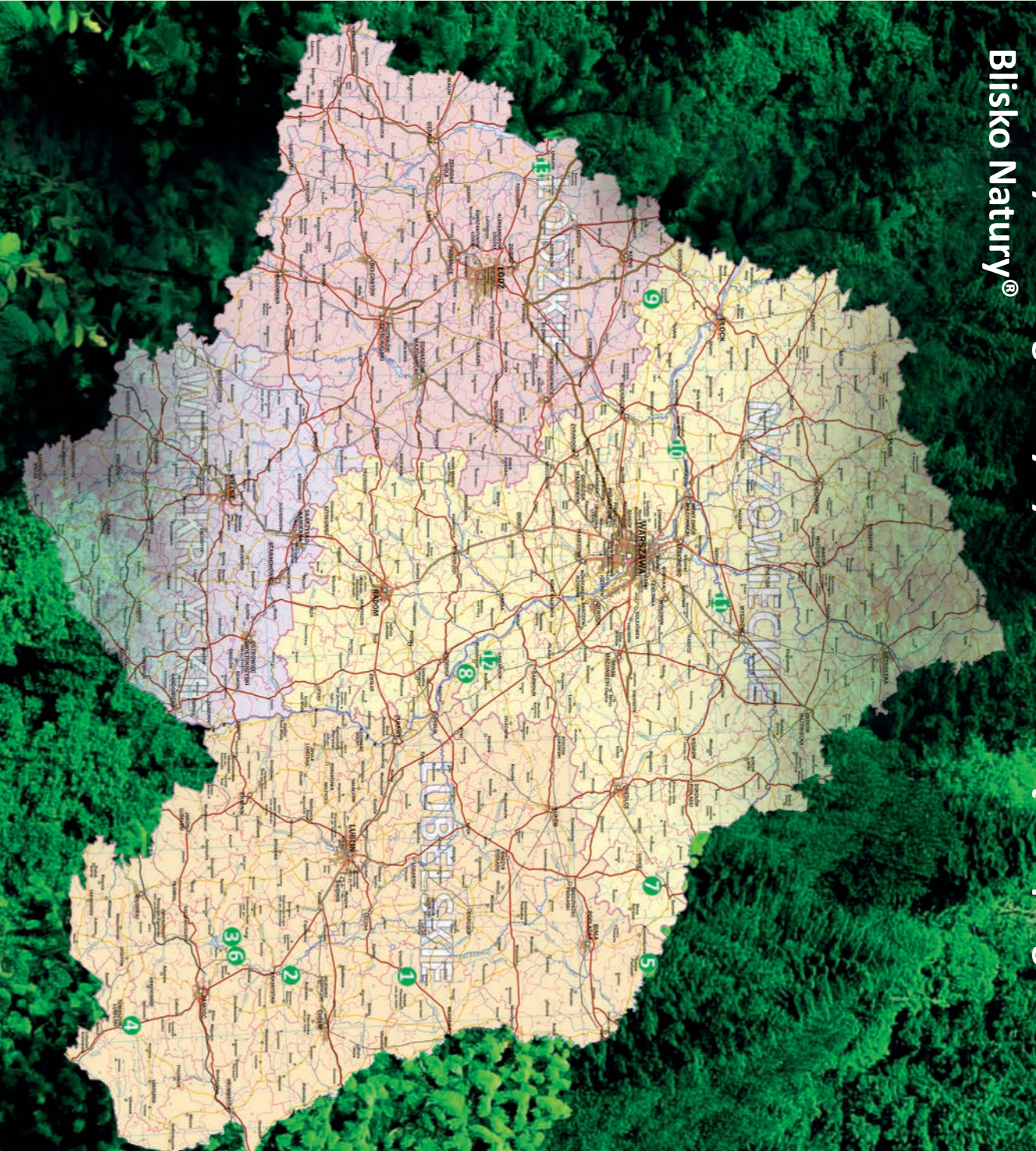
### HOLENDRY POJEZIERZEM MALOWANE

Dane kontaktowe: Halina Wyrwa; [holendry21@holendry21.pl](mailto:holendry21@holendry21.pl)

### NIE ZMĘCZONA NATURA

Dane kontaktowe: Waldemar Bielak; [ostromeczyn@o2.pl](mailto:ostromeczyn@o2.pl)

- 1 STOWARZYSZENIE VERUM  
Babsk 29B, 22-234 Urszulin
- 2 KRASNOSTAWSKIE STOWARZYSZENIE GOSPODARSTW AGROTURYSTYCZNYCH  
Siennica Nadolna 78A, 22-302 Siennica Nadolna
- 3 STOWARZYSZENIE KWATERODAWCÓW GMINY NIELISZ  
Nielisz 60A, 22-413 Nielisz
- 4 LOKALNA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA ROZTOCZE  
Dąbrowa Tomaszowska 93; 22-600 Tomaszów Lubelski
- 5 LUBELSKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE ZS. W NAŁĘCZOWIE  
Bubel Granna 22 a, 21-505 Janów Podlaski
- 6 STOWARZYSZENIE KWATERODAWCÓW GMINY NIELISZ  
Nielisz 13, 22-413 Nielisz
- 7 MAZOWIECKO-PODLASKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE  
Ostromeżyn Kolonia 39
- 8 MAZOWIECKO-PODLASKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE  
Kawęczyn 39, 08-480 Maciejowice
- 9 STOWARZYSZENIE-AKTYWNI RAZEM ŁĄCZĄ  
Holendry Dobrowskie 21
- 10 MAZOWIECKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE  
Leoncin 24, 05-155 Leoncin
- 11 STOWARZYSZENIE GOSPODARSTW AGRO I EKOTURYSTYCZNYCH MAZOWIECKIE WIERZBY - LOKALNA GRUPA DZIAŁANIA "PARTNERSTWO ZALEWU ZEGRZYNSKIEGO"  
Jackowo Dolne 11A
- 12 MAZOWIECKO-PODLASKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE  
Maciejowice 08-480, Kochów 18D
- 13 LOKALNA GRUPA DZIAŁANIA PODKOWA  
Kobylniki 19, 99-200 Kobylniki



Stowarzyszenia agroturystyczne uczestniczące w programie  
Blisko Natury®





Dofinansowano ze środków  
Narodowego Funduszu  
Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej



INSTYTUT  
NA RZECZ  
EKOROZWOJU

Niniejszy materiał został opublikowany dzięki dofinansowaniu ze środków NFOŚiGW.  
Za jego treść odpowiada Fundacja Instytut na Rzecz Ekorozwoju.



WYPOCZYNEK  
BLISKO NATURY  
*w Polsce środkowo-zachodniej*



PRZEWODNIK TURYSTYKI  
PRZYJAZNEJ NATURZE



**Opracowanie:**

Krzysztof Konieczny, Rafał Kurczewski, Cezary Mołski,  
Anna Nawrot, Katarzyna Dmochowska, Marcel Kwaśniak

**Projekt graficzny i skład:** Agnieszka Rejowska

**Zdjęcia:** Rafał Kurczewski

Szczególne podziękowania należą się fotografom za udostępnienie zdjęć.

Opracowanie zostało zrealizowane przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju (InE) jest pozarządową organizacją typu think-tank powstałą w 1990 r. InE zajmuje się promowaniem i wdrażaniem zasad oraz rozwiązań służących zrównoważonemu rozwojowi Polski.

## Spis treści

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 1. Wprowadzenie                                     | 5  |
| 2. Blisko Natury – jakość w turystyce przyrodniczej | 6  |
| 3. Rekomendowane atrakcje przyrodnicze              | 8  |
| 4. Propozycje turystyczne                           | 16 |







Gęś gęgawa

## Wprowadzenie

Turystyka przyrodnicza to ciekawy sposób poznawania regionów turystycznych, zwłaszcza wszystkimi zmysłami poprzez agroturystykę lub turystykę wiejską. Nie trzeba być specjalistą, entuzjastą czy hobbystą by odnaleźć przyjemność w odkrywaniu osobliwości przyrody, znajdujących się na wyciągnięcie ręki wokół miejsc zakwaterowania – gospodarstw agroturystycznych, na obszarach Natura 2000. Warunkiem koniecznym korzystania z tej formy wypoczynku jest potrzeba relaksacji w harmonii z wybranym otoczeniem. To właśnie ta przyroda stanowiła i stanowi tło wydarzeń, jest świadkiem historii danych terenów oraz zmian zachodzących w społeczności tu mieszkającej.

Turystyka przyrodnicza to nie tylko poznawanie ciekawostek i odkrywanie rzeczywistych „cudów” natury, ale w wydaniu agroturystyki i turystyki wiejskiej zrozumienie czym ta przyroda była i jest dla człowieka, także w wymiarze praktycznym. To właśnie tu możliwe jest poznanie, od autentycznych mieszkańców, jak ta przyroda wpływała i może wpływać na jakość życia, a zwłaszcza na jakość wypoczyniania.

W niniejszym folderze pragniemy przedstawić nie tylko ciekawostki stanowiące powód do wyjazdu weekendowego lub urlopowego, ale przede wszystkim odpowiedzialny sposób na delectowanie się przyrodą podczas wyjazdu turystycznego. Sprawdzone i rekomendowane przez naszych specjalistów miejsca oraz aktywności pozwolą nie tylko na przeżycie wielu pozytywnych emocji w kontakcie z licznymi atrakcjami lokalnymi, ale także na odpowiedzialne z nich korzystanie. Dla nas prawdziwy wypoczynek jest zawsze Blisko Natury®.





# BLISKO NATURY®

## - jakość w turystyce przyrodniczej

*Zmęczeni gwarem, hałasem i cierpiący od smogu mieszkańcy miast tęsknią za chwilą wytchnienia. Jedni chcą powędrować szlakami inni pozbierać zioła, podglądać ptaki, nietoperze czy popłynąć piękną trasą kajakową.*

*Przyroda jest zasobem nie do przecenienia. Istnieją setki sposobów korzystania z niej. W Polsce powstało tysiące gospodarstw agroturystycznych i innych obiektów, które oferują pobyt na wsi i niemal każdy z nich proponuje jakąś formę kontaktu z naturą.*

Takie pytania przeświecały twórcom **certyfikatu „Blisko Natury”**, który jest pierwszym i jedynym ekocertyfikatem w Polsce, który skupia się na ofercie przyrodniczej.

- Jak znaleźć ciekawe propozycje?
- Czy spośród tysięcy propozycji nie warto wyróżnić wyjątkowych pomysłów?
- Skąd wiedzieć, którzy gospodarze interesują się przyrodą, chcą prowadzić swój obiekt w taki sposób, aby jak najmniej wpływać negatywnie na otoczenie?
- U kogo znajdę żywność lokalną i dowiem się o miejscowych tradycjach a kto poczęstuje mnie jedzeniem z hipermarketu i zaoferuje wyłącznie nocleg?
- Czy z mojej podróży przyjadę bogatszy o wiedzę i doznania?

## Dla kogo jest certyfikat „Blisko Natury”?

Dla obiektów turystyki wiejskiej (członków organizacji/stowarzyszeń agroturystycznych i turystycznych) oferujących poszerzony, głębszy i przemyślany kontakt z naturą. Jednym słowem dla tych, którzy posiadają lub tworzą ofertę turystyki przyrodniczej, a samo gospodarstwo czy inny obiekt turystyki wiejskiej nie jest uciążliwy dla środowiska.

## Jakie wymagania stawia certyfikat:

- oferta przyrodnicza i dostępność sprzętu niezbędnego do jej realizacji
- funkcjonowanie obiektu w sposób przyjazny dla środowiska w zakresie:
  - energii i ogrzewania,
  - zarządzania odpadami,
  - gospodarowania wodą i ściekami,
  - żywności,
  - stanu ogólnego obiektu.

Szczegóły dotyczące procedur, wymogów oraz regulamin certyfikatu, a także inne informacje dotyczące turystyki na obszarach Natura 2000 znajdują się na stronie [www.natura2000.org.pl](http://www.natura2000.org.pl)



## Co daje certyfikat?

- wartość dodaną do obecnie posiadanych usług poprzez utworzenie i wdrożenie oferty turystyki przyrodniczej (w ramach projektu eksperci ds. przyrody udzielili rekomendacji)
- wyróżnienie obiektu na tle innych
- promocja obiektu w publikacjach i na stronach internetowych
- ułatwienie pozyskania nowych klientów, uzyskanie większych dochodów oraz lepszy związek z klientami dotychczasowymi dzięki nowym propozycjom.

Certyfikat „Blisko Natury” nadawany jest na okres 2 lat przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.



# Rekomendowane atrakcje przyrodnicze

Szmat ziemi – aż trzy województwa – lubuskie, wielkopolskie, kujawsko-pomorskie, i jeszcze pół-zach kawałek łódzkiego. Artystą rzeźbiarzem, który twar- dą ręką kształtował ten materiał, był lodowiec. Nie- zadowolony z efektów, wracał kilkakrotnie, tworząc i poprawiając z pasją swe dzieła przy pomocy lodo- wych dłut, szlifując powierzchnię deszczem i śnie- giem. I choć było to dawno, w lodowej epoce, w erze plejstocenijskiej, setki tysięcy lat temu, galeria pełna rynien, ozów, kemów, moren, sandrów trwa do dziś pod gołym niebem, a matka natura nieustannie ją poprawia, koloruje, upiększa i przez 12 miesięcy w roku, 24 godziny na dobę, kompletnie za friko (nie licząc wstępów na niektóre obszary chronione) jest otwarta dla każdego. Plenery tu piękne, różnorodne, niezwykle. Od południa Nizina Wielkopolska, zachod- nia część wielkiego pasa Nizin Środkowopolskich, płaska jak stół, usłana mozaiką pól, łąk i pastwisk, gdzie każda ambona czy wieża widokowa pozwala spojrzeć daleko, aż po kres horyzontu, który hipno- tycznie przyzywa wędrowców, włóczyki, łazików. Dalej, na północ od nizin, pojezierza z niezliczonymi,

większymi i mniejszymi jeziorami. Największe jest rynnowe, starostwiańskie Gopło otoczone ochro- ną z uwagi na bogactwo siedlisk i ptaków, zwłaszcza wodno-błotnych. Znajdują się tutaj jedne z najwięk- szych w Polsce lęgówisk: bączków – niewielkich cza- pelek i gęgawy, która jest jedynym gatunkiem gęsi za- kładającej gniazda w naszym kraju. Równie ciekawe, a przyrodniczo często bogatsze w rzadkie gatunki ro- ślin i zwierząt, są jeziora które sukcesywnie zarastają, a na ich niedostępnych brzegach tworzą się grząskie torfowiska i gęste szuwały. Do jednych z ciekawszych tego typu siedlisk w regionie, należy Jezioro Zgierz- nieckie w pobliżu Pniew, które upatrzyły sobie na swojej trasie wędrówek między innymi majestatycz- ne żurawie, jako noclegowe zlotowisko. Organizm tej krainy utrzymuje przy życiu rzeczny krwioobieg. Znaczna część regionu leży w zlewni Warty. Głów- ne rzeki to, poza Wartą, Odra, Noteć, Drawa, Obra, Gwda, Proсна. Wody tu więc nie brakuje, raj dla wszelkiej maści wodniaków – śródlądowych żeglarzy, kajakarzy, windsurferów, amatorów łodzi wiosłowych i barek, kolarzy wodnych i czego tam jeszcze co ma



Starorzeczka w Dolinie Środkowej Warty



Malańka, świeżo wykluta jaszczurka zwinka

odpowiednią wyporność i na wodzie się utrzymuje; dalej dla entuzjastów moczenia kija, nurkowania, jak i pluskania się na płyciźnie czy materacu. Tu ziemia faluje, a niektóre wzniesienia wypiętrzają się wyso- ko, morenowo, przyspieszając bieg rzek, nadając im miejscami wręcz górski charakter. Obraz mapy poje- zierzy dopełniają zielone plamy lasów. Lesistość jest tu bardzo duża, na czele z absolutnym rekordzistą - województwem lubuskim (49%). I choć w regionie przeważają sosnowe uprawy, jak choćby Puszcza No- tecka, to znaleźć tu można lasy liściaste i mieszane, podmokłe olsy i położone w dolinach rzecznych łągi coraz już rzadsze w całej Polsce. Wśród drzew regio- nu dominują więc sosny zwyczajne Wielu, i słusznie, kojarzą się z grzybowym rajem. A sama sosna, kiedy już solidnie wyrośnie, to dobre miejsce na gniazda dla dużych ptaków, jak choćby bieliki czy czaple. Dobrze jest spędzać aktywnie czas w sosnowym borze, bo tu dobry dla nas mikroklimat, szczególnie dzięki olejkom eterycznym, naturalnym odświeżaczom powietrza, które nie tylko przyjemnie pachną, ale koją nasze dro- gi oddechowe i zatoki, a poprzez silne działanie anty- septyczne, wykańczają złośliwe bakterie. Dąb, święte drzewo Europy, ma w naszym regionie szczególne miejsce. Wiele tu potężnych pomników dębowych, ale najsłynniejsze są te rogalińskie, szypułkowe, bę- dące natchnieniem dla artystów i jednym z symboli Wielkopolski. Nigdzie w całej Europie nie ma ich tylu co tu, prawie 1500 (860 uznano za pomniki przyro- dy) tolkienowskich entów, z których najstarsze mają około 700 lat, rośnie w starej dolinie Warty w Rogaliń- skim Parku Krajobrazowym, tworząc niepowtarzalny łąg ze starorzeczami kwitnącymi grzybieniami białymi i grązelami żółtymi. Te najsłynniejsze drzewa no-



Rybitwy rzeczne



Cieplolubny pięciornik piaskowy



Ropucha szara – książę chwilę przed odczarowującym pocałunkiem





Ols w Ostoju Międzychodzko-Sierakowskiej

foto: Rafał Kurczewski

szą imiona Lech, Czech, Rus, Edward i rosną w parku w Rogalinie, w majątku Raczyńskich, a reszta beziemiennych tworzy słowiańskie, staro baśniowe gaje, dając pokarm i schronienie, wielu innym rzadkim i chronionym istotom. Ich potężne cielska toczą larwy wyjątkowo rzadkiego chrząszcza - kozioroga dobosza, a z próchna i soków korzystają pachnice dębowe i jelonki rogate. W regionie spotkać też można inne majestatyczne olbrzymy, wyniosłe, okryte srebrną, gładką korą i złocące się koronami jesienią buki. Jednym z najcenniejszych i najrzadszych w Polsce gatunków drzew jest jarzab brekinia. Ma on swoje największe w Polsce i Europie Środkowej skupisko w rezerwacie Brzęki im. Z. Czubińskiego we Wdeckim Parku Krajobrazowym w województwie kujawsko-pomorskim. W grądzie, w którym rosną brzęki, swoje siedlisko mają też pyszniące się kształtem, barwą i wielkością lilie złotogłów i stylowo ubrane we fraki - bocki czarne. Wiązy, jesiony, graby, jawory, brzozy, olchy, osiki i wiele, wiele innych leśnych drzew tworzy w regionie bogate siedliska, urozmaica krajobraz kształtem, kolorem, zapachem. Ale spotkamy też ojczyste drzewa na miedzach, podwórkach, towarzyszące kapliczkom i drogom. A więc lipy pachnące i brzęczące pracowitymi pszczołkami, których drewno służy od wieków rzeźbiarzom ludowym, co to świątki wszelakie w nim dębują; wierzy płaczące nad wodami i ogławiane wśród pól, w dziuplach których mieszkać może

spokojnie diabeł Rokita za sąsiadów mający sowy pójdzki czy kolorowe, nastroszone dudki; dalej kłony różnorodne, mieniące się barwami jesienią i dostarczające dzieciom nosków, by wydłużyć własne kichawy; obce, a tak już swojskie kasztanowce, które wspomagamy w nierównej walce ze szrotówkiem, by ich kwiaty wyznaczały kres nauki maturzystów, a nasiona służyły do produkcji ludzików, w Wielkopolsce pamperkami zwanych. Drzewom towarzyszą krzewy, dające często gęste, cierniste schronienie i miejsce na budowę gniazd ptakom, pożytek owadom i pokarm niezliczonej czeredzie zwierzątek. Krajobraz pól, łąk, pastwisk w wielu miejscach łysiejący, tak bardzo wzbogacają śródpolne zadrzewienia i zakrzewienia. Ich wartość docenił wybitny Wielkopolek, generał Dezydery Adam Chłapowski, uczestnik kampanii napoleońskiej i Powstania Listopadowego. By zapobiec wyjąłowianiu i erozji gleby, zanikaniu wód gruntowych, dzielił ten mądry człowiek pola na czworoboki, obsadzając każdy od wschodu, zachodu i północy, co przyniosło korzyści gospodarcze, przyrodnicze a krajobraz uczyniło estetycznym.

Na szczególną uwagę zasługują siedliska łąkowe. Nie brakuje na nich ziół wabiących owady kolorem i zapachem, a ludzi i zwierzęta leczących z różnych dolegliwości. Obok popularnych chwastów, jak choćby pokrzywa czy lebioda, które przetrzebiła chemia na

polach i w ogrodach używana, a które do łask wracają i na stołach, jak w dawnych latach gości zaczynają, rosną storczyki, jak kukułka krwista czy plamista. Coraz radsze w całej Europie są murawy kserotermiczne, czyli zbiorowiska roślin nazywanych ciepłolubnymi, porastających najsilniej nasłonecznione południowe i zachodnie stoki wzniesień czy dolin rzecznych. Pachną intensywnie macierzanką piaskową i szalwią łąkową, porastają trawami ostnicami, wiechlinami, szczotlichami i mienia się kolorami dzwonek, wilczomlecz czy rozchodników. Jedną z florystycznych osobliwości regionu jest goździk siny, rosnący w rezerwacie w Grzybnie, na terenie wspomnianego już Rogalińskiego Parku Krajobrazowego. Ten jasno różowy, silnie i przyjemnie pachnący kwiatek, jest gatunkiem wymierającym i ma tu swą północną granicę zasięgu. Łąki są rajem dla bezkręgowców i drobnych, ciepłolubnych zwierząt kręgowych, jak choćby jaszczurki zwinki, których samce, ubierające się wiosną w piękne trawiaste barwy na bokach tułowia, toczą tu swoje walki o względy pań. By poznać ten piękny mikrokosmos powstało Muzeum Łąki w Owczarach, gdzie nie tylko edukuje się gości, ale czynnie chroni się łąki, wypasając na nich żywe kosiarki: kozy, koniki polskie i owce wrzosówki, chronione przy okazji jako polska rasa zachowawcza.

Równie ciekawe osobliwości przyrodnicze można spotkać na terenach podmokłych. Torfowiska słyną z bagiennej roślinności a więc różnorodnych mszaków, wśród których królują potężne, sprężyste poduchy mchów torfowych, pięknie wybarwiających się jesienią turzyc, odurzająco pachnącego bagna zwyczajnego czy wreszcie owadożernych małych rośniczek, które przekształciły swoje liście we wnyki dla drobnych bezkręgowców wabiąc je zapachem lepkiej cieczy, która kompletnie je unieruchamia, by potem wydzielić kwas mrówkowy i strawić ofiarę. Wśród niewielkich, ale bardzo sprawnych owadów łowców, spotykamy różne ważki – łątki, zalotki. Wybatuszają wielkie, złożone oczy i patrolują swe rewiry wypatrując ofiar. Są



Zaskroniec zwyczajny

foto: Rafał Kurczewski

asami przestworzy wśród lotników, potrafią latać we wszystkich kierunkach, atakując z prędkością myśliwców. Jedno z ciekawszych torfowisk w Wielkopolsce to rezerwat przyrody Bagno Chlebowo w pobliżu Obornik, będące obszarem specjalnej ochrony siedlisk Natura 2000. Spotkać tu można różne gatunki płazów, jak choćby żaby moczarowe, których samce już w marcu ruszają na gody ubrane w piękne, błękitne szaty, a koncertując w dużych chórach wyglądają zjawiskowo. Są tu i przedstawiciele gadów, a wśród nich jedne polskie węże jadowite – żmije zygzakowate. Również ich samce słyną z godowych zachowań i choć nie przyjmują żadnego specyficznego ubarwienia, to tańczą oplatając się i wznosząc w górę głowy. Ponieważ, jak wcześniej wspomniano, region bogaty jest w jeziora i rzeki, to wiele zwierząt łączy z nimi swój los. Nad ich wodami można spotkać jednego z najpiękniejszych i najciekawszych naszych ptaków. Choć niewielki, jest królem wśród rybaków, jego błękitno-turkusowe szaty lśnią w słońcu metalicznym połyskiem, a przenikliwy, ostry gwizd niesie się po wodach ogłaszając wszem i wobec niepodzielne panowanie. To zimorodek.. Z uwagi na zwyczaję legowe powinien być raczej nazywany ziemiorodkiem. Gniazda zakłada bowiem w stromych brzegach nad wodami w wykopanych przez siebie norkach z korytarzem o długości do ok. 1 m, który kończy się komorą, w której składa jaja i wychowuje pisklaki.

W regionie spotkamy wielu ptasich poddanych najjaśniejszego pana króla zimorodka, łowców ryb – czaple, a wśród nich skryte bąki, buczące nad wodą



Łabędzie nieme w Parku Narodowym Ujście Warty

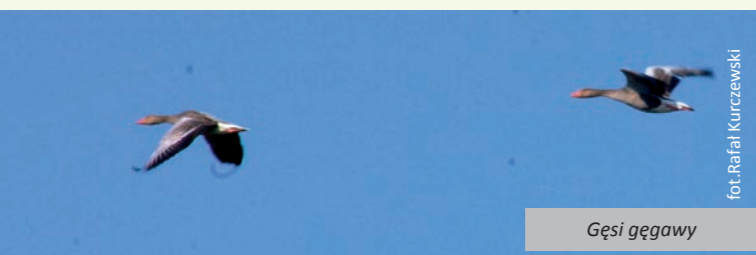
foto: Rafał Kurczewski





Bocian biały

foto: Rafał Kurczewski



Gęsi gęgawy

foto: Rafał Kurczewski

jak woły, pospolite czaple siwe zakładające głośne kolonie lęgowe na drzewach często z sąsiedztwem kormoranów czarnych, doskonałych nurków, polujących nierzadko stadnie, spędzających sen z powiek właścicielom stawów rybnych; czaple białe rzadko gniazdujące (między innymi zbiornik Jezioro, Park Narodowy Ujście Warty), które unosząc się nad wodami wśród mgieł porannych przypominają anioły. Czaplom towarzyszą nieraz w połowach boćki – białe, co to dzieci noszą i za symbol szczęścia są uważane, a menu mają niezwykle bogate, i czarne, hajstry, płochliwe i w lasach się gnieźdzące. Biały bocian, popularnie maćkiem zwany, ma w regionie nawet swoje muzeum. Mieści się ono w Kłopotcie w województwie lubuskim, wsi, która nie stanowi dla boćki kłopotu, no chyba, że idzie o miejsce na gniazdo, bo jest ich tu ponad 30.. Konkurują w nurkowaniu z kormoranami i perkozami tracze – większy nurogęś i mniejszy biela-czek. Dalej, wrzucane często do jednego worka przez mniej uważnych obserwatorów (bo to jedna rodzin-ka), powietrzni rybacy, mewy i rybitwy. Wielu zdumiewa fakt spotykania tych ptaków w innym miej-scu niż nad morzem. Tymczasem nie ma w tym nic dziwnego, obszary pojezierne, zbiorniki sztuczne, rozlewiska, starorzecza to miejsca gdzie zakładają kolonie lęgowe, gdzie polują. Mewy to często hała-śliwi powietrzni piraci. Najczęściej widzimy mewę śmieszkę, z charakterystyczną w czasie godów cze-koladową głową, zaśmiewającą się świdrującym uszy głosem. Zdecydowanie rzadziej spotykamy,

zupelnie nieadekwatnie do nazwy, mewę pospolitą, dlatego nazwano ją ostatnio siwą. A te największe to zwykle mewy srebrzyste i białogłowe. Wymu-klę rybitwy z rozdwojonymi, jaskółczymi ogonami, to jedni z najlepszych lotników, z prędkością strzały przesywające wodę by pochwycić niewielkie rybki. Najpopularniejsza jest rybitwa rzeczna, rzadsza czarna, a bardzo rzadka – białoskrzydła, gnieźdząca się w Parku Narodowym Ujście Warty. Są i rybacy wśród ptaków drapieżnych, nazywanych współ-cześnie szponiastymi. Dla części z nich, jak np. dla błotniaków stawowych, ryby stanowią dodatek, inne, jak kanie czarne i rude z jaskółczymi ogonami, poszukują raczej ryb śniętych, zbierając je zgrabnie z powierzchni wody czy też z jej brzegu. Ale są i łowcy. Piękny, płochliwy i rzadki rybołów zawdzię-cza swą nazwę wyjątkowym umiejętnościom, które prezentuje w czasie polowania na ryby, będące jego jedynym rodzajem pokarmu. Największym wśród rybożernych, a zarazem największym szponiastym ptakiem gniazdującym w naszym kraju, jest bielik.

Przyroda bogata, różnorodna, ciekawa, a więc wy-magająca też ochrony. Można tu spotkać wszystkie formy ochrony przyrody. Na turystów zainteresowa-nych kontaktem z naturą czekają szlaki piesze, konne, rowerowe, wiele tu ośrodków edukacji ekologicznej, ścieżek dydaktycznych, punktów widokowych, am-bon i wież widokowych. W regionie znajdują się trzy parki narodowe. Wielki przyrodnik profesor Adam Wodziczko powiedział niegdyś o Wielkopolskim Par-ku Narodowym, którego powstanie zainicjował, że jest prawdziwym muzeum form polodowcowych i żywym muzeum przyrody. Po latach, doceniając i potwierdzając tę wartość, z uwagi na bezcenne sie-dliska włączony skład Ostoi Wielkopolskiej znajdują-cej się w sieci obszarów Natura 2000. Krajobraz tu zmienny, pofałdowany, dynamiczny, przecięty wstę-gą Warty, wypełniony jeziorami, prastarymi borami sosnowymi i grądami. Drawieński Park Narodowy rozpięty pomiędzy trzema województwami – wiel-kopolskim, lubuskim i zachodniopomorskim, wśród turystów kajakarzy kojarzony przede wszystkim ze sphywami Drawą, która miejscami ma charakter pod-górskiej rzeki. Druga malownicza i bystra rzeka Parku to Płociczna. Z uwagi na warunki jakie panują w tych

wartkich rzekach, żyją tu pstrągi, lipienie i troć wę-drowna i jeziorowa. Od lat trwa walka o to, by w ich wody powróciły królewskie ryby – łososie. Podjęte w ostatnim czasie działania pozwalają mieć nadzieję, że tak się stanie. Wartość Drawieńskiego Parku Na-rodowego podkreśla objęcie ochroną przez Wspól-notę Europejską. Wyjątkowe siedliska chroni obszar Uroczyska Puszczy Drawskiej a ptaki Lasy Puszczy nad Drawą. To tu znajduje się jedna z najważniejszych ostoi lęgowych ptaków szponiastych. Wśród ptasiej arystokracji mieszka bielik, a wśród pozostałych łow-czych, szlachetnego pochodzenia są: rybołów, orlik krzykliwy, kanie czarna i ruda, trzmiełojad, błotniak stawowy i największa europejska sowa, pomarań-czowooki puchacz. Najmłodszy z polskich parków narodowych Ujście Warty leży przy granicy zachod-niej. To ptasi raj szeroko znany wśród ptakolubów, nie tylko w Polsce. Szczególnie podczas jesiennych przelotów tłoczno tu i gwarno, jak na ptasiej fermie. Tysiące gęsi i żurawi, gęganie miesza się z klango-rem. Zatrzymują się tu gęgawy, ale i goście z północy - gęsi zbożowe i białoczelne (łącznie do 200 tysięcy!), a wśród gęsich rarytasów np. bernikle biało-lice, rdzawoszyje czy gęsi małe. Mnóstwo tu kaczek, a wśród nich prawdziwa dziwaczka – ohar, zwany też kaczką norową. Wśród ptasich podglądaczy wielką popularnością cieszą się ptaki siewkowe, a zwłaszcza bataliony. Toki tych ptaków to praw-dziwy przyrodniczy spektakl. Samce pyszną się barwnymi strojami, a każdy inny, niepowtarzalny, jak linie papilarne u człowieka. Panowie znajdują wśród podmokłych terenów suchszą arenę, którą dzielą pomiędzy sobą na mniejsze działki. Kiedy tylko pojawią się panie spektakl się zaczyna – stro-szenie piór, podskoki, bieganie, ukłony, zaczepki z sąsiadami. Wszelkiego ptactwa tu w bród, 279 gatunków, z czego ponad 170 odbywa tu lęgi! Ale i ryby niezwykle – różanka, koza, śliz, piskorz czy słonecznica. Nic dziwnego, że przyroda Ujścia War-ty wymaga specjalnej troski z uwagi na swoją Eu-ropejską a nawet światową wartość i mamy tu ob-szar Natura 2000 zarówno ptasi, jak i siedliskowy. W regionie nie brakuje terenów uznanych przez Wspólnotę za wyjątkowo cenne i wymagające specjalnej troski. Rzeki, tętnice i żyły przyrod-niczego organizmu utrzymują go przy życiu.



Nasz „koliber” - motyl fruczak gołqbek

foto: Rafał Kurczewski



Żaby jeziorowe w miłosnych splotach, samczyk nadyma rezonatory, by rechotać donośnie

foto: Rafał Kurczewski

Dlatego nie mogło ich zabraknąć w sieci Natura 2000. Mamy więc na Pojezierzu Międzychodz-kim Dolinę Kamionki. Rzeczka płynie wśród uni-kalnych lasów lęgowych, grądowych, olsowych, towarzyszą jej łąki, źródliska, jeziora. Ta różno-rodność siedlisk wpływa na bogactwo gatunków. W runie storczyki buławniki czerwone, silnie trują-cy owoc dla człowieka a chętnie przez ptactwo zja-dany wawrzynka wilcze tyko, którego kwiaty nek-taru dostarczają pszczołom, trzmielom i motyloom, a na podmokłych łąkach słonecznie kwitnące peł-niki europejskie. Mogielnica, kolejna rzeka, tym razem na Pojezierzu Poznańskim. Jej dolina tworzy wyspę lasów liściastych w morzu pól uprawnych.. Rosną tu w łąkach i grądach jesiony, dęby, wiązy, graby, buki tworząc krajobrazy zmieniające się w każdej porze roku, by osiągnąć barwne apo-geum jesienią. Mnóstwo tu roślin zielnych, tworzą-cych ziołorośla, a wśród nich dziki owies - stokłosa gałęzista, z kwiatów której produkuje się esencję stosowaną w terapii kwiatowej by łagodzić obja-wy stresu. Dolina Średzkiej Strugi jest jeszcze inna w charakterze. Dominują tu szuwary, łąki, pola i pastwiska, które ukochały różne gatunki ptaków





fot. Rafał Kurczewski

Kokoryczka wonna

charakterystycznych dla tego typu siedlisk. Ale są tu też doły potorfowe, które są rajem dla płazów. Szczególnie dużo tu zaklętych księżąt i księżniczek, ropuch szarych i zielonych. Samce tych ostatnich pięknie śpiewają wieczorami i nocą, wydając z siebie perliste trele, przez wielu brane za ptasi śpiew. Przy całowaniu zrzucającym czar z potencjalnego wybranka czy wybranki, należy jednak wziąć pod uwagę, że ropuchy mają w swej skórze jad, choć niezbyt silny, to raczej w smaku mało przyjemny. Można tu spotkać innego płaza, którego skóra też usiana jest gruczołami jadowymi, to niewielka ropuszka – kumak nizinny. Wśród zwierząt ważnych dla Wspólnoty Europejskiej, wymieniany jest w absolutnej śmietance, określanej mianem gatunków priorytetowych, a nad Średzką Strugą znalazł jedną z największych ostoi w regionie. Miłośnicy ptaków powinni wybrać się też w Dolinę Dolnej Noteci i Dolinę Środkowej Warty. Ta pierwsza leży tuż przed ujściem Noteci do Warty. Podczas ptasich wędrówek można tu spotkać łabędzie krzykliwe i czarnodziobe. Wieczorami na łąkach słychać, bo ciężiej zobaczyć, inną rzadkość – derkacza, którego obecność zdradza głośny, terkoczący głos. Jedni słyszą derder i tym tłumaczą nazwę polską, inni – kreks kreks i nawiązują do nazwy łacińskiej *Crex crex*. Dolina Środkowej Warty to ptasia ostoja o randze ogólnopolskiej, wiąże się to z samą rzeką, jak i mozaiką siedlisk jej towarzyszących – różne typy łąk, muraw, lasów, starorzecza i wydmy. Wśród ptasich osobliwości spotykamy błotniaki łąkowe i zbożo-

we, dzięcioły średnie, podróżniczki. Woda przyciąga oczywiście wielkich hydrotechników – bobry i zabawowo nastrojonych łowców ryb – wydry. Wody regionu to, jak wspomniano na samym początku, również jeziora. Jednym z najciekawszych jest Mnich, należący niegdyś do bernardynów z Sierakowa. Jest to jezioro zarastające, wokół bezcenne torfowiska i bagna ze storczykami, rosiczkami, widłakami, a przede wszystkim 30 różnych gatunków mchów, z których powodu rezerwat nazwano Mszarem. Swoiste połączenie rzeki z jeziorami stanowi obszar Jeziora Pszczewskie i Dolina Obry w powiecie nowotomyskim. Rzeka przepływa przez liczne, płytkie jeziora położone w polodowcowej rynnie, towarzyszą im torfowiska, lasy łęgowe i bory sosnowe, łąki i pastwiska. Nocą można posłuchać melodyjnego, miękkiego śpiewu najmniejszego polskiego skowronka, lerki, zwanej skowronkiem borowym.

Wśród obszarów leśnych sieci Natura 2000 położonych w regionie na uwagę zasługuje Puszcza Noteccka. Ten jednolity kompleks borów sosnowych znany dobrze amatorom grzybobrania, rośnie na największym w Polsce zespole śródlądowych wydmy. Do borowego matecznika po wielu latach eksterminacji powrócił wilk. Unika człowieka, bo i nie najlepiej nas kojarzy, szczęściarz więc ten, kto go spotka lub usłyszy zew watahy wyśpiewującej rodzinną pieśń. A ostatnio pokazał się drugi wielki łowczy – ryś! Ale cicho, sza, nie zapraszajmy.

Drugi duży kompleks borów sosnowych w regionie środkowo-zachodnim to obszar Bory Tucholskie. Rozcinają go doliny Brdy i Wdy, tworzące bardzo bogatą sieć wodną wraz z licznymi jeziorami i mokradłami. Osobliwością są tu jeziora lobeliowe, bardzo czyste, o zwykle kwaśnym odczynie, nazwane tak z powodu rosnącej przy brzegach lobelii jeziornej, reliktu, którego południowa granica zasięgu występowania przebiega przez Polskę. Do najcenniejszych, najbardziej naturalnych w regionie należą lasy liściaste. Wśród nich Grądy Bytyńskie, jedne z najlepiej zachowanych w Wielkopolsce. Rośnie tu narażony na wyginięcie, niezwykły storczyk – obuwik. Dolna część kwiatu, zwana warzką, jest obuwniczko rozdęta i jest pułapką na owady.

Inne piękne liściaste lasy to Dąbrowy Obrzyckie. By ratować ciepłolubne, świetliste dąbrowy przed zarosnięciem ekspansywną roślinnością, wpuszczono tu koniki polskie. Są lepsze niż kosiarki, bo wyjadają rośliny selektywnie. Piękna jest także Ostoja Międzychodzko-Sierakowska z krajobrazem miejscami przypominającym wyżyny. Pełno tu śladów polodowcowych, a siedlisk cały wachlarz – rzeki, liczne, czyste jeziora, łąki, lasy różnego typu, torfowiska i starorzecza. W śródleśnych oczkach śpiewają kumaki, a spotkać można też innego, priorytetowego płaza ogoniastego – traszkę grzebieniastą. Samcom w porze godowej wyrasta na grzbiecie piękny grzebień, któremu zawdzięczają nazwę.

Wieczorami można zobaczyć na płycznach, jak stroszą się niczym bataliony, walcząc o względy samicy. Będąc w tym terenie, jak i w Puszczy Notecckiej, można natknąć się na nietoperze, nocki duże, które tu mają żerowiska, a jedną z najliczniejszych w Polsce kolonii rozrodczych założyły w Sierakowie, na strychu miejscowego Ośrodka Zdrowia.

Są i u nas łąki, co zasłużyły sobie na specjalną uwagę, a te najstynniejsze to chyba położone w lubuskim, łąki Dobrosułowskie, towarzyszące Lasom Dobrosułowskim. Obszar ten zawdzięcza swą ochronę przede wszystkim wilkom. Biegnie tędy bardzo ważny korytarz migracyjny dużych ssaków. Ale piękne łąki, które przylegają do lasów, bogate w trawy i zioła, kolorowe i pachnące, służą nie tylko jako naturalne pastwiska, ale jest to arena największego w Europie, jak twierdzą leśnicy, rykowiska jeleni szlachetnych. Sława tego wyjątkowego, przyrodniczego spektaklu, niesie się daleko poza granice Polski, przyciągając zwłaszcza amatorów bezkrwawych łowów.

Podziwiając piękną przyrodę pamiętajmy o jej prawach, o tym, że jesteśmy tu tylko gościem, o którego kulturze świadczy poszanowanie spokoju i zwyczajów mieszkańców. Poznawajmy, uczmy się, bądźmy dumni i chrońmy nasze dziedzictwo! Wielu pięknych wzruszeń i niezapomnianych wrażeń. Do zobaczenia w naturze!



fot. Rafał Kurczewski

Jeleń szlachetny



# Propozycje turystyczne

W tym rozdziale proponujemy konkretne sposoby na spędzenie czasu wolnego w oparciu o dostępne oferty turystyki przyrodniczej w regionie. Przykładowe oferty turystyczne pozwolą zaplanować pełen emocji pobyt wypełniony aktywnościami związanymi z poznawaniem atrakcji przyrodniczych oraz kulturowych. Te wzorcowe programy stanowią punkt wyjściowy dla każdego turysty, który pragnie zobaczyć więcej, poczuć bardziej i usłyszeć lepiej co oferuje ten region Polski.

## Zielona szkota

### Dla kogo?

Oferta skierowana jest dla dzieci i młodzieży pragnącej poznać bliżej naturę, ale bez książek, ławek i tablicy szkolnej. Tutaj natura potrafi szumieć, pachnieć, wierzczać i ... dużo więcej. Oferta tematycznie oraz objętościowo dostosowana jest do poszczególnych grup wiekowych dzieci i młodzieży w podziale na klasy: 1-5, 6 - gimnazjum.

### Lokalizacja

Obszar Doliny Środkowej Warty w pobliżu miejscowości Hermanów obejmujący obszary Natura 2000, w tym łąki, starorzecza oraz obszary leśne.

### Aktywność turystyczna

#### ZAJĘCIA Z OCHRONY ŚRODOWISKA

Zajęcia obejmują dwa tematy: WODA (30 min.) oraz ŚMIECI (30 min.). Dzięki takiemu podziałowi oraz ograniczeniu zakresu tematycznego dzieci mają okazję zapoznać się także poprzez zabawę dokładniej z każdym tematem, nie są również „przeładowane” nadmiarem informacji. Natomiast dla młodzieży zajęcia mają charakter dyskusji na temat tego, jak nasze codzienne wybory wpływają na środowisko i dotyczą: WODY, ENERGII, ZAKUPÓW, ŚMIECI.

- Czas trwania spotkania: około 1 godz.

#### ZAJĘCIA Z ORNITOLOGIEM

W trakcie zajęć poruszane są tematy dotyczące ptaków zamieszkujących obszary zabudowane, łąki i pastwiska, rzeki i starorzecza oraz lasy. Prowadzone są obserwacje ptaków przebywających na trasie zajęć. Omawiana jest m.in. rola śpiewu ptaków, a także budowa ptaków i przystosowania do lotu oraz do życia (w tym gniazdowania) w różnych środowiskach. Do regularnie obserwowanych na trasie zajęć należą następujące gatunki: wróbel, pliszka siwa, dymówka, oknówka, szpak, skowronek, trznadel, gąsiorek, zięba, bogatka, dudek, kapturka, pełzacz leśny, żuraw, łabędź niemy, łyska, gęgawa, krzyżówka, gągoł, czapla siwa, bocian biały, myszołów. Okazjonalnie pojawiają się m.in.: bielik, kania ruda, trzmielojad, bocian czarny i srokosz.

- Czas trwania wycieczki: około 1,5 godz.
- Pomoce dydaktyczne: luneta, lornetki, plansze, przewodniki, pióra, waga terenowa, linka do prezentacji rozpiętości skrzydeł.

#### ZAJĘCIA „RATUJ RYBY”

Zajęcia przybliżają szereg zagadnień związanych z rybami w tym m.in.: biologia ryb, budowa ryb, życie jezior, przyczyny eutrofizacji jezior, pojęcie zasad zrównoważonego korzystania z zasobów naturalnych, ryby i owoce morza w diecie człowieka, ciekawostki z życia rodzimych oraz egzotycznych ryb. Sposobem komunikacji z dziećmi i młodzieżą podczas zajęć są m.in.: wykład z dużą ilością pytań skierowanych do dzieci oraz naprowadzanie uczestników na odpowiedzi, prace rysunkowe oraz zagadki.

rowanych do dzieci oraz naprowadzanie uczestników na odpowiedzi, prace rysunkowe oraz zagadki.

- Cykliczny program omawiający szczegółowo poszczególne tematy. Od 4 – 8 spotkań x od 0,45min – do 2h.
- Jednorazowe spotkanie 1-2h, na którym w zależności od wieku uczestników omawiane są częściowe zagadnienia poszczególnych tematów wraz z prezentacją filmu.

Dane kontaktowe:  
Sławomira Połczyńska  
s.polczynska@hermanow.pl

#### ZAJĘCIA KONNE

Zajęcia przybliżają specyfikę obcowania z koniem od zapoznania się z podstawowymi obiektami i pomieszczeniami dla koni, poznawaniem ich zwyczajów oraz obcowaniem z nimi. Dotyczy to nie tylko jazdy, ale przede wszystkim karmienia, siodłania i przejażdżek, w tym bryczką.

- Czas trwania: 1, 2 lub 3 dniowe wyjazdy z co najmniej 3 godzinami zajęć praktycznych.
- Dodatkowe zajęcia opcjonalne: gry i zabawy na powietrzu, dyskoteka, karaoke, ognisko, zajęcia na basenie, małe zoo.

## Na morenie

### Dla kogo?

- osób lubiących wypoczynek poprzez aktywność fizyczną w naturze
- aktywnych rodzin z dziećmi

### Lokalizacja

Na obszarze Puszczy Noteckiej znajduje się Sierakowski Park Krajobrazowy, chroniący przyrodę i polodowcowy krajobraz. Dlatego też, teren jest bardzo urozmaicony - od dużych wzniesień do głębokich dolin, w których powstały jeziora w kształcie rynien i niecek. W tym regionie występuje ponad sto jezior. Położenie Sierakowa nad rzeką Wartą, dzieli ją na dwie części: północną, obejmującą obszar wydmy Puszczy Noteckiej oraz południową, silnie pofałdowaną, z dużą liczbą jezior, wokół nich rozpościerają się lasy iglaste, liściaste i mieszane. Całość tworzy bardzo korzystne warunki do bytowania niezwykle bujnego runa tych lasów (zioła, turzyce, pnącza) oraz sprzyja występowaniu wielu gatunków ptaków (żurawia, łabędzia, gęsi, czapla siwa, kania czarna, sokół wędrowny, kormoran czarny, zimorodek). Występuje tutaj również bardzo rzadki okaz płaza - rzekotka drzewna. Naturalnie występujące łąki są siedliskiem dla różnorodnych bezkręgowców, owadów jak też unikalnych roślin

(storczyk stoplamek, pełnik europejski). Dlatego znajduje się tutaj ostoja Miedzichodzko-Sierakowska, obszar specjalnej ochrony siedlisk: Natura 2000.

### Aktywność turystyczna

#### OBSERWACJA PTAKÓW CHRONIONYCH

takich jak: kania ruda, kania czarna, orzeł bielik, bocian czarny, puchacz, dla których wyznaczono strefy ochrony i miejsca rozrodu i regularnego przebywania (przewodnik - Ośrodek Edukacji Przyrodniczej w odległości 7 km od gospodarstwa, telefon 61 295 22 72);

#### TROPIENIE TROPÓW ORAZ BEZKRWAWY ŁOWY

na granicy Nadleśnictwa Wronki i Sieraków spotykane są wilki i przechodnie łosie (przewodnik - Ośrodek Edukacji Przyrodniczej w odległości 7 km od gospodarstwa, telefon 61 295 22 72);

#### AKTYWNIEM Z PRZYRODĄ

- samodzielne wycieczki piesze, na rowerze lub konno, na które można wypożyczyć przewodniki, mapy, informatory, lornetki lub uczestniczyć w edukację przyrodniczej w Nadleśnictwie Sieraków- Bucharzewo (telefon 61 295 20 65).



## •Warto zobaczyć / Warto przeżyć

- Francuskie Góry - pasmo wydm w Puszczy, na szczycie jednej z nich- Punkt obserwacyjny. Nazwa wzgórz wywodzi się z podania o wojskach napoleońskich, które miały kłopot z przetoczeniem ciężkich armat przez syпки wydmowy piasek.
- „Czaple Wyspy nad Jeziorem Kłosowskim” – rezerwat - wyspy porośnięte starymi dębami, miejsce lęgowe rzadkich gatunków ptaków.
- Buki nad Jeziorem Lutomskim - rezerwat, zachodni brzeg jeziora Lutomskiego, liczne stare buki, jary, strumienie, atrakcyjny odcinek pieszego szlaku turystycznego;
- „Cegliniec”- rezerwat, fragment Puszczy ocalały z kłęski strzygoni choinówki w latach 1922-1924. Wiele rzadkich roślin: tarnina, jałowiec, berberys.
- „Mszar nad Jeziorem Mnich”- rezerwat chroniący rośliny bagienne i torfowiskowe. Rośnie tu owadożerna rosiczka.
- „Jaskółcza Skarpa”- użytek ekologiczny we wsi Góra, chroniący miejsca lęgowe jaskółki brzegówki (rzadki ptak).
- „Wrzosowe Wydmy”- stanowią szeroki pas przeciwpożarowy przecinający monolit Puszczy Noteckiej. Jest to teren pagórkowaty, zbudowany z piasków wydmowych, pokryty kobiercem wrzosów.
- „Jary koło Chalina”- ścieżka spacerowo edukacyjna, wiodąca dzikimi zakątkami Parku Krajobrazowego;
- organizacja: powózka po Puszczy, grzybobranie, Hubertus, ognisko w wyznaczonym miejscu.

Dane kontaktowe: Małgorzata Matalewska; namorenie@wp.pl

## Inne propozycje

### PTAKI NA CZTERY PORY ROKU DLA MAŁYCH PRZYRODNIKÓW

Dane kontaktowe: violetta.wawszczak@gmail.com

### BORÓW CZAR

Dane kontaktowe: Agnieszka Drelichowska; biuro@bielskastruga.pl

### CZYM PUSZCZA BOGATA

Dane kontaktowe: Bogna Wegorska; biuro@folwark-przynotecko.pl

### PTASI POTOMKOWIE OLĘDRÓW

Dane kontaktowe: Anna Nowaczyk; rozanka-annanowaczyk@o2.pl

### DOLINA NIE PIĘCIU STAWÓW

Dane kontaktowe: Zofia Gałęska; dolinas@op.pl

### KRAINA 100 JEZIOR

Dane kontaktowe: Zofia Chreścian; ksaatolik@onet.eu

### ŚLADAMI ŻŁOTEGO JELENIA

Dane kontaktowe: Kamila Kasperska; camy@camy.pl

### NAD RZECZKĄ...

Dane kontaktowe: Teresa Radowska; henrykradowski@wp.pl

### Z DALA OD ZGIEŁKU

Dane kontaktowe: Izabella Engel; hoopoe@hoopoe.com.pl

### SPOTKANIA Z ŁĄKĄ

Dane kontaktowe: Ewa Drewniak; owczary@kp.org.pl

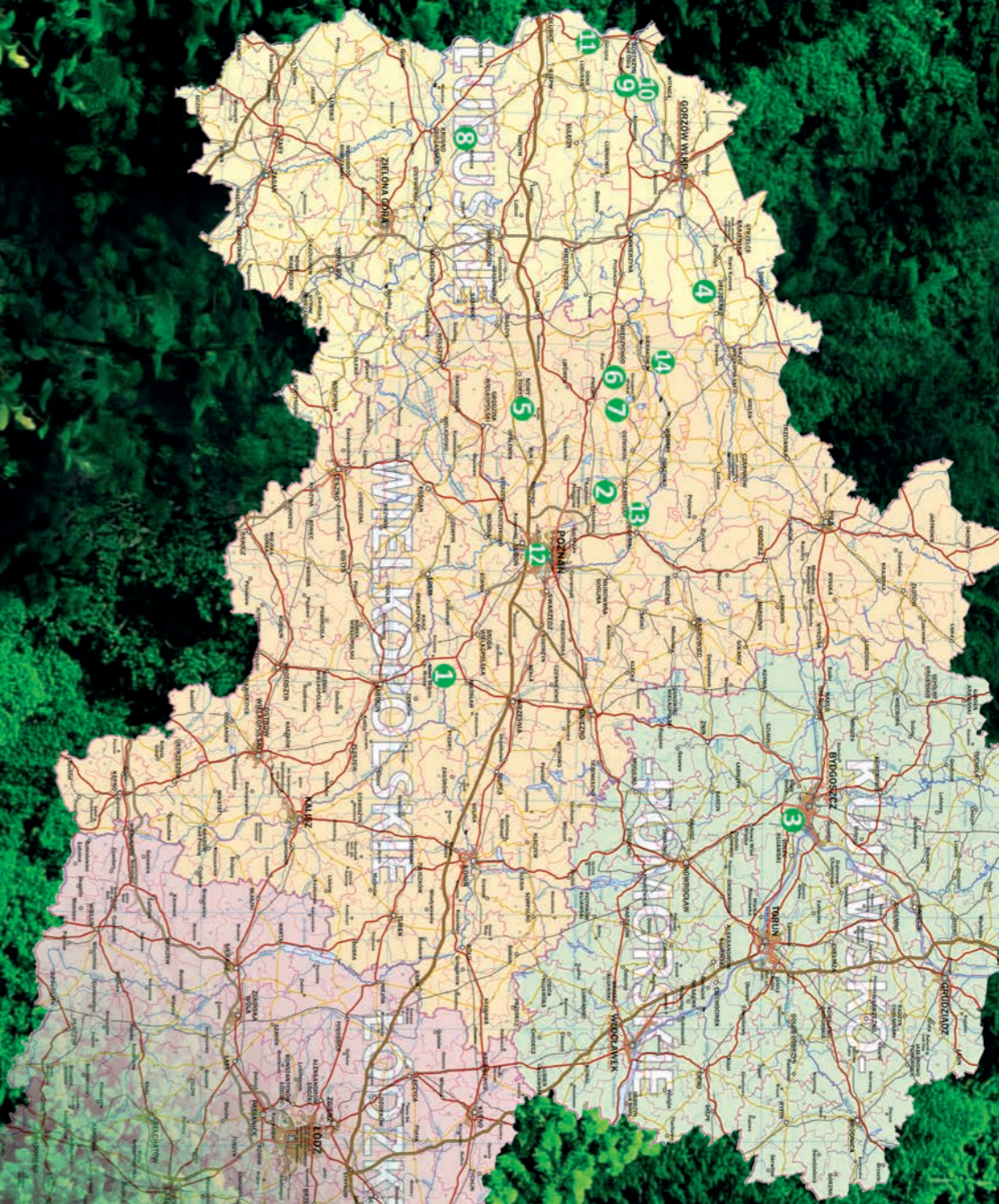
### PRZYRODNICZE SMAKOŁYKI

Dane kontaktowe: Lila Nowaczyk; jezyk8@poczta.onet.pl

### WAKACJE Z NATURĄ

Dane kontaktowe: Mariola Bzdrenga Ryszard Kurylone; molab@wp.pl

- 1 WIELKOPOLSKA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA, SIĘĆ DZIEDZICTWA KULINARNEGO  
Hermanów 1, 63-040 Nowe Miasto N/Wartę
- 2 SZAMOTULSKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE  
Radzyny, ul. Krancowa 4
- 3 LOKALNA GRUPA DZIAŁANIA BORY TUCHOLSKE  
85-183 Bydgoszcz, ul. Mogileńska 60
- 4 LUBUSKIE STOWARZYSZENIE GOSPODARSTW AGROTURYSTYCZNYCH  
Przynotecko 25
- 5 NOWOTOMYSKIE STOWARZYSZENIE GOSPODARSTW AGROTURYSTYCZNYCH AZYL  
Nowa Róża 26, 64-300 Nowy Tomyśl
- 6 WIELKOPOLSKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYKI I TURYSTYKI WIEJSKIEJ  
Kurnatowice 56, 64-420 Kwilcz
- 7 WIELKOPOLSKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYKI I TURYSTYKI WIEJSKIEJ  
Śródka 8
- 8 „EKOLOGICZNE GOSPODARSTWO ROLNE KAMILA KASPERSKA CAMY BOGDAN KASPERSKI”  
Budachów 1
- 9 TOWARZYSTWO PRZYJACIÓŁ SŁOŃSKA „JUNITIS VIRIBUS”  
66-436 Słońsk, ul. Puszkina 44
- 10 TOWARZYSTWO PRZYJACIÓŁ SŁOŃSKA „JUNITIS VIRIBUS”, (RZECZPOSPOLITA PTASIA)  
66-436 Słońsk, Stacja Pomp 2
- 11 KLUB PRZYRODNIKÓW  
Owczary 17, 69-113 Górzycza
- 12 POZNAŃSKIE TOWARZYSTWO AGROTURYSTYCZNE  
60-163, ul. Sieradzka 29
- 13 SZAMOTULSKIE STOWARZYSZENIE AGROTURYSTYCZNE  
Sycyn 4, 64-606 Popówko
- 14 WIELKOPOLSKIE TOWARZYSTWO AGROTURYSTYKI I TURYSTYKI WIEJSKIEJ  
64-410 Sieraków, ul. Leśna 59



Stowarzyszenia agroturystyczne uczestniczące w programie  
Blisko Natury®





Dofinansowano ze środków  
Narodowego Funduszu  
Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej



INSTYTUT  
NA RZECZ  
EKOROZWOJU

Niniejszy materiał został opublikowany dzięki dofinansowaniu ze środków NFOŚiGW.  
Za jego treść odpowiada Fundacja Instytut na Rzecz Ekorozwoju.



# WYPOCZYNEK BLISKO NATURY

*w Polsce południowo-zachodniej*



PRZEWODNIK TURYSTYKI  
PRZYJAZNEJ NATURZE



**Opracowanie:**

Krzysztof Konieczny, Cezary Molski, Anna Nawrot,  
Katarzyna Dmochowska, Marcel Kwaśniak

**Projekt graficzny i skład:** Agnieszka Rejowska

**Zdjęcia:** Krzysztof Konieczny

Szczególne podziękowania należą się fotografom za udostępnienie zdjęć.

Opracowanie zostało zrealizowane przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju (InE) jest pozarządową organizacją typu think-tank powstałą w 1990 r. InE zajmuje się promowaniem i wdrażaniem zasad oraz rozwiązań służących zrównoważonemu rozwojowi Polski.

## Spis treści

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 1. Wprowadzenie                                     | 5  |
| 2. Blisko Natury – jakość w turystyce przyrodniczej | 6  |
| 3. Rekomendowane atrakcje przyrodnicze              | 8  |
| 4. Propozycje turystyczne                           | 16 |







Młody puszczyk

foto: K. Konieczny

## Wprowadzenie

Turystyka przyrodnicza to ciekawy sposób poznawania regionów turystycznych, zwłaszcza wszystkimi zmysłami poprzez agroturystykę lub turystykę wiejską. Nie trzeba być specjalistą, entuzjastą czy hobbystą by odnaleźć przyjemność w odkrywaniu osobliwości przyrody, znajdujących się na wyciągnięcie ręki wokół miejsc zakwaterowania – gospodarstw agroturystycznych, na obszarach Natura 2000. Warunkiem koniecznym korzystania z tej formy wypoczynku jest potrzeba relaksacji w harmonii z wybranym otoczeniem. To właśnie ta przyroda stanowiła i stanowi tło wydarzeń, jest świadkiem historii danych terenów oraz zmian zachodzących w społeczności tu mieszkającej.

Turystyka przyrodnicza to nie tylko poznawanie ciekawostek i odkrywanie rzeczywistych „cudów” natury, ale w wydaniu agroturystyki i turystyki wiejskiej zrozumienie czym ta przyroda była i jest dla człowieka, także w wymiarze praktycznym. To właśnie tu możliwe jest poznanie, od autentycznych mieszkańców, jak ta przyroda wpływała i może wpływać na jakość życia, a zwłaszcza na jakość wypoczyniania.

W niniejszym folderze pragniemy przedstawić nie tylko ciekawostki stanowiące powód do wyjazdu weekendowego lub urlopowego, ale przede wszystkim odpowiedzialny sposób na delectowanie się przyrodą podczas wyjazdu turystycznego. Sprawdzone i rekomendowane przez naszych specjalistów miejsca oraz aktywności pozwolą nie tylko na przeżycie wielu pozytywnych emocji w kontakcie z licznymi atrakcjami lokalnymi, ale także na odpowiedzialne z nich korzystanie. Dla nas prawdziwy wypoczynek jest zawsze Blisko Natury®.





# BLISKO NATURY®

## - jakość w turystyce przyrodniczej

*Zmęczeni gwarem, hałasem i cierpiący od smogu mieszkańcy miast tęsknią za chwilą wytchnienia. Jedni chcą powędrować szlakami inni pozbierać zioła, podglądać ptaki, nietoperze czy popłynąć piękną trasą kajakową.*

*Przyroda jest zasobem nie do przecenienia. Istnieją setki sposobów korzystania z niej. W Polsce powstało tysiące gospodarstw agroturystycznych i innych obiektów, które oferują pobyt na wsi i niemal każdy z nich proponuje jakąś formę kontaktu z naturą.*

Takie pytania przeświecały twórcom **certyfikatu „Blisko Natury”**, który jest pierwszym i jedynym ekocertyfikatem w Polsce, który skupia się na ofercie przyrodniczej.

- Jak znaleźć ciekawe propozycje?
- Czy spośród tysięcy propozycji nie warto wyróżnić wyjątkowych pomysłów?
- Skąd wiedzieć, którzy gospodarze interesują się przyrodą, chcą prowadzić swój obiekt w taki sposób, aby jak najmniej wpływać negatywnie na otoczenie?
- U kogo znajdę żywność lokalną i dowiem się o miejscowych tradycjach a kto poczęstuje mnie jedzeniem z hipermarketu i zaoferuje wyłącznie nocleg?
- Czy z mojej podróży przyjadę bogatszy o wiedzę i doznania?

## Dla kogo jest certyfikat „Blisko Natury”?

Dla obiektów turystyki wiejskiej (członków organizacji/stowarzyszeń agroturystycznych i turystycznych) oferujących poszerzony, głębszy i przemyślany kontakt z naturą. Jednym słowem dla tych, którzy posiadają lub tworzą ofertę turystyki przyrodniczej, a samo gospodarstwo czy inny obiekt turystyki wiejskiej nie jest uciążliwy dla środowiska.

## Jakie wymagania stawia certyfikat:

- oferta przyrodnicza i dostępność sprzętu niezbędnego do jej realizacji
- funkcjonowanie obiektu w sposób przyjazny dla środowiska w zakresie:
  - energii i ogrzewania,
  - zarządzania odpadami,
  - gospodarowania wodą i ściekami,
  - żywności,
  - stanu ogólnego obiektu.

Szczegóły dotyczące procedur, wymogów oraz regulamin certyfikatu, a także inne informacje dotyczące turystyki na obszarach Natura 2000 znajdują się na stronie [www.natura2000.org.pl](http://www.natura2000.org.pl)



## Co daje certyfikat?

- wartość dodaną do obecnie posiadanych usług poprzez utworzenie i wdrożenie oferty turystyki przyrodniczej (w ramach projektu eksperci ds. przyrody udzielili rekomendacji)
- wyróżnienie obiektu na tle innych
- promocja obiektu w publikacjach i na stronach internetowych
- ułatwienie pozyskania nowych klientów, uzyskanie większych dochodów oraz lepszy związek z klientami dotychczasowymi dzięki nowym propozycjom.

Certyfikat „Blisko Natury” nadawany jest na okres 2 lat przez Fundację Instytut na rzecz Ekorozwoju w ramach projektu „Agroturystyka przyjazna Naturze 2000 (cykl szkoleń)” dofinansowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.



# Rekomendowane atrakcje przyrodnicze

Kwintesencją przyrody na Dolnym Śląsku są ostoje sieci Natura 2000. Doliny rzek nizu, podgórskie łąki i przestrzenie gór malują krajobraz tej nadodrzańskiej krainy. Bogactwo fauny i flory, cisza, wiele naturalnych fragmentów krajobrazu zachęcają do nieinwazyjnego wkraczania w ten magiczny świat natury. Tu chcielibyśmy zachęcić Was do odwiedzenia miejsc nieoczywistych, dalekich od

tłumnie odwiedzanych, turystycznych ikon Dolnego Śląsku. Tu chcielibyśmy pokazać Wam „złote pociągi” dolnośląskiej przyrody – tajemnicze obszary schowane pośród zapracowanych miast i ukryte między nastrojowymi wsiami. Zapraszamy po poszukiwań swego pociągu do przyrody. Być może okaże się złoty, choćby od mieniącej się rosy we wschodzącym, porannym słońcu...

## Stacja I - Łąki Gór i Pogórza Izerskiego

Nasze poszukiwania zmierzają do krainy łąk porzucanych po okolicznych wzgórzach, które przecinają płaty lasów i malownicze dolinki Czarnego Potoku i Łużycy. Kluczową rolę w tej ostoi odgrywają ekstensywnie użytkowane łąki i pastwiska. Kwietne łąki to swoista rozkosz dla oczu. W czerwcu napełniają się chabrami łąkowymi, krwisiągciem, krwawnicą i zaślójcającymi całe powierzchnie mniszkami lekarskimi. Jednak tym, co jest unikalne i tajemnicze to z pewnością dwie rośliny: czarcikęs łąkowy i wszewłoga górską. Ta pierwsza to roślina pokarmowa bardzo rzadkiego motyla – przepłatki aurinii.

Kolejne motyle, które można wypatrzyć na tych łąkach to moraszek telejus i nausitous oraz gorejący przepięknym pomarańczem czerwoczyk nieparek. Wystarczy przemierzyć polne drogi między Wolimierzem, Krobicą i Mładzem, aby nacieszyć się bogactwem motyli. To ciągle jeszcze przyrodnicze odludzie zachęca do kontemplacji przyrody i poszukiwania ujęcia dla swoich zainteresowań artystycznych. Przepiękne plenery malarskie czy fotograficzne są tutaj na każdym kroku, a magiczne kolory motyli dodają tylko uroku tej pagórkowatej krainie. Oczywiście nie brakuje tu ptaków, a wysłuchanie czerwcowych koncertów derkaczy, które w ludowym porzekadle krzyczą nocną porą „Kaźmirz żryj pyrz, nie zjesz zdechniesz” rytmicznie wprowadzą nas w przyrod-

niczą zadumę i klimat nocnych ptasich symfonii. Przy okazji warto tu zadrzeć głowę ku gwiazdom i spojrzeć na niezanieczyszczone światłem niebo. Ciemna noc z gwiazdzistym niebem nie nastroi kłopotów by gołym okiem zobaczyć mgławicę M51 w Andromedzie – siostrzaną do naszej drogi mlecznej. Tu możemy poćwiczyć oko w liczeniu księżyców Jowisza i sprawdzić to za chwilę przez lornetkę. Ten przyrząd przyda się nam także w podglądaniu bocianów czarnych trzmielojadów czy zawisających nad łąkami pustulek. W okolicy warto poszukać stadny koni i pod okiem instruktorów czy gospodarzy wybrać się na konną przejażdżkę pośród łąkowych duktów. Być może trafimy na pasące się łanie, buchtujące przed wieczorem dziki a podglądniemy szczekające kozły, które znaczą swoje terytoria donośnym głosem. Po przeżyciach przyrodniczych warto utrzymać dobre emocje i wstąpić do artystycznego Wolimierza gdzie pociąg z pewnością odnajdzie się na „Stacji Wolimierz”, a artystyczne dusze odnajdą niezwykle tkaniny inspirowane przyrodą w galerii Wiesławy Dowchań przy domu agroturystycznym „Przydębnie”.

Ta stacja do z pewnością raj dla artystów, którzy oprócz wypoczynku poszukują emocji i inspiracji do swojej pracy twórczej. To również raj dla miłośników przyrody, której nie odkryły jeszcze tłumy podróżnych. To miejsce gdzie przyrody warto uczyć swoje dzieci i szukać tu swoich wspomnień z dzieciństwa.



Kraśniki na chabrach pośród izerskich łąk

foto: K. Koniczny



Magia Wolimierza

foto: K. Koniczny



Nagietki suszące się w zielarni Wiesławy Dowchań przy Galerii Wolimierz

foto: K. Koniczny



Magia Wolimierza

foto: K. Koniczny





fot. K. Koniczny

Jesienna rzekotka drzewna

## Stacja II - Dolina Kwisy w Borach Dolnośląskich

Wszystko wkoło to las! Dziesiątki kilometrów borów sosnowych ciągnących się na zachodnich rubieżach Dolnego Śląska. Magiczne leśne pustkowie. Gdzie się zatrzymać? Co zobaczyć? Leśna przestrzeń w pierwszej chwili zaczyna przerażać, by po chwili przywabić do siebie zapachem terpentynowej żywicy sosen, zapachem grzybów i szumem toczącej tutaj swe wody rzeki Kwisy. Jesteśmy w pobliżu ostoi Dolina Dolnej Kwisy. Jeśli nasz pociąg do przyrody nas tu zawiódł to decyzja jest prosta kierujemy się do położonej nad Kisą, śródlęśnej wsi Ławszowa. To jedno z najlepszych w rejonie miejsc wypadowych na grzyby. Prawdziwki, podgrzybki brunatne zwane potocznie „czarnolepkami”, kurki są tu bardzo pospolite, gdy tylko dopiszą deszcze. Jednak gatunkiem charakterystycznych dla tej okolicy są gąski zielone tzw. zielonki. Późną jesienią kryją się tu one w piaskach wydm eolicznych nawianych przez wiatry przed tysiącami lat i tylko wytrawne oczy pozwolą na znalezienie tych najmniejszych, najsmaczniejszych okazów. Jesień dla okolic Ławszowej to okres niezwykły, okoliczne poligony pokrywają się łanami wrzosów. Cały świat staje się fioletowy i tylko maszty białych brzoź przebijają ten malarski krajobraz. Oczywiście trzeba pamiętać, że niektóre poligony są nadal czynne i może się zdarzyć, że zamiast zielonek odnajdziemy tam kilka

ryczących, wielkich czołgów. Ostrożnie. Te poligony to również ważne miejsca dla przyrody i zostały uznane, jako ostoja Natura 2000 „Wrzosowiska Świętoszowsko-Ławszowskie”. Sama Ławszowa siedzi nad Kisą i rzeka jest jej najważniejszą osią. To tu można odbyć rejs pontonem po rwistej Kwisie z poszanowaniem okolicznej, bogatej przyrody. Najlepiej takie spływy realizować po sezonie lęgowym ptaków nadrzecznych, które reprezentowane są tu przez rzadkie gągoły, tracze nurogęsi a także zimorodki i bieliki. W starych dębach spotkać można ogromne chrząszcze: koziorogi dębosze, pachnice dębowe a nawet jelonki rogacze. Spacerując w samej Ławszowej odnajdziemy ślady żerowania bobrów na starorzeczu oraz niewielkie płyty muraw napiaskowych z tajemniczymi lśniakami i kraśnikami. W sierpniu koncerty owadów prostoskrzydłych (koniki polne i szarańczaki) przeszywają swoją rytmiką i strydulacyjnymi, mechanicznymi dźwiękami. Tutaj poczujesz magię śródlęśnej polany. Warto wtedy odszukać gospodarzy serwujących zupełną zalewajkę z zielonek, kiszkę ziemniaczaną czy kopytka z marmoladą. Z rozkoszy jedzenia można się wtedy prześiąść do warsztatów rękodzielniczych i wykonać z siana i szyszek magiczne zwierzaki. Ławszowa to także doskonałe miejsce, z którego trzeba odwiedzić Zamek Kliczków i zaglądnąć do ostoi

„Dąbrowy Kliczkowskie”. Na ławszowskich, okolicznych, piaszczystych drogach warto wypatrywać wilczych tropów, bo to właśnie tu może zdarzyć się ta jedyna okazja w życiu by spotkać prawdziwe, dzikie wilki. Powodzenia w przyrodniczym podglądaniu! Ciepło i gościnność Ławszowian pozwala na zabranie tu swoich rodzin i spędzenie niezwykłych chwil w sercu „Borów Dolnośląskich” jednego z największych kompleksów leśnych Polski!



fot. K. Koniczny

Wrzosowiska Świętoszowsko-Ławszowskie

## Stacja III - Ostoja nad Bobrem

Przełomowy moment naszej podróży. Nasz pociąg musi wyraźnie zwolnić. Tu nie da się szybko przejechać! Tu trzeba zostać dłużej. Jadąc od północy pierwsza rzecz, która nas wmuruje w ziemię to wulkany! Owszem wygąstę i trochę jak z historii o Małym Księżu Antoine'a de Saint-Exupéry'ego. Tak, tak to prawda, wiele osób a nawet kwatery agroturystycznych ma w pobliżu, prawie w ogrodzie swój wygąstę wulkan, na który czas od czasu można się wdrapać i pokontemplować okoliczną przyrodę i widoki. Później można już tylko za nimi tęsknić, za czernią wychodni bazaltowych, melancholią derkaczy na łąkach, śpiewem skowronków i bujną, barokową roślinnością

dolin i strumieni. Można też dokonać niezwykłych obserwacji nietoperzy, przyjrzeć się ich ochronie i umówić się w Bystrzycy koło Wlenia na obserwację wylatujących z kolonii nietoperzy. Trochę drakuliczne klimaty nie zaszkodzą nam w poznawaniu pełni tajemniczej przyrody doliny Bobru. Sam Bóbr to raj dla wędkarzy, ta pogórska rzeka, jeśli tylko traktowana jest z szacunkiem i poszanowaniem przyrody z pewnością pokaże miłośnikom ryb niezwykle lipinie i pstrągi. Warto mieć też świadomość, że w tej rzece żyją jeszcze minogi strumieniowe i rzadkie głowacze biało-płetwe. Bogactwo siedlisk – różnych łąk, muraw ciepłolubnych i lasów – zachęca do spacerów



fot. K. Koniczny

Wydra



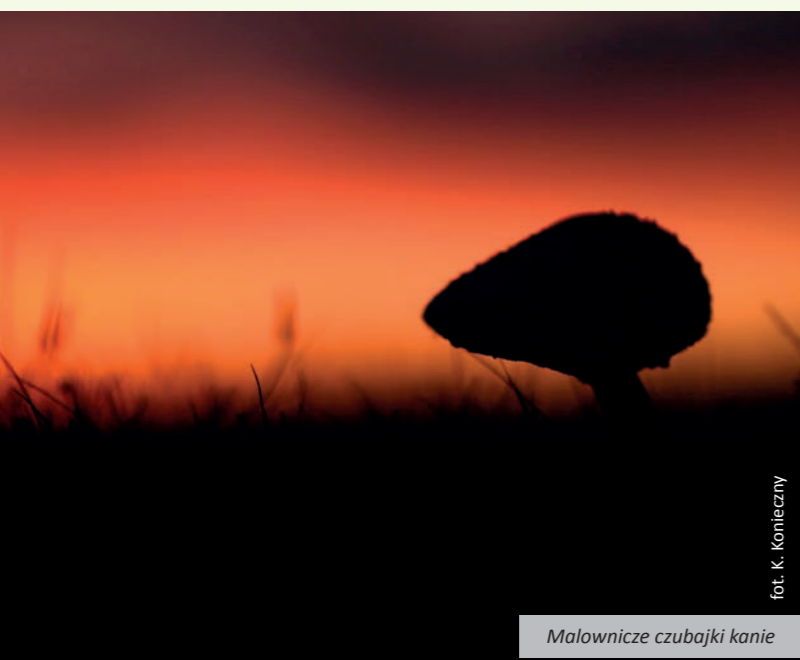


Łuski jazia

fol. K. Koniczny

z kluczami do oznaczania roślin. Można tu poznać nie tylko drogie dla człowieka zioła, ale też nauczyć się rozpoznawać wiele pięknych roślin zarówno niżowych jak i górskich. Kluczem do tej krainy są domy szachulcowe. Oglądanie przyrody bez mieszkania w takim domu wydaje się być niepełne. Samo przebywanie w takim domu z historią jest już niezwykłym odpoczynkiem, a połączenie tego z obserwacjami przyrodniczymi dopiero przyczyni się do naszego relaksu. Szczególnie polecamy agroturystyczne domy z Bystrzycy i Czernicy. Dolina Bobru to miejsce dla przełomowych odkryć!

## Stacja IV - Dolina Łachy



Malownicze czubajki kanie

fol. K. Koniczny



Śnieżycza wiosenna

fol. K. Koniczny

Nasz pociąg do przyrody zawiezie nas z pewnością do jednej z najbardziej tajemniczych stacji Dolnego Śląska. „Dolina Łachy” niewielka ostoja siedliskowa sieci Natura 2000. Wzdłuż niewielkiej rzeki, lewobrzeżnego dopływu Baryczy rozciąga się położony malowniczo dolinny obszar wciśnięty między dwa pasma wzgórz Wału Trzebnickiego. Od wschodu dolinę uciskają Wzgórza Strupińskie, a od zachodu Wzgórza Wińskie. Kompleks wzgórz i doliny to doskonałe miejsce dla rowerzystów. Na morenowych wzgórzach można się nieźle zmęczyć i wtedy już spo-

kojnie przystąpić do obserwacji przyrodniczych. Dolina Łachy to mozaika wilgotnych łąk, lasów ze niezwykłym starodrzewem i niewielkich muraw ciepłolubnych. Najlepsze miejsca do obserwacji przyrody to społeczne rezerваты przyrody Fundacji Przyrodniczej „pro Natura”, gdzie od wczesnej wiosny obserwować można toki żurawi, kszyków, tańce powietrzne czajek i gody ropuch, rzekotek czy kumaków nizinnych. „Polder”, „Ruskie Łąki” to żelazne miejsca do obserwacji. Nie trzeba wchodzić na łąki, wystarczy z pobliskich polnych dróg obserwować rejwach, który dzieje



Głębowice z zespołem z Kościołem p.w. Najświętszej Maryi Panny z Góry Karmel

fol. K. Koniczny

się pośród traw i trzciny. Nieco później, od czerwca można bez końca wpatrywać się tu w dziesiątki koni wypasających ekstensywnie użytkowane łąki. Lato to też doskonały czas do obserwacji susłów moręgowanych – wiewiórek ziemnych, które zamieszkują łąki pod Głębowicami. Jest to jedno z trzech miejsc w Polsce gdzie te zwierzęta można dziś zobaczyć. Podobnie do żubrów są dziś przywracane naszej przyrodzie. Obserwacje można dokonywać ze specjalnej wieży nie czyniąc susłom krzywdy. Dolina Łachy wyróżnia się współpracą na rzecz ochrony przyrody. Lokalni rolnicy zaangażowani są w przyjazne przyrodzie utrzymanie łąk. W pobliskim zespole kościelno-klasztornym w Głębowicach istnieje bodajże pierwsza na świecie przyrodnicza ścieżka edukacyjna na wieży kościelnej. Od kryp z barokowymi trumnami, po wierzchołek wieży możemy zapoznać się z bogactwem przyrodniczym doliny Łachy i przy okazji zobaczyć sam kościół,

który podczas remontu został przygotowany dla zamieszkujących go jerzyków, sów, owadów zapylających i rzadkich nietoperzy – mopków i nocków dużych. Klasztor to także kolebka okolicznego zielarstwa! W północnej części ostoi, na skraju wsi Smogorzówek można odwiedzić Wiejski Ogródek Sensoryczny i pozwolić naszym zmysłom zakosztować prawdziwych doznań – dotykowych, węchowych i smakowych. Dolina Łachy to dobre miejsce dla miłośników ochrony przyrody, w każdym miejscu mamy do czynienia z czynną ochroną. W Centrum Przyrodniczym im. Przemysława Czajkowskiego w Trzcinicy Wołowskiej można zobaczyć dziesiątki budek dla ptaków i ssaków i podpatrzeć, co można zrobić dla przyrody w swoim domu i zagrodzie. W pobliskiej Brzózce zobaczymy też małe muzeum „Śladami ojców naszych” gdzie zobaczymy ślady ekstensywnego rolnictwa z przez stu lat. Dolina Łachy to obszar dla koneserów!



## Stacja V - Okolice Obornik Śląskich i Dolina Odry

Gdy mamy niezbyt wiele czasu, jesteśmy we Wrocławiu, w delegacji lub przejazdem i chcemy na chwilę zniknąć w jakimś przyrodniczym miejscu, warto wtedy pojechać w okolice Obornik Śląskich. W okolicznych lasach pozierać grzyby, a potem śladami przedwojennych letników trafić na polanę do malowniczej wsi Jary. Można tu zobaczyć ekstensywny wypas bydła, na łąkach wzdłuż niewielkich strumieni, którymi czas od czasu podążają bociany czarny, a motyle przeskakują po kolorowych kwiatkach zawciągów, złocieni, mniszków czy chabrów. To doskonałe miejsce, aby skosztować niezwykle, ekologicznych serów produkowanych w Jarach. Z dodatkiem ziół smakują wyśmienicie. Jeśli ktoś ma nieco więcej czasu warto umówić się z jarskimi gospodarzami na lekcję pieczenia chleba w wielkim chlebowym piecu pod gołym niebem. Z Jar warto wyskoczyć w pobliską dolinę Odry i przyjrzeć się latającym tu drapieżnym kaniom rdzawym i czarnym, podglądać łabędzie krzykliwe, posłuchać koncertów dzięciołów i wsłuchać się w grające żaby. Miłośnicy wędkarstwa znajdą tu

wielkie bolenie i sandacze, które po złowieniu warto zwrócić Odrze, bo takich wielkich ryb już nie ma gdzie indziej! Sama dolina Odry podążając od Brzegu Dolnego do Głogowa to dżungla łągów wierzbowo-topolowych, łągów wiązowo-jesionowo-dębowych, kwiatnych łągów i sieci starorzeczy. To bogactwo rzadkich roślin i zwierząt. Zobaczyć to można ginące hydromakrofity, czyli rośliny wodne – salwinię pływającą, kotewkę orzecha wodnego, grzybienie białe, grążele żółte czy osokę aloesowatą. Dolinę polecamy rowerzystom, podążając szlakiem Odry trafimy na niezwykle zabytki, choćby wielki klasztor w Lubiążu.



Łabędź krzykliwy

foto. K. Koniczny



Czosnek kątowy

Centuria pospolita

Czapla siwa

foto. K. Koniczny



## Propozycje turystyczne

W tym rozdziale proponujemy konkretne sposoby na spędzenie czasu wolnego w oparciu o dostępne oferty turystyki przyrodniczej w regionie. Przykładowe oferty turystyczne pozwolą zaplanować pełen emocji pobyt wypełniony aktywnościami związanymi z poznawaniem atrakcji przyrodniczych oraz kulturowych. Te wzorcowe programy stanowią punkt wyjściowy dla każdego turysty, który pragnie zobaczyć więcej, poczuć bardziej i usłyszeć lepiej co oferuje ten region Polski.

## Pomiędzy wodą, ogniem i wulkanem

### Dla kogo?

Oferta skierowana jest dla rodzin z dziećmi lub grup znajomych, którzy pragną lepiej poznać ten region, nie tylko z perspektywy najbardziej znanych turystycznych atrakcji kulturowych. Dostępna baza agroturystyczna przygotowana jest również dla gości wymagających.

### Lokalizacja

Kraina Wygasłych Wulkanów z miejscowością Bystrzyca leży w otulinie Parku Krajobrazowego Doliny Bobru, u podnóża gór, pomiędzy dwoma obszarami Natura 2000: Ostoją nad Bobrem i Ostrzycą Proboszczowicką. W krajobrazie dominuje dolina rzeczna z otaczającymi je wzgórzami o ciekawej budowie geologicznej, która jest siedliskiem rzadkich gatunków roślin i zwierząt. Pobliski wierzchołek najwyższego wzniesienia na Pogórzcu Kaczawskim zwanym "Śląską Fudżijamą" jest świadectwem przeszłości wulkanicznej tego regionu. Z jego szczytu można podziwiać praktycznie całą panoramę Sudetów Zachodnich. Ciekawostką w tym miejscu są unikatowe gołoborza bazaltowe.

### Aktywność turystyczna

#### PODGLĄDANIE NIETOPERZY

Nietoperze mogą przestać być przerażające, gdy postaramy się z nimi zapoznać. Dlatego proponowana jest ich spokojna obserwacja o zmierzchu, gdy wylatują na żer. W trakcie fascynujących opowieści o kontakcie z nimi będzie można dowiedzieć się: co jedzą, jak żyją, gdzie zimują i... czy nietoperze faktycznie wplątują się we włosy.

- Czas trwania spotkania: około 1,5 godz.

#### SPACEREM NA WULKAN

Spacer po Krainie Wygasłych Wulkanów wprost na Ostrzycę Proboszczowicką to coś więcej niż „łazenie po górkach”. W trakcie przechadzki zobaczyć będzie można krater wulkanu i jego komin boczny. Nie obędzie się bez ciekawostek odnośnie rejonów wulkanicznych i ich charakterystyki. „Efektem ubocznym” wycieczki będzie obserwacja zwierząt leśnych i tych żyjących na łąkach.

- Czas trwania wycieczki: około 4 godz. (około 4km w jedną stronę).
- Grupa do 10 osób.
- Pora dnia: pomiędzy 6:00 a 7:30.

## Warto zobaczyć / Warto wziąć udział

### ■ Drugie pod względem wieku drzewo w Polsce

Ponad 800-letni cis pospolity, *taxus baccata*, rośnie w Bystrzycy.

### ■ Rezerwat Przyrody Zamkowa Góra

Znajduje się we Wleniu wraz z ruinami średnio-wiecznego zamku- pierwszej polskiej warowni o konstrukcji murowanej. Ścieżki po rezerwacie prowadzą wśród niezwykle ciekawych grądów zbozowych a podczas wędrowki można obserwować rośliny chronione m.in. czosnek niedźwiedzi, lilię złotogłów, parzydło leśne, irgę czarną, berberys zwyczajny, gnieźnika leśnego czy bluszcz pospolity.

### ■ Spływy kajakowe lub pontonowe rzeką Bóbr

Najczęściej przepływany odcinek to: Nielestno- Wleń- Marczów (jaz elektrowni)

### ■ Trasa spacerowa wiodąca przez malowniczy Borowy Jar

### ■ Zalew i zaporę wodną w Pilchowicach

Dane kontaktowe:

Anna Staszewska

[podwulkanem@wp.pl](mailto:podwulkanem@wp.pl)

## Susty i żurawie w Dolinie Łachy

### Dla kogo?

- przyrodników, ekologów odwiedzających obszar Natura 2000 - Dolina Łachy,
- naukowców, organizatorów praktyk i szkoleń dla studentów oraz adeptów zawodów związanych z ochroną przyrody,
- zorganizowanych grup uczniów w zakresie zajęć przyrodniczych,
- rodzin z dziećmi na wypady weekendowe.

### Lokalizacja

W Głębowicach, otoczonych z trzech stron obszarem Natura 2000 – Dolina Łachy znajduje się kościół wraz z zabudowaniami dawnego klasztoru Ojców Karmelitów. Warto zauważyć i podkreślić, że zespół poklasztorny w Głębowicach, wart jest zwiedzenia nie tylko ze względu na wielkie wartości artystyczne i historyczne, ale przede wszystkim na kojącą ciszę wśród pięknej przyrody.

### Aktywność turystyczna

#### MODELOWA ŚCIEŻKA PRZYRODNICZA W WIEŻY KOŚCIOŁA PARAFIALNEGO

Znajdują się w niej tablice edukacyjne, dwie lunety do obserwacji, przykłady budek lęgowych dla ptaków i schronów dla nietoperzy, a wokół kościoła odnajdziemy hotele dla owadów. Ścieżka połączona jest z oratorium, gdzie emitowane są filmy przyrodnicze;

#### „SUSŁOWA” ŚCIEŻKA PRZYRODNICZA


To trasa o długości prawie 4km. Wyznaczona i oznakowana ścieżka wiedzie przez tereny „naturowe”, a kolejne przystanki dotyczą:

- chronionych gatunków flory i fauny w Dolinie Łachy,
- rezerwatu przyrody „Ruskie Łąki”;
- największej w Polsce populacji kozioroga dębosza i pachnicy,
- reintrodukowanego gatunku susła moregowanego.



## ŚCIEŻKA PRZYRODNICZA „ŻURAWIE SIEDLIKA”

Długość ścieżki to 3,2 km. Biegnie ona wśród lasów, łąk i pól przylegających od północy do wsi Głębowice i tworzy pętlę, zaczynając się i kończąc przy Szkole Podstawowej im. Jana Adama de Garnier w Głębowicach.

 *Warto zobaczyć / Warto wziąć udział*

### ■ Wyjątkowe ostoje przyrody - Specjalne Obszary Ochrony (SOO)

Są to m.in.: Wzgórza Warzęgowskie, Dolina Dolnej Baryczy, Łęgi Odrzańskie, Dębiańskie Mokradła, Ostoja nad Baryczą. Na terenie pobliskiej Gminy Wińsko znajduje się również Park Krajozbrazowy Doliny Jezierzycy.

### ■ Wycieczki rowerowe i piesze

Istnieje możliwość wypożyczenia rowerów (12 szt.) z parafialnej wypożyczalni. Przez Głębowice przebiegają dwa szlaki rowerowe: zielony i czarny oraz zielony szlak pieszy.

## WARSZTATY ZIELARSTWA

(dla grup zorganizowanych od 15 osób)

W trakcie zajęć uczestnicy poznają tajniki zielarstwa (ziołowe herbaty, pachnące ziołowe woreczki lub ziołowe oleje do zastosowania w kuchni).

### ■ Zwiedzanie dawnego Klasztoru Karmelitów

Nieodpłatne zwiedzanie możliwe jest w 2 i 4 niedziele miesiąca od godz. 16.00 oraz w dowolnym terminie w przypadku grup zorganizowanych.

Dane kontaktowe:

Anna Lis

[kontakt@garnierowka.pl](mailto:kontakt@garnierowka.pl)

## Inne propozycje

### PRZEPŁYŃ MNIE, A ZAGWIŹDZIESZ Z ZACHWYTU – SPŁYW KAJAKOWY

Dane kontaktowe: Wojciech Gurgul; [info@chatawlesie.pl](mailto:info@chatawlesie.pl)

### POMIĘDZY NATURĄ, DZIAŁANIEM I SZTUKĄ WYPOCZYNKU

Dane kontaktowe: Jagna Jankowska; [agro@przydebie.pl](mailto:agro@przydebie.pl)

### DO JARU PO ZDROWIE

Dane kontaktowe: Agata Remian; [agata\\_remian@interia.pl](mailto:agata_remian@interia.pl)

### WRZOSOWA PRZYGODA

Dane kontaktowe: Wanda Abram; [wanda2@autograf.pl](mailto:wanda2@autograf.pl)

### DUCH GÓR

Dane kontaktowe: Elżbieta Wolska – Masztalerz; [adimasztalerz@wp.pl](mailto:adimasztalerz@wp.pl)

### KACZAWSKI ZIELNIK

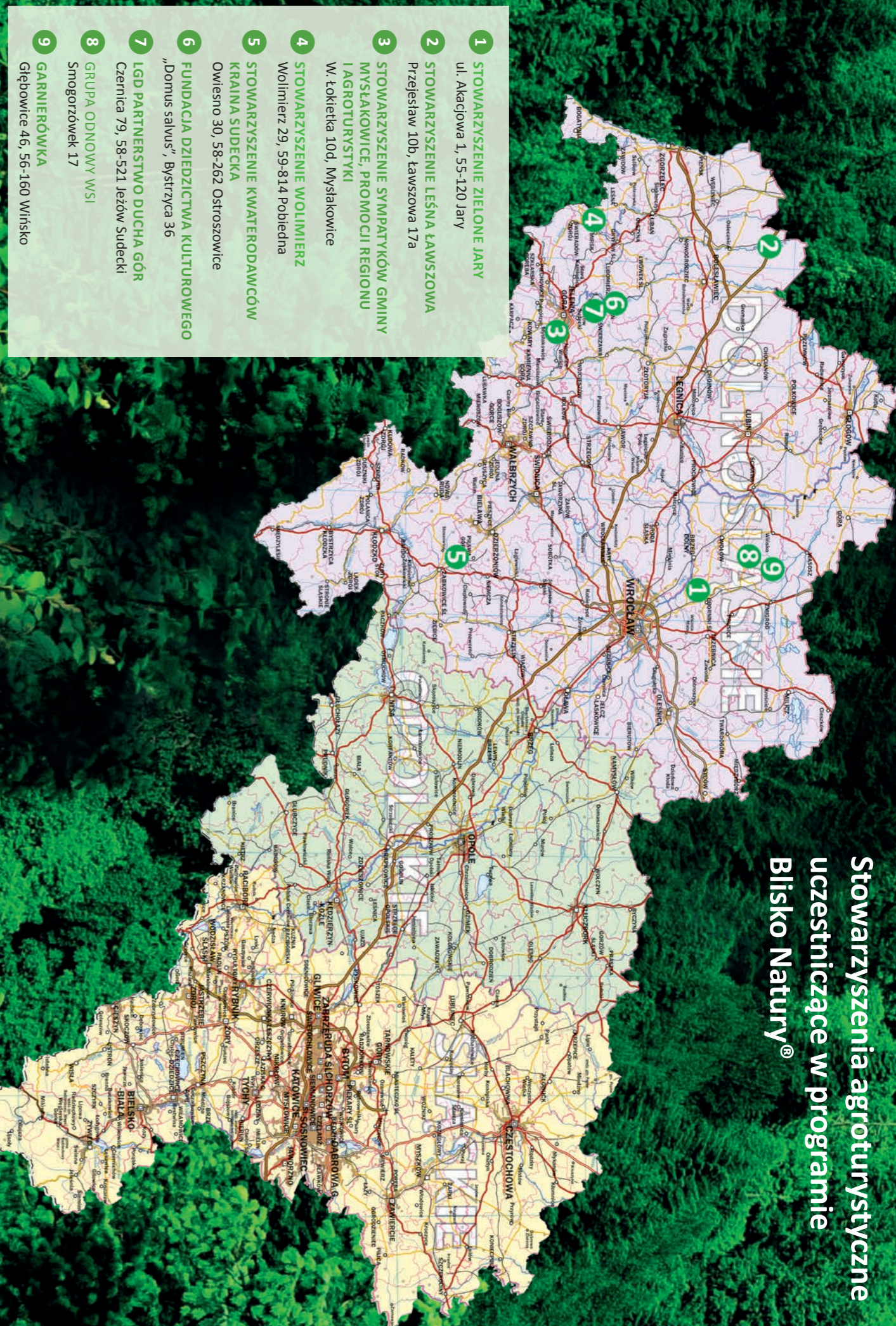
Dane kontaktowe: Bogusława Deja; [konopka79@o2.pl](mailto:konopka79@o2.pl)

### SUDECKIE MORZE I SOWIE ŁYSOGÓRY

Dane kontaktowe: Bożena Olejniczak; [bena.o@onet.eu](mailto:bena.o@onet.eu)

### W SZACHULCOWEJ ZAGRODZIE

Dane kontaktowe: Agnieszka Kinal-Szymańska; [herpet@poczta.wp.pl](mailto:herpet@poczta.wp.pl)



Stowarzyszenia agroturystyczne  
uczestniczące w programie  
Blisko Natury®





Dofinansowano ze środków  
Narodowego Funduszu  
Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej



INSTYTUT  
NA RZECZ  
EKOROZWOJU

Niniejszy materiał został opublikowany dzięki dofinansowaniu ze środków NFOŚiGW.  
Za jego treść odpowiada Fundacja Instytut na Rzecz Ekorozwoju.