

Magdalena Petryna

---

# Podróżuj po Małopolsce w rytmie eko

OPOWIEŚCI Z WILCZEGO LASU



Fundusz Partnerstwa

---

Kraków 2021

**Autorka tekstów:**

Magdalena Petryna

**Wstęp i redakcja:**

Dominika Zaręba

**Opracowanie graficzne i rysunki:**

Karolina Gościniak

**Fotografie:**

Kamil Sorocki, Dominika Zaręba,  
Jan Krzeptowski-Sabała oraz Damian Radziak,  
archiwum Tarnowskiej Organizacji Turystycznej,  
LGD Dunajec-Biała i MOKSiR Chełmek

**Współpraca merytoryczna:**

Katarzyna Szczęśniak  
Anna Woźniak-Lubaś

**Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.**

 MAŁOPOLSKA

[www.visitmalopolska.pl](http://www.visitmalopolska.pl)

Fundusz Partnerstwa, Kraków 2021

 Fundusz  
**Partnerstwa**

Wsparcie instytucjonalne Funduszu Partnerstwa jest współfinansowane ze środków NIW CRSO w ramach Programu Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego na lata 2018-2030.

  
Narodowy Instytut Wolności  
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego

 Program Rozwoju  
Organizacji  
Obywatelskich  
na lata 2018-2030  
**PROO**



## Spis treści:

Wstęp **2**

1. Czy w lesie można się kąpać? **3**

2. Wędrowanie z literaturą **6**

3. Żywa historia – o tym, jak poznawać architekturę regionalną **10**

4. Lekcje w podróży – o zagrodach edukacyjnych **13**

5. Smaki podróży **16**

6. Kraina winem i miodem płynąca – wycieczka w Dolinę Dunajca i Pogórze Ciężkowickie **19**

7. Poznawanie krajobrazu – czas na Jurę Krakowsko-Częstochowską **22**

8. Marzenia wcielone w życie – o wyjątkowości Chełmka **25**

9. Iść z duchem czasu – o wymarzonej przestrzeni do pieszych wędrówek **29**

10. Nie zostawiaj śladu – na wakacjach i na co dzień. Rozmowa z Janem Krzeptowskim-Sabałą, przewodnikiem tatrzańskim i edukatorem **31**

O Autorce **37**

# Wstęp

**Ekoturystyka** to podróżowanie w sposób wrażliwy dla przyrody i miejscowych tradycji, poznawcze i aktywne, z szeroko otwartymi oczami. Zwiedzanie miejsc wyróżniających się bogactwem przyrody, pięknem krajobrazu i unikatową kulturą. Spotkanie z ludźmi, poznanie lokalnej historii, zachwycanie się światem wokół nas i zabranie ze sobą wspomnień, obrazów, smaków i zapachów.



Wędrowanie po karpackich ścieżkach, delektowanie się krajobrazem i dziedzictwem malowniczych dolin i wąwozów, kąpiele leśne w puszczy, uczestniczenie w warsztatach i wydarzeniach artystycznych organizowanych w zagrodach edukacyjnych, skansenach i ekomuzeach, smakowanie lokalnych specjałów wytwarzanych przez rolników, winiarzy, pszczelarzy, zielarzy, cukierników... Różnorodne zakątki Małopolski będą dla nas inspiracją do podróży w rytmie eko. Wybór kierunku, miejsca i formy podróży zależy od naszych indywidualnych pasji i zainteresowań.

W niniejszej publikacji Magdalena Petryna, przewodniczka, edukatorka i blogerka, z wrażliwością opowiada jak w prosty sposób spojrzeć na otaczający nas krajobraz, zachwycić się urodą lasów i potoków, zatrzymać czas. Zbiór felietonów może być wskazówką w podróży, pomoże czerpać inspiracje z literatury, odczytywać historie starej drewnianej chałupy, kościółka, cerkiewki, cmentarza czy przydrożnej kapliczki. Podpowie jak odwiedzać miejsca z uważnością, szacunkiem dla przyrody i lokalnego dziedzictwa. I wreszcie pokaże jak czerpać radość z prostej wędrowki, niekoniecznie zdobywając kolejny szczyt, ale zachwycając się tym, co jest czasem bardzo blisko nas, na wyciągnięcie ręki.

*Dominika Zaręba*



# 1. Czy w lesie można się kąpać?

Nie chodzi o kąpiele w strumieniu lub leśnym oczku wodnym.  
**Termin „kąpiel leśna” coraz częściej pojawia się w kontekście spędzania wolnego czasu w naturze – co właściwie znaczy?**



Pojęcie przywędrowało do nas z Japonii, gdzie w latach osiemdziesiątych XX wieku zaczęto praktykować i badać naukowo shinrin-yoku (to po japońsku właśnie „kąpiel leśna”). Naukowcy dowiedli, że przebywanie w lesie nie tylko wpływa na człowieka relaksująco, ale także działa prozdrowotnie. Spędzanie czasu w zieleni spowalnia tętno, zmniejsza poziom kortyzolu (czyli hormonu stresu) we krwi, obniża ryzyko zachorowania na cukrzycę typu II, choroby układu krążenia i wydłuża sen, wzmacnia również odporność.

Z czasem idea shinrin-yoku rozprzestrzeniła się na cały świat – badania są kontynuowane w Ameryce i w Europie, a leczenie lasem staje się coraz ważniejszym elementem dbania o człowieka. To nie zaskakuje, biorąc pod uwagę naszą codzienność, w której dominuje intensywne miejskie życie, praca, bombardujące nas ze wszystkich stron informacje i nieustanny pośpiech. Przyroda jest doskonałym remedium, bo przez setki tysięcy lat była naszym naturalnym środowiskiem, daje nam zatem to, czego nasze organizmy potrzebują, nawet jeśli nie mamy tego świadomości.

Czym kąpiel leśna różni się od zwykłego spaceru po lesie? Podczas leśnej kąpieli zanurzamy się (stąd kąpiel w nazwie!) w otaczającym nas świecie, powoli i uważnie. Las nie jest tutaj scenerią – do rozmów z bliskimi, zaległych telefonów albo treningu – jest na pierwszym planie. Poznajemy go wszystkimi zmysłami, nie tylko patrzymy na otaczającą nas przestrzeń: dotykamy, słuchamy, wąchamy, smakujemy w miarę możliwości i w zależności od pory roku. Podczas praktykowania shinrin-yoku nie planujemy trasy ani celu, do którego mamy dotrzeć, wcale nie musimy daleko się przemieszczać, ważne jest podążanie za obserwacjami i tym, co podpowiada nam nasze ciało.

## Jak to wygląda w praktyce?

Warto wybrać się na prowadzoną przez przewodnika kąpiel leśną, taka osoba proponuje „ćwiczenia”, które pomagają nam włączyć wszystkie zmysły i skupić się na tu i teraz. Ale można też praktykować samemu lub z bliskimi w dowolnej zielonej przestrzeni. Idealnie, jeśli możesz przeznaczyć na kąpiel leśną godzinę lub nawet dwie. Na początek wyłącz telefon (to ważne!), weź kilka głębokich oddechów, pocuj, jak się masz (czy coś cię boli, czy jest ci wygodnie, czy jesteś zestresowany/a, czy się martwisz itp.) i powolutku zacznij eksplorować otaczającą cię przestrzeń. Możesz dotknąć szorstkiej kory najbliższego drzewa albo miękkiego, sprężystego mchu. Możesz położyć się pod drzewem, zamknąć oczy i posłuchać głosów ptaków. Możesz stanąć pod pachnącymi sosnami i przez kilka minut wdychać ich wyrazisty aromat. Możesz poszukać wzrokiem kwitnących kolorowo roślin i powoli przemieszczać się po lesie ich tropem. Możesz przyrzeć się delikatnemu ruchowi liści na wietrze i spróbować odtworzyć taki ruch własnym ciałem. Możesz znaleźć przy drodze poziomki i delektować się aromatem rozgrzanych słońcem owoców. Jest nieskończenie wiele możliwości.

Ważne jest, by wszystko robić bardzo uważnie, zauważać drobiazgi. Jeśli myśli uciekają do codzienności, listy czekających nas zadań albo trudnych wspomnień z ostatnich dni w pracy, pomoże kilka głębokich oddechów i skupienie na najbliższej przestrzeni, na przykład przyjrzenie się, jak wiele różnych kształtów mają liście otaczających nas roślin.

Tylko tyle i aż tyle. Już po kwadransie zauważycie zmianę samopoczucia, a regularne praktykowanie kąpeli leśnych sprawia, że po prostu lepiej się żyje. Wprowadza więcej spokoju, radości i dziecięcego zainteresowania światem, wzmacnia cały organizm i ułatwia koncentrację.



## Macie ochotę spróbować?



Bliski kontakt z naturą można praktykować nawet w parku miejskim, ale najlepszy będzie piękny las. Nie musicie szukać daleko – w pobliżu Krakowa znajdziecie idealną przestrzeń do praktykowania shinrin-yoku. Mowa o Puszczy Niepołomickiej. To rozległy kompleks leśny, do którego łatwo dotrzeć, jest też położony na raczej płaskim terenie, więc spacerowanie po nim nie wymaga dużego wysiłku. Co najważniejsze Puszcza Niepołomicka to las pełen urokliwych zakątków, starych drzew (wiele z nich to pomniki przyrody) i miejsce życia wielu gatunków roślin i zwierząt. Znajdziecie tu między innymi majestatyczne dęby, pachnące sosny, lubiące mokre tereny tajemnicze olchy... Możecie spotkać sarny, jelenie, czasem pojawiają się nawet łosie. Usłyszycie i zobaczycie wiele różnych gatunków ptaków. Ta różnorodność i bogactwo świata przyrody zachęca do przebywania w naturze i ułatwia pozostawienie za sobą codzienności, by uważnie doświadczać piękna lasu. W przeszłości Puszcza Niepołomicka była szczególnie lubiana przez królów Polski, a dziś jest wspaniałą przestrzenią dla wszystkich miłośników przyrody i osób szukających leśnego odpoczynku, o każdej porze roku.

**Czas, który spędzicie w puszczy będzie na pewno pełen zachwyty, szczególnie, jeśli poczujecie ją wszystkimi zmysłami i z wielką uważnością. Las zawsze na nas czeka i może nam naprawdę wiele dać. Wystarczy do niego dotrzeć, wyłączyć telefon, wziąć kilka głębokich wdechów i zanurzyć się w zieleni.**

## 2. Wędrowanie z literaturą

### Nieoczywiste tytuły prowadzące w Beskid Niski i Gorce

Mówi się, że każda podróż zaczyna się od pierwszego kroku. Bywa i tak, że rozpoczyna się dużo wcześniej – podczas czytania ciekawej książki. I wcale nie musi to być książka podróżnicza czy reportaż opisujący wybrane miasto lub kraj. Inspiracje do wędrowki znajdziemy też w literaturze pięknej, tej mniej i bardziej znanej, tej mniej i bardziej oczywistej. Na jakie szlaki nas zaprowadzi?



W ciekawe zakątki Małopolski może nas na przykład zaprosić... kryminał. Dwa tomy serii z komisarz Niną Warwiłow Jędrzej Pasierski umiejscowił w **Beskidzie Niskim**. I choć zbrodnia zostaje popełniona w fikcyjnej miejscowości, sam region został opisany realistycznie, klimatycznie i zachęcająco. Znajdziemy tam znane z mapy **Gorlice, Biecz i zalew Klimkówkę**. Odczujemy piękno przestrzeni, z górskimi potokami, lasami i pnącymi się stromo drogami. Poznamy wielokulturowy charakter terenu, jego zawiłości historyczne, ale też kulinarne smaczki.

Bohaterowie Pasierskiego – mieszkający w Beskidzie Niskim i jedynie go odwiedzający – dostrzegają piękno otaczającego ich świata. Główna bohaterka patrząc na beskidzki krajobraz, który wybrała na wakacje, z zadowoleniem mówi do siebie: „*Po co komu Morze Śródziemne, turecka hurtownia odgrzewanego kurczaka i »all excuse me«?*” (Jędrzej Pasierski, *Kłamczuch*).





Po lekturze, kiedy już rozwikłamy wspólnie z bohaterką kryminalną zagadkę, trudno sobie odmówić wyruszenia w Beskid Niski, szukania łemkowskich śladów, spróbowania serów z **Zagrody Banickiej** i podziwiania (przynajmniej) hucułów w krajobrazie.

Warto też przeprowadzić „literackie śledztwo” i samemu poszukać pisarzy lub pisarek, niekoniecznie współczesnych, związanych z regionem, który wydaje nam się interesujący. Lubicie **Gorce** i gorceńskie lasy? A czy słyszeliście o Władysławie Orkanie?

To pisarz i publicysta, który tworzył pod koniec XIX i na początku XX wieku. Gorce były dla niego bardzo ważne, a jego twórczość i działalność była bardzo ważna dla Gorców. Naprawdę nazywał się Franciszek Smaciarz, potem zmienił nazwisko na Smreczyński, ale publikował jako Władysław Orkan. Jego proza to wspaniałe źródło wiedzy o gorceńskich góralach i przyrodzie Gorców. Nic dziwnego, że była często cytowana w przewodnikach turystycznych – tych dawnych i współczesnych. W 1903 roku opublikował powieść **W Roztokach**, która cieszyła się wielkim powodzeniem i była porównywana do nagrodzonych Nagrodą Nobla Chłopów Reymonta.



Zobaczcie sami jak pięknie pisał o Puszczy Karpackiej (najlepiej czytać na głos, wtedy melodia dawnej polszczyzny przestaje być trudna):

*„Za dnia roztoki huczały życiem wielobarwnem, szumiały wodospadami i jednotonną pieśnią drzew, dzwoniły rozgwarem ptaków, odzywały się pomrukiem zwierząt, dźwięczały rojami pszczół – grały potężną harmonią puszczy.*

*Z nocą zapadały w ciszę i wyglądały w mroku jak masy wojsk zakłętych czerniawą zalegających góry i doliny, snem głębokim objęte i groźne w uśpieniu. A kiedy księżyc wytaczał się nad nie, wtedy zatracaly doszczętnie swą rzeczywistość leśną i trwały – widziało się – w zawieszeniu śródpowietrzem, niby jakiś zastygły sen o puszczy, poświatą jasną zalane, mgłą zbłękitniałą zapyłone, ciszą do dna przejęte, zaiste przebajeczne...*

*Z onego to czasu umarłego śni mi się rzeczywistość-baśń... Kiedy do roztok, naturalnem, eposowem życiem napełnionych przyszedł zwyczajnie człowiek i przywłókł z sobą dramat” (Drzewiej, s. 4–5).*



Ducha prozy Orkana poczujecie, wędrując po wszystkich gorczańskich szlakach, ale warto też odwiedzić miejsce szczególnie z pisarzem związane, czyli jego dom.

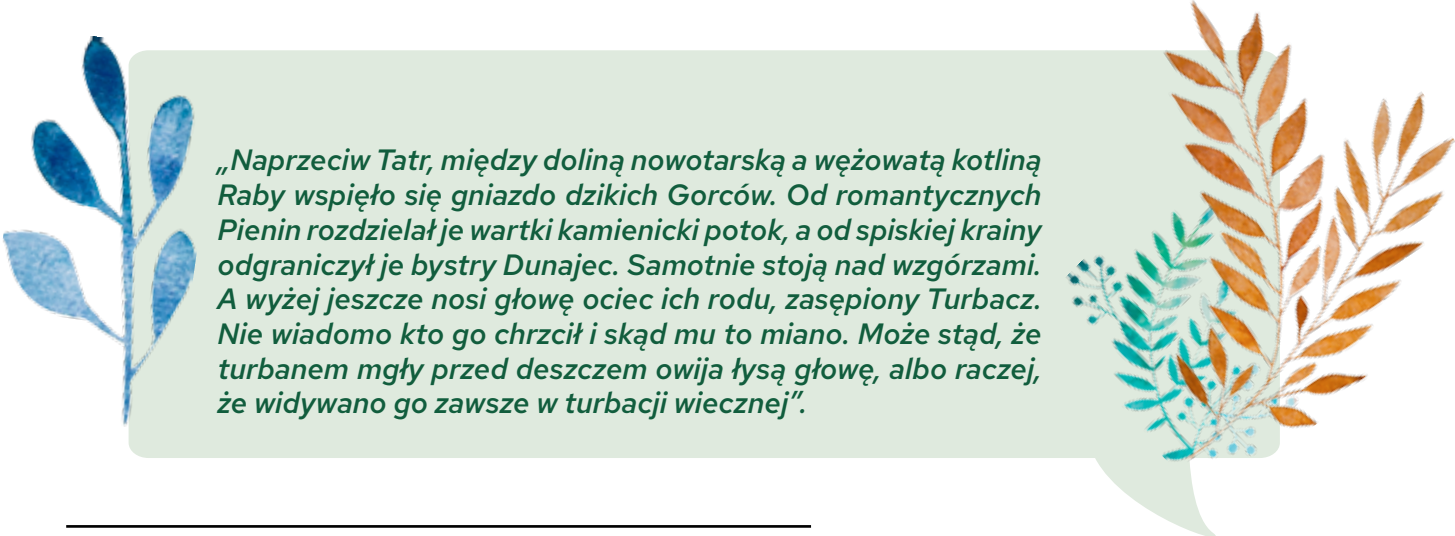
**„Orkanówka”** to przycupnięty na zboczach Gorców drewniany dom w stylu zakopiańskim z przeskloną werandą i pięknym widokiem na Beskid Wyspowy. Orkan wybudował go za honorarium otrzymane za powieść **W Roztokach**. Do budynku prowadzi piękna aleja dziesięciu jaworów, które pisarz posadził w podziękowaniu za szczęśliwy powrót z pierwszej wojny światowej.





Dzisiaj mieści się tam muzeum biograficzne – gromadzi pamiątki po Orkanie i zabytki związane z kulturą górali gorczańskich, ale co najważniejsze w dużej części jest autentycznym, niezmienionym wnętrzem i doskonale oddaje atmosferę, w której Orkan tworzył. Na biurku znajdziemy jego kałamarz i lampę naftową, przy której pisał, na werandzie stoją wiklinowe fotele, w których na pewno siadywał i podziwiał panoramę... Łatwo sobie wyobrazić literackie spotkania, które odbywały się w tym miejscu. Bywał tu Kazimierz Przerwa-Tetmajer, Kornel Makuszyński, Leopold Staff, Jan Kasprówicz (pisarze, których znamy z lekcji polskiego, choć o samym Orkanie mówi się znacznie rzadziej).

Do „Orkanówki” można m.in. dotrzeć z **Koninek**, łagodnym żółtym szlakiem prowadzącym asfaltową drogą. A jeśli wolicie bardziej wymagające trasy, wybierzcie przebiegający obok domu pisarza zielony szlak z **Niedźwiedzia** na **Turbacz**. Wizyta w muzeum będzie dobrym początkiem wędrowki po Gorcach, o których pisał otwierając wspomnianą już powieść **W Roztokach** (to pierwszy literacki opis Gorców):



*„Naprzeciw Tatr, między doliną nowotarską a wężowatą kotliną Raby wspięło się gniazdo dzikich Gorców. Od romantycznych Pienin rozdzielał je wartki kamienicki potok, a od spiskiej krainy odgraniczył je bystry Dunajec. Samotnie stoją nad wzgórzami. A wyżej jeszcze nosi głowę ociec ich rodu, zasępiony Turbacz. Nie wiadomo kto go chrzcił i skąd mu to miano. Może stąd, że turbanem mgły przed deszczem owija łysą głowę, albo raczej, że widywano go zawsze w turbacji wiecznej”.*

Tytuły, które poprowadzą Was w Beskid Niski i Gorce:

1. Jędrzej Pasierski, Roztopy
2. Jędrzej Pasierski, Kłamczuch
3. Władysław Orkan, W Roztokach
4. Władysław Orkan, Drzewiej

### 3. Żywa historia – o tym, jak poznawać architekturę regionalną

Na pewno widzieliście ją wielokrotnie w małopolskim krajobrazie – otoczone starymi drzewami wieże kościółków i cerkwi, ukryte wśród pagórków dworki, chaty przycupnięte gdzieś, czasem strzeżone przez stare lipy, a prawie zawsze mające za towarzystwo jabłonie, grusze i śliwy. Architektura drewniana jest jednym ze skarbów Małopolski.

Najpiękniejsze i najcenniejsze obiekty znajdziecie na **Szlaku Architektury Drewnianej**. Są tam między innymi cztery drewniane kościoły wpisane na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO, a więc skarby nawet w skali świata. Ale również poza szlakiem można zobaczyć urokliwe budynki, które pamiętają dawne czasy, gdy w małopolskich wsiach pracowano w polu z koniem, w chlebowym piecu pieczono bochenki ciasta wyrobionego w drewnianej dzieży, a wieczorem siadano przed domem na drewnianej, własnoręcznie zrobionej przez gospodarza ławeczce.

Nie wszystkie domy miały szczęście i nie wszystkie zachowały się w dobrym stanie. To dziedzictwo zaskakująco delikatne. Bez obecności człowieka, bez toczącego się w nich życia drewniane chałupy zapadają się i znikają. Niestety wiele z nich bezpowrotnie ginie z małopolskiego krajobrazu.

Jednym ze sposobów ich ochrony jest tworzenie skansenów – i je również znajdziecie na Szlaku Architektury Drewnianej. Są też jednak miejsca, w których historia przeplata się ze współczesnością i gdzie wciąż w drewnianych izbach pamiętających dawne historie toczy się życie.

Doskonałym przykładem jest **Agroturystyka Przytulnia w Stryszawie**, w Beskidzie Makowskim, jedynie około sześćdziesięciu kilometrów od Krakowa. Przytulnia to ponad stuletni drewniany dom, kryty gontem, ukryty za wsią, na skraju, gdzie kończy się droga. Jest zanurzony w otaczającym krajobrazie i pięknie się w niego wpisuje – to jedna z cech architektury drewnianej. Naturalne materiały, obrabiane ludzkimi rękami a nie maszynami pasują do natury...

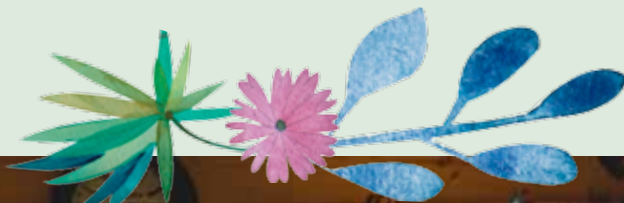


Jak to jest mieszkać w drewnianym starym domu? Możecie tego doświadczyć! Gospodarze bardzo dbają o klimat miejsca – na płocie wiszą gliniane garnki, a latem pod domem, tak samo jak sto lat temu, kwitną malwy. W ogrodzie znajdziecie dawne wiejskie sprzęty, o których gospodarze chętnie Wam opowiedzą. Zdarza się, że zasięg telefonu zanika, więc można poczuć się jak dawniej... choć oczywiście agroturystyka zapewnia współczesny standard, w pokojach są łazienki, w domu jest prąd i wszystkie niezbędne sprzęty (nie ma telewizora, bo przy takich widokach za oknem nie jest potrzebny...). Urokliwym elementem domu są stryszawskie drewniane ptaszki, bo struganie drewnianych zabawek to w Stryszawie tradycja.

I w ten sposób dziedzictwo kulturowe żyje, wśród ludzi, i wciąż się rozwija, a w starym domu rodzą się nowe opowieści.

## **Słuchanie historii opowiadanych przez mieszkańców, czasem przez sąsiadów, to chyba najlepszy sposób poznawania architektury – przez emocje, zaangażowanie, doświadczenia ludzi.**

Właśnie ludzie i ich opowieści, społeczność, w której dziedzictwo kulturowe funkcjonowało, są bardzo ważne w idei ekomuzeów. Słyszeliście o nich? Wcale nie są to miejsca zajmujące się ekologią... Ekomuzea to żywe kolekcje, najczęściej kameralne miejsca, w których można nie tylko zobaczyć obiekty, ale też doświadczyć tradycji i kultury, na przykład nauczyć się lokalnego haftu lub spróbować regionalnych przysmaków. Ekomuzea powstają oddolnie, tworzą je pasjonaci, mieszkańcy, którzy chcą chronić kulturę i tradycję znaną z własnego życia i zaślyszaną w opowieściach.





Wspaniałym przykładem rozwijającego się ekomuzeum, które jest jednocześnie miejscem, gdzie można poznać architekturę regionalną jest **Ekomuzeum Krzonka**. Znajdziecie je w Zawoi, w przysiółku Krzonka, pod numerem 294. Jego twórcy – Jadwiga i Janusza Zarębowie – są pasjonatami regionu babiogórskiego i właśnie architektury drewnianej. Dlatego renowacja budynku, w którym mieści się ekomuzeum została przeprowadzona z wielką dbałością o każdy szczegół. Dom jest przykładem tradycyjnego budownictwa zawojskiego, jego cechą charakterystyczną jest przykrycie jednym wspólnym dachem pomieszczeń gospodarczych i mieszkalnych. Dom został zbudowany już po drugiej wojnie światowej. Zewnętrzne ściany są pokryte gliną i pomalowane na niebiesko, a szczeliny pomiędzy belkami uszczelniono mchem. Dach pokryty jest gontem. W środku znajdziecie dawne narzędzia i sprzęty gospodarskie. Jeśli nie będziecie w stanie rozpoznać, do czego służyły, gospodarze chętnie Wam opowiedzą. Otoczenie domu dekorują rzeźby artysty i kresowiaka Bogusława Iwanowskiego wykonane z dębu czarnego.

**Podróżując po Małopolsce, rozglądajcie się uważnie i wypatrujcie drewnianych gospodarstw, klimatycznych chat otoczonych drzewami owocowymi... niektóre z nich mogą nie być już zamieszkałe, ale i tak możecie wyczytać z nich wiele historii. A jeśli tylko będzie taka możliwość, spytajcie mieszkańców, na pewno wiele Wam opowiedzą o tym, jak się kiedyś budowało.**

## 4. Lekcje w podróży – o zagrodach edukacyjnych

Mówi się, że podróże kształcą. Ale czy zawsze? Lepiej byłoby chyba powiedzieć, że kształcą mądre podróże. Mądre, czyli takie, podczas których uważnie doświadczamy świata – przyglądamy się przyrodzie, zabytkom i codzienności, smakujemy potrawy, słuchamy ludzkiego gwaru na miejscowym targu... Takie, podczas których nie pędzimy i nie skreślamy kolejnych „zaliczonych” miejsc z listy must see. Takie, podczas których mamy czas, żeby rozmawiać z ludźmi i zanurzać się w lokalność. Takie, które nas zmieniają.



Receptę na mądre podróżowanie przynosi ekoturystyka. Eko-turyści i turystki poszukują autentyczności i odkrywają skarby dalszego i bliskiego im geograficznie świata, przemierzając nieoczywiste, mniej uczęszczane szlaki. Nie spieszą się. Interesuje ich jakość doświadczenia i harmonia – przyrody i człowieka, przyjezdnych i miejscowych.

Podróżowanie w rytmie slow bywa wyzwaniem. Przyzwyczajeni w codziennym życiu do mnóstwa bodźców, nieustannych i intensywnych aktywności oraz szybkiego tempa, potrzebujemy czasu, by nauczyć się odpoczynku, niespiesznego przebywania w danym miejscu, bycia w ciszy, spędzania dni bez nerwowego zaglądania w smartfon. W dwudziestym pierwszym wieku to nieoczywiste, a jednocześnie bardzo potrzebne umiejętności. Zatrzymanie i wyciszenie są przecież niezbędne, by zdecydować, w którym chcemy zmierzać kierunku – nie tylko w podróży, również w życiu.

Wędrując małopolskimi szlakami, możemy napotkać miejsca, które pomagają turystom doświadczać lokalnej rzeczywistości i uczyć się – o sobie, o innych, o świecie. Mowa o zagrodach edukacyjnych.



Zagrody edukacyjne to miejsca prowadzone przez mieszkańców wsi, na obszarach wiejskich, działające edukacyjnie przynajmniej w dwóch wybranych obszarach – uprawy roślin, hodowli zwierząt, przetwarzania produktów rolnych, ekologii lub rękodzieła i twórczości ludowej. Chodzi o to, żebyśmy mogli na własne oczy zobaczyć, jak wygląda życie na wsi, by dzieci dowiedziały się, skąd się bierze jedzenie (bo współcześnie najczęściej myślą, że ze sklepu), by poczuć, jak to jest wytworzyć coś własnymi rękami.


Jak to wygląda w praktyce? Przekonacie się na przykład w **Zagrodzie Ławeczki w Lanckoronie**. Urokliwy drewniano-murowany dom ze stodołą i pięknym wiejskim ogrodem jest enklawą spokoju i twórczości – oddzielony od świata lasem i rozległymi łąkami. W zagrodzie można doświadczyć wiejskiego życia, pomajsterkować, nauczyć się rzemiosła i rękodzieła lub po prostu odpocząć. W Zagrodzie Ławeczki odbywają się też spotkania muzyczne i literackie, plenery malarskie, dni otwarte dla rodzin pełne nauki i zabawy na świeżym powietrzu. Z oferty mogą skorzystać nie tylko turyści indywidualni, ale również szkoły i grupy zorganizowane. Ławeczki dbają też o rozwój samych nauczycieli, zapraszając na przeznaczone specjalnie dla nich szkolenia i warsztaty.

Poprzez działanie i doświadczenie człowiek uczy się z lekkością i dużo szybciej niż w dusznej szkolnej klasie... W taki sposób zdobyta wiedza zostaje też w nas na długo, tak samo jak dobre wspomnienia. Niektóre zagadnienia można poznawać niejako mimochodem. Jak łatwiej przekonać ludzi do idei zero waste – wygłaszając długi, poważny wykład czy zapraszając ich do pięknego i przytulnego domu pełnego przedmiotów, którym ktoś podarował drugie życie i często nowe funkcje?





Warto również odwiedzić **gospodarstwo edukacyjno-zielarskie „U Maciejowej”** – znajdziecie je niedaleko Zagrody Ławeczki, w **Jastrzębi**. Otoczone mozaiką pól i łąk specjalizuje się w propagowaniu ziół, zdrowego żywienia i lokalnej kuchni. Podobnie jak Ławeczki, gospodarstwo „U Maciejowej” zaprasza turystów indywidualnych oraz klasy i grupy zorganizowane, również ze szkół wyższych. Wiejskie życie, którego można doświadczyć „U Maciejowej” toczy się blisko przyrody, w rytmie wzrostu roślin, ich zbiorów i przetwarzania (nie tylko kulinarnie, w zagrodzie można się na przykład dowiedzieć, jak robić naturalne kosmetyki). Uczymy się tam korzystania z dóbr natury, ale również dbania o nią. To wspólny mianownik zagród edukacyjnych – sposób życia, który tam poznajemy, zaglądając do codzienności gospodarzy, opiera się na szacunku do Ziemi. Dlatego zagrody tak dobrze wpisują się w ekoturystykę, której kluczowym elementem jest troska o to, by podczas podróżowania jak najmniej szkodzić planecie.



Zagrody edukacyjne są przestrzenią prawdziwego spotkania z innymi, odpoczynku i ukojenia umysłu, a jednocześnie uczą nas codziennej troski o naturę i sprzyjających jej nawyków. Bardzo takich miejsc teraz potrzebujemy.

**Konieczn**ie zaplanujcie odwiedzin!



## 5. Smaki podróży

Zasmakować w podróżach po Małopolsce można na dobre – i to zupełnie dosłownie! Ważnym elementem krótszych i dłuższych wypraw jest przecież jedzenie. Nie zawsze trzeba zabierać prowiant ze sobą – na niektórych szlakach napotkamy miejsca, gdzie można kupić lokalne przysmaki i zjeść regionalne potrawy. Są nawet szlaki właśnie jedzeniu poświęcone.



Miłośnikom stawy, nie tylko duchowej, polecamy Małopolską Trasę Smakoszy i uzupełniająca ją szlak Wieś dla Smakoszy. Znajdziecie tam bardzo różne agroturystyki i lokale gastronomiczne, ale łączy je to, że znajdują się w pięknych krajobrazowo okolicach, współpracują z lokalnymi producentami żywności (lub korzystają bezpośrednio z własnych gospodarstw) oraz zachowują tradycję, przez co pokazują różnorodność kulturową Małopolski. I oczywiście to, że zjecie tam pyszności!

A jedząc, wiele się dowiedziecie – bo za przepisami stoją niejednokrotnie wielopokoleniowe tradycje, łączą się z nimi lokalne legendy oraz opowieści o zwyczajach i przekazywaniu najważniejszych receptur.

Dziś szczególnie polecamy Wam wyprawę w okolice Tarnowa.

Potraw wpisanych na listę produktów tradycyjnych w Sieci Małopolskiego Dziedzictwa Kulinarnego skosztujecie między innymi w **Schronisku Dobrych Myśli w Jamnej** i w położonej nieopodal **Chatce Włóczykija**. Jednym ze specjałów są tam dunajeckie otoczaki, czyli kotleciki z masy fasolowej z jajkiem albo pieczarkami, oraz żurek po chłopsku. Trudno sobie też odmówić placka gaździny. Ciasto zdobyło nawet uznanie Ewy Wachowicz, która prezentowała przepis w swoim programie telewizyjnym. Do tego piękne widoki, cisza i spokój, sprawiają, że z głów znikają wszystkie niepokojące myśli i zostają tylko te dobre...

Przemierzając **Pogórze Wiśnickie**, warto natomiast wstąpić do **Bacówki „Biały Jeleń” w Iwkowej**. Wędrowcy mogą się tam posilić pogórzańskimi pierogami lub plebańskim przysmakiem z koguta, a na dzieci czekają również warsztaty regionalnego gotowania (podczas których uczestniczą na przykład w pieczeniu podpłomyków). Sama miejscowość słynie też z suszoków iwkowskich, czyli suszonych owoców. Owoce suszy się przez kilka dni (śliwy i gruszki w całości, a jabłka pokrojone w plastry) w tradycyjnych suszarniach opalanych suchym drewnem liściastym, dzięki czemu owoce zyskują niepowtarzalny aromat i na długo zachowują smak. W Iwkowej co roku odbywa się Święto Suszonej Śliwki promujące te regionalne przysmaki.



Wyraźnie tu widać, jak tradycje kulinarne nierozdzielnie wiążą się z krajobrazem i mikroklimatem – ten w Iwkowej jest korzystny dla drzew owocowych. W okolicach Tarnowa spotkacie natomiast mnóstwo krzewów tarniny (stąd nawet nazwa miasta), nie zaskakuje więc, że właśnie tarnina pojawia się w lokalnym dziedzictwie kulinarnym. Najślodszy produktami z tarniny są herbata tarninówka oraz nalewka alkoholowa. W herbatkę możecie się zaopatrzyć na przykład w **Punkcie Informacji Turystycznej w Tarnowie**. Dodajmy, że tarnina jest jednym z najzdrowszych owoców dziko rosnących. Ma więcej witaminy C niż cytryna! Jest bardzo bogata w witaminę B i sole mineralne. Herbatkę „Tarninówkę” poleca się osobom łatwo przeziębającym się, wyczerpanym i pracującym umysłowo. Reguluje ona przemianę materii i pracę żołądka oraz oczyszcza organizm z toksyn.





Z doliną Dunajca mocno związana jest tradycja uprawiania innej rośliny – na pewno doskonale Wam znanej, czyli fasoli Piękny Jaś. Jest to jedyny region w Polsce, w którym na taką skalę wciąż uprawia się fasolę tyczną. Dzieje się tak, bo dobrym plonom sprzyja klimat i specyficzna gleba. „Jaś” z doliny Dunajca wyróżnia się dużymi, białymi nasionami i wysoką zawartością magnezu. Smakosze cenią jego słodki smak, a kucharze to, że dzięki cienkiej skórce krótko się gotuje. Miejscowości słynące z produkcji fasoli z doliny Dunajca to: **Czchów, Wojnicz, Wierzchosławice, Radłów, Wietrzychowice, Tarnów, Pleśna, Żabno, Gręboszów** oraz **Gródek nad Dunajcem**, a centrum marki jest **Zakliczyn**. To tam we wrześniu odbywa się tam coroczne Święto Fasoli, podczas którego można degustować fasolowe potrawy. A jest czego próbować! Okazuje się, że z fasoli można przygotować mnóstwo (często nieoczywistych) dań – kiełbasy, pasztety, krostki, ale też ciasta (i tort!), a nawet alkohol. Wódka fasolówka widnieje na liście produktów tradycyjnych, obok kilku innych fasolowych potraw.

Na koniec jeden z fasolowych przepisów, może spróbujecie przed wyjazdem na kulinarną wycieczkę?

## „Jaś” na słodko

0,5 kg fasoli, 2 łyżki masła, 2 łyżki cukru pudru, 2 łyżki miodu,  
2 łyżki kakao, orzechy, kokos

Fasolę namoczyć przez noc, a następnie ugotować w tej wodzie, w której się moczyła. Zmieszać w maszynce do mięsa lub zblendować, utrzeć na pulchną masę z masłem, cukrem, miodem i kakao. Z masy formować kuleczki wielkości orzecha i obtaczać w kokosie lub pokruszonych orzechach.

*Smacznego!*

## 6. Kraina winem i miodem płynąca – wycieczka w Dolinę Dunajca i Pogórze Ciężkowickie

Cisza i spokój, piękny krajobraz, w którym rytm wyznaczają rzędy winorośli układające się na pagórkach, kieliszek dobrego wina w dłoni... Brzmi jak idealny wypoczynek? Nie trzeba jechać do Toskanii, żeby tego doświadczyć – wystarczy wyruszyć na południe od Tarnowa!

Dolina Dunajca i okalające ją od wschodu łagodne wzniesienia Pogórza Ciężkowickiego rozpościerają się na tzw. wyspie termicznej, czyli w terenie o wyjątkowo korzystnych temperaturach. Do tego niewysokie pagórki o południowej lub południowo-zachodniej ekspozycji sprzyjają nasłonecznieniu. To doskonałe warunki do uprawiania winorośli i już od kilkunastu lat pojawia się tutaj coraz więcej winnic. Choć trzeba podkreślić, że nie są one w Małopolsce nowością – wracają po kilku wiekach przerwy, bo małopolska tradycja winiarska sięga nawet dziesiątego wieku. Dziś znowu rośnie w siłę.

Winnice to miejsca idealne na wyprawę nie tylko dla koneserów trunków – opowieści o winie w wyjątkowy sposób łączą historię, kulturę i przyrodę. Można tu mówić o lokalnej przeszłości – czasach, kiedy powstawały pierwsze przykasztorne winnice, a beczki z winem były ważnym towarem przewożnym międzynarodowymi szlakami handlowymi. Można sięgnąć do literatury i sztuki, gdzie od starożytności wino zajmuje ważne miejsce. Można rozmawiać o zmieniającym się klimacie, ekologicznej uprawie roślin, a nawet o geologii, bo na smak wina wpływa również podłoże, na którym posadzono winorośl. Trudno też opowiadać o winach bez pokazywania całej lokalnej społeczności – wytwórców serów, wędlin, miodów... Najpiękniejsze winne opowieści usłyszycie od właścicielek i właścicieli winnic, którzy z wielką pasją przybliżają innym nietatwą sztukę enologii.





Gdzie się wybrać? Jest naprawdę wiele wartych odwiedzenia miejsc. Jeśli trudno będzie się Wam zdecydować, doskonałą podpowiedzią będzie Małopolski Szlak Winnic i Sieć Dziedzictwo Kulinarne Małopolski oraz coroczne święta – Tuchovinifest, czyli Międzynarodowy Festiwal Wina w Tuchowie, Pleśnieński Bachus lub Pogórzańskie Święto Wina i Miodu w Gromniku (od razu widać, że wiele się w pogórzańskim winiarstwie dzieje!).

Na szlaku znajdziemy m.in. **Winnicę Zadora w Szczepanowicach** łączącą współczesność z historią – założoną bowiem w miejscu, gdzie Chrzęstowscy herbu Zadora, właściciele Szczepanowic, uprawiali winorośl już wieki temu; czy **Winnicę Janowice w Janowicach**, w której latem odbywają się koncerty muzyczne (jak widać połączeń wina i kultury jest wiele). To miejsca, z którymi trudno się żegnać – zielone, otoczone malowniczym krajobrazem, spokojne, po prostu sielskie...

Ciekawostką jest **Winnica Epigon w Rzuchowej** – to najmniejsza winnica w Polsce. Powstała, specjalnie po to, by pokazywać różne odmiany i sposoby upraw oraz degustować miejscowe wina w lokalizacji, która umożliwia dojazd autokarem (nie wszystkie winnice dają taką możliwość ze względu na swoje położenie). Ale jeśli o transporcie mowa, koniecznie trzeba wspomnieć, że powstała sieć szlaków rowerowych EnoVelo. Jak dotąd dostępna jest dopiero część planowanej trasy, ale już teraz można się wybrać na trzydniową wyprawę rowerową lub oczywiście krótszy, jednodniowy wypad (co ważne EnoVelo jest połączone z siecią małopolskich odcinków krajowych VeloDunajec, Wiślanej Trasy Rowerowej, VeloMetropolis i VeloRaba).

**Pogórze Ciężkowickie** jest też wspaniałym terenem do wędrówek pieszych – zachwyca zielenią, z której wyłaniają się gdzieniegdzie wieżyczki kościołów, koi spokojem i świeżym powietrzem oraz – co również ma znaczenie – jego trasy są łagodne i nie wymagają wyjątkowej kondycji.

Dodajmy do tego opisu Pogórze Ciężkowickiego jeszcze odrobinę słodyczy! W sąsiedztwie winnic znajdziecie wiele rodzinnych pasiek z kolorowymi ulami odcinającymi się od łąk i pól. Pszczołom również służy lokalny łagodny klimat i brak wielkich gospodarstw rolniczych, które mogłyby stosować pestycydy i inne środki chemiczne.

Miód – tak samo jak wino – towarzyszy człowiekowi od zawsze. Długa historia wspólnej relacji sprawia, że opowieści osób hodujących pszczoły są fascynujące i można ich słuchać godzinami... Do planu wycieczki warto więc dodać odwiedziny u lokalnych pszczelarzy. Przecież starożytne greckie Dionizje to święto, podczas którego raczono się właśnie miodem i winem – wycieczka do winnic i pasiek pasuje więc idealnie.



Gdzie warto zajrzeć? W **Zabłędzy**, niedaleko Tuchowa, mieści się **Pasieka Radwan** oraz Pasieka Ewy i Janusza Michałków. W obu spróbujecie m.in. miodu spadziowego. Co ciekawe w pasiece rodziny Radwanów do dziś stosuje się tradycyjne ule z żytniej słomy, młóconej cepami, ujętej w drewniane ramy.

Poszukując punktów łączących miód i wino, koniecznie trzeba odwiedzić **Piwnice Antoniego w Woli Lubeckiej**. Gospodarze prowadzą i pasiekę, i winnicę. Łączą również miód z trunkami – na bazie miodów z własnej pasieki sycą miody pitne i dodają miód do autorskich win.

Na wyciągnięcie ręki czeka na Was region, gdzie można cieszyć się życiem, pięknem otaczającego nas – tak bliskiego – świata i drobnymi przyjemnościami. Małopolska Toskania – kraina winem i miodem płynąca – czeka!

## 7. Poznawanie krajobrazu – czas na Jurę Krakowsko-Częstochowską

**Z krajobrazem jest trochę jak z oglądaniem dzieł sztuki.** To zresztą nie zaskakuje, skoro samo słowo powstało z zestawienia wyrazów: „kraj” i „obraz” (mamy więc obraz kraju). Spotkanie zaczyna się od ogólnego zachwyty lub zaintrygowania. Zauważamy kolorystykę, główne motywy i bohaterów dzieła. Dopiero po chwili dostrzegamy szczegóły, wyłaniają się stopniowo, zatrzymują uwagę, zachęcają, by podejść jak najbliżej płótna i dokładnie przyjrzeć się jego każdemu centymetrowi. Nie wszystko rozumiemy od razu, czasem trzeba dowiedzieć się więcej o kontekście, by odczytać metafory, ślady, relacje pomiędzy poszczególnymi elementami.



Ani dzieł sztuki, ani krajobrazu nie można oglądać w pośpiechu – za wiele się wtedy traci. Dlatego w galeriach sztuki przed słynnymi obrazami stoją wygodne kanapy i dlatego warto praktykować podróżowanie w rytmie slow. Dzięki niemu możemy dostrzec bogactwo i różnorodność otaczającego nas świata – we wszystkich jego odcieniach. Na czym slow podróżowanie polega? Pojawiło się jako rozwinięcie idei slow life. W życiu slow zamiast pośpiechu, nieustannego poszukiwania intensywności i pogoni za nowościami pojawia się prostota oraz cieszenie się i smakowanie każdej chwili i drobnych wydarzeń. Podobnie w podróżowaniu – egzotyczne wyprawy i weekendowe wypadki do odległych miast tracą na wartości, a zyskują spontaniczne mikrowyprawy, eksplorowanie tego, co za rogiem i podróżowanie z uważnością – na wszystkie doświadczenia i wrażenia, ale również na innych. Takie podejście przynosi wiele spokoju i pozwala na prawdziwy odpoczynek, co jest nam obecnie szalenie potrzebne, ale również służy otaczającemu nas światu. Podróżnicy i podróżniczki slow unikają samolotów, a najchętniej wędrują pieszo, przemieszczają się na rowerze lub płyną kajakiem. Wtedy najlepiej widać, wtedy najmniej zatruwamy środowisko. Wtedy mamy czas, by poznawać mieszkańców i znajdować te miejsca noclegowe i jedzenie, które są lokalne i autentyczne. Wtedy też mamy czas, by uważnie przyglądać się krajobrazowi.





Wyjątkowo piękny krajobraz – jak dzieła dawnych niderlandzkich mistrzów malarstwa – czeka na **Jurze Krakowsko-Częstochowskiej**. Z lotu ptaka (a może dziś powinniśmy mówić: z drona?) można zobaczyć zielen lasów, szarości i srebro wapiennych skał, intrygujące ruiny zamczysk. Bliższa eksploracja odkrywa wielką różnorodność przyrody, ślady historii i barwnych legend, współczesną obecność ludzi przemierzających szlaki turystyczne i pokonujących trasy wspinaczkowe.

Bogactwo przyrodnicze tego regionu jest tak wielkie, że trudno je opisać w paru zdaniach. Dość powiedzieć, że zobaczymy tam między innymi kilkudziesięciometrowe skalne ostańce z okresu jury, jaskinie, dolinki potoków, największy w Polsce obszar lotnych piasków, czyli **Pustynię Błędowską**. Takie ukształtowanie terenu sprawia, że znajdziemy na Jurze wiele rzadkich roślin, potrzebujących do życia zupełnie odmiennych warunków – na przykład w jednym miejscu rośliny stepowe, w innym – lubiące wilgoć. Wśród skał i jaskiń doskonale mają się nietoperze – żyje ich tutaj dziewiętnaście gatunków (a w całej Polsce dwadzieścia pięć).



Ale krajobraz to nie tylko natura, to również ślady życia i działalności człowieka. Jura jest miejscem, gdzie te ślady w bardzo harmonijny sposób wpisują się w przyrodę. Najlepszym przykładem są **Orle Gniazda**, czyli osadzone na wysokich skałach dawne strażnice i warownie. Było ich kilkanaście! Powstały w średniowieczu, część z polecenia króla Kazimierza Wielkiego, by chronić Kraków i granice całego państwa przed napadami sąsiadów. Niektóre świetnie się zachowały, a z wielu z nich pozostały malownicze i działające na wyobraźnię ruiny (nic dziwnego, że w jurajskiej scenerii robiono część zdjęć do serialu „Wiedźmin”). Każda z warowni kryje swoje sekrety – historie mieszkańców, podbojów, spisków... Każda jest warta odwiedzin.

Potężny zamek **Tenczyn w Rudnie** (co ciekawe wzniesiony na skałach pochodzenia wulkanicznego) został wybudowany już w XIV wieku, a później był dodatkowo rozbudowywany. Splądrowany przez Szwedów tylko na krótko zdołał wrócić do świetności. Dziś największą atrakcją jego ruin jest odrestaurowana wieża Nawojowa z widokową platformą na szczycie. Z wieżą tą wiąże się jedna z lokalnych legend – podobno podczas księżycowych nocy na wieży widać postać płaczącej kobiety stojącej w płomieniach, która znika, gdy zabiją dzwony w pobliskim klasztorze.

Mniejszy, ale nie mniej ciekawy, jest **zamek w Bydlinie**. Wzniesiony w XIV wieku został później zamieniony w kościół pw. św. Krzyża. Kościół splądrowali Szwedzi i choć go odbudowano, opuszczony około stu lat później popadł w ruinę. Niedaleko, na zboczu wzgórza, można znaleźć ślady okopów z I wojny światowej. Tak splatają się różne historie. O każdej z warowni można snuć wielowątkowe opowieści...

Przez najpiękniejsze zakątki  
Wyżyny Krakowsko-Częstochowskiej  
– jak geograficznie nazywa się Jura – wiedzie długodystansowy  
szlak pieszy, jest też szlak rowerowy – wszystko, czego trzeba,  
by w rytmie słow uczyć się zanurzać w krajobrazie.

Odbiór sztuki – i piękna w ogóle – to zawsze subiektywna sprawa – inne szczegóły przyciągają naszą uwagę, inne obrazy zachwycają nas od pierwszego spojrzenia. Sprawdźcie, co najbardziej spodoba Wam się na Jurze!



## 8. Marzenia wcielone w życie – o wyjątkowości Chełmka

**Górskie szlaki, drewniane kościółki zanurzone w krajobrazie, malownicze winnice, las pełen starych drzew i śpiewu ptaków... Czy planując urlop lub weekendowy wyjazd, wpisujecie na listę miejsc wartych odwiedzenia... miasto przemysłowe? Nie jest to oczywisty wybór, tymczasem może to być wspaniała ekoturystyczna przygoda!**



Ekoturystyka nie ogranicza się przecież do poznawania przyrody i wędrowania w naturze. Eko- oznacza też odkrywanie różnych wymiarów lokalności oraz uważne czytanie każdego rodzaju krajobrazu. Eko- oznacza ograniczanie śladu węglowego i poszukiwanie szans zrównoważonego rozwoju we wszystkich dziedzinach życia. Również, a nawet przede wszystkim, w miastach. Historia przynosi wiele ciekawych i dających do myślenia pomysłów, jak miasta projektować i jak te projekty wcielać w życie.

Pojawia się tu historia, bo turystyka postindustrialna – tak fachowo możemy nazwać eksplorowanie fabryk i terenów związanych z przemysłem – łączy wiele dziedzin, znajdują w niej coś dla siebie miłośnicy historii, architektury, socjologii (ta lista na pewno może być dłuższa).

Poznając interesujące dzielnice i ośrodki przemysłowe – najczęściej budowane w Polsce w latach dwudziestych i trzydziestych dwudziestego wieku – możemy wyobrazić sobie, jak rodziła się nowoczesność, a przede wszystkim poczuć obecną w tamtym czasie nadzieję, że uda się zmienić świat na lepsze i zainspirować się do poszukiwania pomysłów na dobre życie miast.



Wyjątkowym miejscem w tym kontekście – nie tylko w Małopolsce, ale w całym kraju – jest **Chełmek**, niewielkie przemysłowe miasto położone przy granicy Małopolski i Śląska. To tam powstała pierwsza w Polsce fabryka obuwia, i to nie byle jakiego – słynnej czeskiej firmy Bata (chyba każdy z nas miał kiedyś witrinę ich sklepu). Miasto urosło razem z fabryką – wcześniej Chełmek był niewielką wsią. Pojawienie się Tomasza i Jana Batów, genialnych czeskich przemysłowców i prawdziwych wizjonerów, zmieniło wszystko. Batowie postanowili stworzyć od podstaw miasto, które miało zapewniać idealne warunki do funkcjonowania przemysłu, ale jednocześnie w którym ludziom będzie się dobrze żyć. Rewolucyjny pomysł wcielił w życie.

Waldemar Rudyk, dyrektor **Miejskiego Ośrodka Kultury Sportu i Rekreacji w Chełmku**, mówi, że była to przemiana w iście amerykańskim stylu (biznesowe i technologiczne działania Henry'ego Forda były zresztą dla Batów inspiracją). W ciągu kilku lat, z galicyjskiej wioski Chełmek stał się – i materialnie, i mentalnie – nie tylko ośrodkiem przemysłowym, ale też wzorem nowego typu miasta-ogrodu, miasta przyszłości. To miał być idealny świat.

Pełną realizację planu udaremnił wybuch drugiej wojny światowej, ale wiele się udało. Powstały budynki zakładowe wprowadzające nowe technologie produkcji i sposoby zarządzania pracą, otoczona zielenią kolonia kilkunastu domów dla robotników o prostej formie i nowoczesnej funkcjonalności i imponująca willa dyrektora fabryki. Nowością w idealnym mieście była przestrzeń rekreacyjna – boiska, basen, strzelnica, skocznia narciarska i korty tenisowe (działają do dziś i mają jedną z najlepszych nawierzchni w Polsce!). W nowym, powstającym w Chełmku, świecie tenis był sportem dla wszystkich, również dla robotników (i tu może dużo dopowiedzieć socjologia).

Co dziś możemy obejrzeć? Warto odwiedzić zrewitalizowaną kolonię robotniczą – proste, ceglane domki są wyjątkowym przykładem batowskiej architektury i to jedyne tego typu osiedle w Polsce. Pojawia się w opracowaniach o modernistycznej architekturze. Jeśli chcecie wyobrazić sobie, jak wyglądało życie pierwszego dyrektora fabryki, Alojzego Gabesama, można zajrzeć do jego willi – zachowała się część wyposażenia. Pamiątki, zdjęcia, dokumenty, maszyny oraz urządzenia zostały zgromadzone w Domu Pamięci Baty i siedzibie ośrodka kultury.



Nie lada gratką dla miłośników techniki jest najstarszy i wciąż działający kocioł wodny, który można obejrzeć w kotłowni znajdującej się na terenie po dawnej fabryce. Sam zakład Baty po wojnie został przekształcony w Południowe Zakłady Przemysłu Skórzanego „Chełmek”, a po transformacji ustrojowej zakończył działalność (w 2003 r.).

Architektura Chełmka może wydawać się niepozorna. Waldemar Rudyk nazywa piękno tego miejsca „surowym pięknem” – to wspaniałe, jak wiele różnych rodzajów wybitnej architektury możemy zobaczyć w Małopolsce: perły architektury drewnianej, perły architektury renesansowej... Chełmek jest perłą architektury modernistycznej.



W wyjątkowe dni po Chełmku i okolicy niesie się charakterystyczny dźwięk zakładowego parowego bucza. Buczek wyznaczał rytm życia miasta, bo informował codziennie o początku i końcu pracy. Został odnowiony i przypomina o fabryce, jej słynnych założycielach, o wcielaniu w życie utopijnej idei.

Niewielkie miasto na skraju województwa kryje w sobie historię słynnych, działających z rozmachem na całym świecie przedsiębiorców, opowieść o materializacji ideałów i poszukiwaniu modelu miasta służącego ludziom. Wystarczy pojechać, rozejrzeć się uważnie, porozmawiać z mieszkańcami – sprawdźcie!

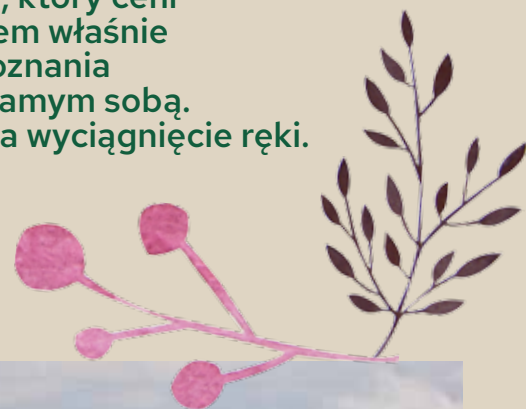
*Dziękuję Panu Waldemarowi Rudykowi za podzielenie się opowieścią o Chełmku.*



## 9. Iść z duchem czasu

– o wymarzonej przestrzeni do pieszych wędrówek

**Chodzenie to czynność zupełnie zwyczajna i niezwykła jednocześnie.** Nie wymaga żadnych szkoleń ani specjalistycznego sprzętu, potrzebna jest tylko pewna sprawność fizyczna. W naszej zabieganej codzienności staje się jednak czymś wyjątkowym – potrzebujemy więcej czasu niż przemieszczanie się samochodem lub choćby rowerem. Jest trochę na przekór światu, który ceni produktywność i szuka spektakularności. Tymczasem właśnie piesza wędrówka daje nam możliwość uważnego poznania otaczającej nas przestrzeni, spotkania z innymi i z samym sobą. Kiedy idziemy, nic nie oddziela nas od świata, jest na wyciągnięcie ręki.



Co powiecie na wyprawę w krainę pięknych krajobrazów, pełnej różnorodności przyrody, ciekawej kultury i niekiedy skomplikowanej historii (i jej śladów) oraz wspaniałych ludzi?

Do plecaka trzeba będzie spakować coś do picia i kanapki, bo może się zdarzyć, że trochę czasu minie, zanim dotrzemy do miejscowości i sklepu lub miejsca noclegu. Przyda się też coś na deszcz, bo wędrując pieszo, wszyskiego doświadczamy intensywnie, pogody również.

Co zobaczymy? Na pewno wiele, bo tempo pieszej wędrówki pozwala na uważność. Szlak poprowadzi przez piękny las, będziemy wędrować pod starymi drzewami, obok leżących zmurszałych pni, miękkiego zielonego mchu. Jeśli będziemy mieć szczęście, spotkamy zwierzęta, idąc pieszo możemy również uważnie wypatrywać ich śladów. Niewiele jest w Polsce terenów, gdzie przyroda jest tak dzika i ma tak wielką przestrzeń do dyspozycji. Ścieżka pobiegnie również przez rozległe łąki i zachwycające doliny, wczesnym latem pełne bodziszków, koniczyny, różowych firletek... Na łąkach mogą paść się konie, owce i kozy, pilnowane przez niepokojące się lekko ludzką obecnością psy.

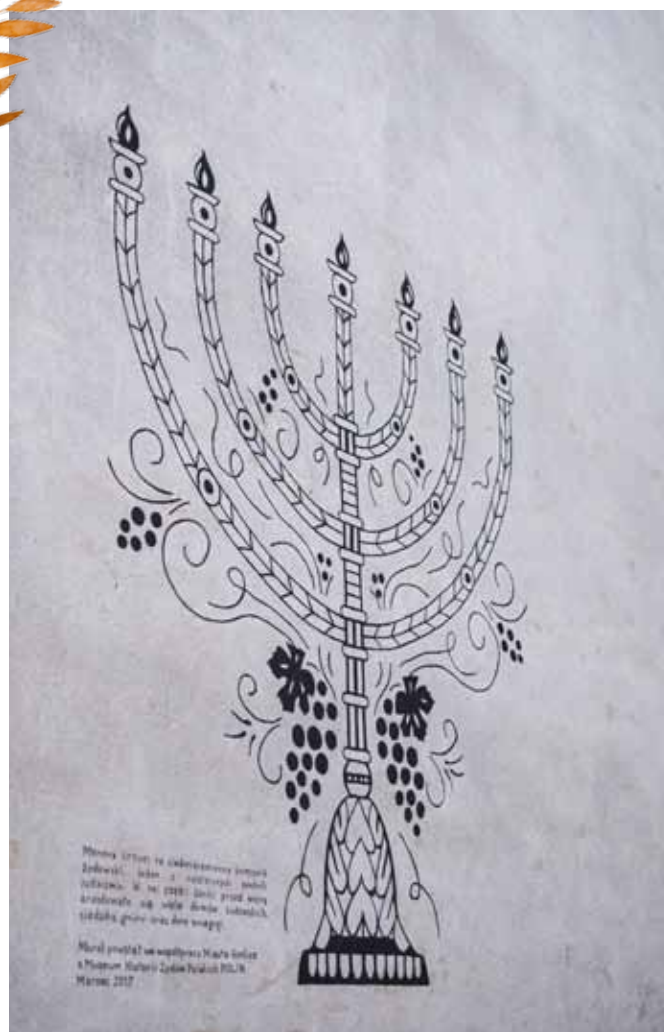


Wędrując w swoim rytmie po otwartej przestrzeni zostawiamy nasze codzienne zmartwienia i możemy zanurzyć się w krajobrazie. Dzięki temu zauważymy w nim więcej niż tylko pagórki, piękno nieba i rozsiane wśród zieleni niewielkie miejscowości... Zwrócą naszą uwagę otoczone wysokimi drzewami drewniane kościoły, ale też zwieńczone cebulastymi kopułkami cerkiewki, malowniczo wpisujące się w otoczenie. Do każdej warto zajrzeć. Nasze oko wyłowi też bardziej zagadkowe elementy – na przykład drzewa owocowe posadzone ludzką ręką, ale rosnące w terenie, gdzie nie widać domów. Nie ma ich dzisiaj, wytrwale owocujące jabłonie są jednak znakiem, że kiedyś toczyło się obok nich życie. Ich obecność zachęca do uważnego czytania krajobrazu – śladem historii może być też osamotniony krzyż stojący przy drodze lub kapliczka... Jeśli będziemy się rozglądać i bardzo uważnie patrzeć pod nogi, możemy zauważyć w trawie dawny próg domu lub cembrowinę studni. Co stało się z miejscowościami, do których kiedyś przynależały?

Niekiedy we wsi, a czasem zupełnie poza miejscowością, na szczycie góry w środku lasu, możemy zauważyć inny ślad niełatwej historii – cmentarze z okresu pierwszej wojny światowej. Każdy wygląda trochę inaczej, każdy został zaprojektowany z poszanowaniem pamięci wszystkich stron. Wiele można się tam nauczyć.

Wędrujemy dalej, z poczuciem wielkiego bogactwa natury i kultury świata, który nas otacza, ale to wciąż nie wszystko. Między domami miasteczek lub na zalesionych wzgórzach kryją się macewy, bo ślady kultury żydowskiej to kolejny wymiar przemierzanej przez nas przestrzeni.

I tak krajobraz napełnia się treścią, kawałeczek za kawałeczkiem, krok za krokiem. Trudno byłoby to wszystko zauważyć zza szyby, z dystansu, trudno byłoby zadawać sobie wszystkie te pytania, przemieszczając się szybciej. Brytyjski pisarz Robert Macfarlane powiedział, że „*Podążanie ścieżką jest jak lektura historii, którą pozostawili nam inni*”. Trudno czytać w pośpiechu...



Czy niczego nie pominiemy? Czy wszystko zrozumiemy? Pytajmy. Chodzenie pieszo jest wspaniałe również dlatego, że nie buduje dystansu i ułatwia rozmawianie, a mieszkańcy regionu, przez który wędrujemy są wspaniali – różnorodni, z różnymi historiami, z różnymi profesjami, otwarci i ciekawi innych. Nie ma tam też jeszcze tylu turystów, żeby byli nimi zmęczeni... Wystarczy powiedzieć „dzień dobry” do kogoś pracującego w ogrodzie, siedzącego przy domu, ekspedientki w sklepie i historie popłyną...

Tą wymarzoną dla pieszych wędrowek, wielokulturową, piękną przyrodniczo przestrzenią jest **Beskid Niski**. Czekają na was około dwie godziny drogi samochodem na południowy-wschód od Krakowa. Swoją wędrowkę możecie zacząć na przykład w **Gorlicach, Gładyszowie, Wysowej Zdroju**. Ślady kultury łemkowskiej znajdziecie też, wędrując przez wschodnią część sąsiadującego z nim **Beskidu Sądeckiego**.

**I na koniec jeszcze jedna bardzo ważna sprawa:**  
piesze wędrowki pozwalają nam poznawać świat w sposób  
jak najmniej inwazyjny, z szacunkiem dla mieszkańców  
oraz z troską o przyrodę – to dziś szczególnie istotne.  
Okazuje się, że pozornie mało nowoczesne piesze podróżowanie  
to wybór osób, które idą z duchem czasu  
– bo czas na ekoturystykę.





# 10. Nie zostawiaj śladu – na wakacjach i na co dzień

## Rozmowa z Janem Krzeptowskim-Sabałą, przewodnikiem tatrzańskim i edukatorem

*- Czy wędrowanie „bez śladu” jest w ogóle możliwe?*

Jan Krzeptowski-Sabała: Myślę, że leave no trace (z ang. nie zostawiaj śladu, koncepcja zminimalizowania wpływu człowieka na środowisko naturalne, szczególnie podczas biwakowania i wędrówek) to niedościgniony ideał, tak jak zero waste. Nie chodzi o to, żeby rzeczywiście od razu osiągnąć taki poziom i wyzerować nasz wpływ na środowisko, tylko, żeby starać się go zmniejszyć. Jeśli zmniejszymy go o 30% czy o połowę, to już będzie wielki sukces.

*- Od czego zacząć?*

Nie da się ograniczać naszego wpływu na naturę, nie będąc świadomym pewnych rzeczy. Nawet jeśli mamy dobre chęci, a brakuje nam wiedzy, po prostu nie będziemy się odpowiednio zachowywać.

*Zastanówmy się w takim razie, co powinniśmy wiedzieć?*

Przede wszystkim trzeba zdać sobie sprawę, że oddziałujemy na dziką przyrodę na kilka sposobów – wprost, na przykład schodząc ze szlaku i wydeptując rośliny, ale też z dużo większej odległości – hałasem, zapachem, poruszaniem się w takich porach dnia czy roku, kiedy zwierzęta są bardziej wrażliwe. To nie jest łatwo widoczny wpływ, np. nie zobaczymy, że spłoszyliśmy zwierzę, bo ono może być w pewnej odległości od nas. To jest dla mnie równie ważne, a może nawet ważniejsze, niż choćby pozostawianie śmieci na szlaku.

*- Jak ograniczyć ten mniej widoczny a ważny wpływ?*

Najważniejsza zasada jest taka, żeby trzymać się tych miejsc, które są wyznaczone dla turystów. Mamy szlaki rowerowe, piesze, punkty widokowe. Jest cała infrastruktura, która pozwala wejść w teren, coś zobaczyć. Ona też zwiększa bezpieczeństwo, bo są barierki, łańcuchy, różne rozwiązania w zależności od terenu. Trzeba mieć świadomość, że rolą tej infrastruktury jest też skupienie ruchu turystycznego, żeby te tysiące osób, nie wędrowało każda swoją ścieżką, nie rozdeptały całego terenu, nie spłoszyły wszystkich zwierząt w okolicy.

To ważne, żebyśmy byli skoncentrowani w wytyczonych miejscach, bo tak naprawdę korzystamy z tej samej przestrzeni, co zwierzęta. Nieważne, czy jesteśmy w Tatrach, w Beskidach czy nad Biebrzą. Chodzi o to, żeby zostawić trochę przestrzeni, żeby zwierzęta mogły spokojnie żerować, migrować, polować. To się nie wydarzy, jeśli my będziemy wszędzie.



### **- Czyli nigdy nie schodzimy ze szlaków?**

To, że chodzimy po szlaku, oznacza dosłownie, że chodzimy po szlaku – nie w jego sąsiedztwie... To jest konkretna ścieżka, szeroka na metr, dwa, czasami szersza droga z jakimś odwodnieniem, z oznakowaniem. I to wszystko zabezpiecza roślinność dookoła. Nasz wpływ to rozdrapywanie wierzchniej warstwy w lesie lub na łące i odślanianie gleby. Wtedy zaczyna się erozja, działa woda wiatr, silny mróz – różne naturalne procesy, które niszczą ten teren.

### **- Nasza wygoda nie jest najważniejsza...**

Ludzie czasami odchodzą gdzieś w bok, żeby zrobić zdjęcie, chcą ominąć błoto, nie chcą iść po kamieniach, szczególnie kiedy są zmęczeni pod koniec wycieczki. Jeden turysta oczywiście nie jest problemem, ale ludzie przybywa, w szczycie sezonu w niektórych miejscach mamy masowy ruch, więc ten niewielki pojedynczy wpływ trzeba pomnożyć razy 1000 albo nawet 10000. To ważne, żeby nie myśleć o danym zachowaniu tylko w swoim kontekście, ale w kontekście dużej grupy ludzi.

### **- Na co jeszcze powinniśmy zwrócić uwagę?**

Następna sprawa to kwestia naszego stosunku do dzikich zwierząt. Nie możemy ich traktować jak zwierząt w zoo, zwierząt domowych, bo one funkcjonują inaczej. Nie potrzebują naszego jedzenia, doskonale sobie radzą. Dokarmiając je, powodujemy niekorzystne zmiany – zwierzęta tracą naturalny lęk przed człowiekiem. Zamiast szukać jedzenia w lesie, schodzą w sąsiedztwo szlaków, blisko budynków. Pytanie, czy to wciąż są dzikie zwierzęta? Poza tym to może być niebezpieczne dla nas – jeśli oswoimy lisa, to może mniejszy problem, ale jeśli oswoimy niedźwiedzia...

Najlepiej jest kiedy zwierzęta mają jak najmniejszy kontakt z człowiekiem, kiedy jak najmniej wtrącamy się do ich świata.



### **- To ma też znaczenie przy robieniu zdjęć.**

Tak, bo chcemy zrobić portrety, a bez teleobiektywu, lornetki, lunety nie da się bezpiecznie podglądać zwierząt. Więc z jednej strony nie trzeba pomagać, ale też nie można płoszyć zwierząt podczas obserwacji. To one są u siebie. Miejmy też świadomość, że one żyją w innym rytmie rocznym i dobowym niż my. Dla nich noc to czas dużej aktywności, a dzień – odpoczynku. Jeśli będziemy biwakować w niedozwolonych miejscach, chodzić na wycieczki na wschód słońca, na zachód słońca, na nocne eskapady, to wtedy 24 godziny korzystamy z danego terenu, więc pytanie, kiedy zwierzęta mają z niego korzystać?



### **- Kolejna sprawa?**

Śmieci. To ogólnopolski problem, nie tylko turystyki i nie tylko obszarów chronionych, na pewno brakuje nam jeszcze kultury ekologicznej, żebyśmy starali się na większą skalę zmniejszać ilość śmieci, którą produkujemy. Dobrze jest segregować, wspierać recykling. No i rzeczywiście nic po sobie nie zostawiać.

### **- Czasami ludzie się dziwią, że w parku Narodowym nie ma koszy na śmieci.**

Myślę, że dużo większym problemem jest to, że ludzie ignorują pewne rodzaje śmieci. To znaczy uważają, że niektóre rzeczy mogą zostawić, bo one nie szkodzą. To dotyczy na przykład resztek jedzenia, ogryzków, skórek po bananach... Ludzie sądzą, że takie odpadki się szybko rozłożą i świadomie je zostawiają. Tymczasem rozkład zajmuje miesiące czy lata, a poza tym resztki pachną i przyciągają dzięki zwierzęta. To jest nieświadome dokarmianie. I tu też mamy problem skali. Jeden ogryzek nie jest tragedią, ale jeśli mamy miejsce, gdzie zatrzymują się turyści przy popularnym szlaku, to wokół powstaje śmietnik z resztkami. Niektóre zwierzęta mają bardzo dobry węch i wyczują go z setek metrów, kilometra, a jak już się przyzwyczają, to potem szukanie śmieci staje się nawykiem. Zwierzęta „idą na łatwiznę”, starają się zdobyć pożywienie jak najmniejszym kosztem energetycznym. Ale to im szkodzi. Bardzo często to nie jest jedzenie, które powinny jeść. Powoduje też utratę naturalnego lęku przed człowiekiem.

### **- Wszystkie ogryzki i naturalne odpadki zabieramy ze sobą.**

Druga sprawa to drobne śmieci, np. niedopałki papierosów. Są szkodliwe, bo też się długo rozkładają i mamy miejsca przy szlakach, gdzie jest ich sporo. W niedopałku jest nikotyna, która jest naturalnym środkiem owadobójczym, więc jeśli deszcz ją wypłucze, szczególnie w miejscu, gdzie petów jest dużo, to zanieczyszcza wiele litrów wody lub gleby i zabija mikroorganizmy.

Mały śmieć może być dużym problemem, więc tu zasada powinna być jedna, żeby dosłownie nic po sobie nie zostawiać i też starać się nie gubić, bo część śmieci ludzie gubią.

### - Co poza tym?

Kolejna historia to ogień – kuchenki turystyczne, ogniska, pochodnie... To daje fajny klimat i oczywiście używane bezpiecznie nie jest zagrożeniem, natomiast używane lekkomyślnie może być zagrożeniem ogromnym. W Polsce w wielu obszarach leśnych mamy problem z zagrożeniem pożarowym. Bardzo przesyca ściółka lasu, głównie w lasach sosnowych i świerkowych. Ogień potrafi tam zniszczyć duże obszary, jeśli go nie upilnujemy. To jest też kwestia bezpieczeństwa innych ludzi.



### - Z ogniem wiąże się biwakowanie.

Tu jest podobna historia do chodzenia po szlakach. Pola biwakowe koncentrują ludzi i zwierzęta wiedzą, że my tam jesteśmy. Mają swoje ścieżki, które omijają takie miejsca. Natomiast jeśli będziemy biwakować w rozproszeniu, na pewno stres zwierząt będzie dużo większy.

Starajmy się wybierać miejsca, gdzie teren jest przygotowany do biwakowania, a jeśli to jest w lesie, wybierzmy miejsce, gdzie jest mniej roślinności. Można też czasami namiot zastąpić hamakiem, to bardzo zmniejsza wpływ na podłoże.

No i z tymi naszymi wszystkimi aktywnościami, wędrówkami, biwakowaniem jest związana kwestia toalety.

### - Temat pomijany...

Najlepiej skorzystać z toalety w schronisku lub gdzieś przy parkingu, z tych miejsc fekalia są zabierane albo oczyszczane i to bardzo zmniejsza nasz wpływ na środowisko, ale nie zawsze jest taka możliwość.

Co jeśli jesteśmy w terenie bez takiej infrastruktury?

To jest wiedza, której strasznie w Polsce brakuje, nawet wśród ludzi sporo czasu spędzających w lesie. Jak zrobić kupę w terenie?

Najczęściej ludzie szukają miejsca, gdzie nie będzie ich widać, załatwiają się i przyrzucają to jakimś liśćmi i już. Zostawiają do tego papier toaletowy, chusteczki nawilżane. Efekt jest taki, że potem to tylko pachnie, szczególnie kiedy jest ciepło. Potem woda to wszystko spłukuje i w ten sposób możemy łatwo zanieczyścić źródło wody, strumień, zbiornik wodny.

### **- Jak powinniśmy się zachować?**

Najważniejszą zasadą jest taka, że kupę trzeba zakopać. Nie musimy mieć łopaty albo saperki jakiejś, chociaż ja akurat taką małą mam, ale w lesie znajdziemy patyk albo kamień. Rozgrzebujemy ściółkę i warstwę mineralną gleby, do dołka się załatwiamy, tam dajemy papier toaletowy i wszystko zasypujemy. Wtedy nasze odchody mają kontakt z glebowym mikrokosmosem i rozkład będzie następować szybko. Miejsce powinno być oddalone o kilkadziesiąt metrów od najbliższej wody, ale też trochę oddalone od szlaków turystycznych.

Bywają takie sytuacje, gdzie gleby nie ma, np w jaskiniach. Wtedy nie ma innego wyjścia, tylko trzeba wynieść nasze odchody. Służą do tego specjalistyczne worki toaletowe.

### **O czym jeszcze warto wspomnieć?**

Zasady leave no trace mówią też o tym, żeby szanować innych użytkowników terenu. Czyli przede wszystkim nie hałasuj, nie zostawiam po sobie żadnych śladów, nie zmieniam miejsc, które odwiedzam, bo inni też chcą się nimi cieszyć.

Jeśli ktoś robi coś złego, zwracajmy uwagę, bo nigdy nie rozwiążemy pewnych problemów, jeśli będziemy przemykać na nie oczy. Dopiero kiedy ludzie poczną, że pewne negatywne zachowania nie są akceptowalne, zmieniają się. Poza tym wiele osób robi różne rzeczy nieświadomie, po prostu nie wiedząc albo nie rozumiejąc zasad. Warto wytłumaczyć, bo nie chodzi o to, żeby ludzi straszyć mandatami, tylko mówić o konsekwencjach danego zachowania dla otaczającego nas świata.

**- To ważne, żeby mieć świadomość, że te zasady zostały sformułowane z myślą o przyrodzie, a nie po to, żeby nam utrudniać życie.**

Niektóre rzeczy na pierwszy rzut oka nie są oczywiste, jeśli nie mamy wiedzy przyrodniczej. Ludzie się czasami dziwią, dlaczego u nas w Tatrach jest wiele tak ścisłych przepisów, które w innych parkach nie obowiązują – może dlatego, że u nas są niedźwiedzie? Jest pewna lokalna specyfika i to też jest ważne, żeby wybierając się w dane miejsce, poznać lokalne zasady, one nie są uniwersalne.

Poza tym są różne formy ochrony przyrody, to w ogóle nie musi być teren chroniony, przecież przyroda jest wszędzie i wszędzie pewne zasady obowiązują np. te, które wynikają z leśnych przepisów.



**- Tu się pojawia ważny temat wychodzenia z psem do lasu.**

Nad tym też musimy popracować jako społeczeństwo. Pies jest najlepszym przyjacielem człowieka, ale nie jest przyjacielem dzikiej przyrody. Jest drapieżnikiem, który ma swój instynkt, może już czasem nie potrafić polować, ale ma zapach drapieżnika. Dzikie zwierzęta reagują na psa tak jak na inne drapieżne gatunki – jego obecność oznacza dla nich stres i ucieczkę. Jeśli bierzemy psa na wycieczkę, w miejsce, gdzie wolno go zabrać, zawsze powinien być na uwięzi. Dzikie zwierzęta wycofują się z terenów, gdzie biegają psy, a często też cierpią i giną. To nie musi być taka sytuacja, że pies zagryza sarnę, ale powoduje, że to zwierzę nie może odpocząć nie może żerować. A są okresy, kiedy zwierzęta są wyczerpane, np. wczesna wiosna. Pies nie jest wyczerpany, bo mieszka w ciepłym domu i ma jedzenie... On chce się pobawić, sarna może tego nie przeżyć. Przypadki drapieżnictwa też się zdarzają, nawet w Tatrach mieliśmy taką sytuację. Piesek, którego ktoś nie upilnował, zagryzł świstaka.

**- Chodzi też o bezpieczeństwo ludzi...**

Tak, myślimy o innych użytkownikach terenu – mogą się bać, pies może im zrobić krzywdę. Uszanujmy zakazy, jeśli gdzieś nie wolno brać psa, nie róbmy tego. Tu mamy przykład tatrzański. Spotkanie z niedźwiedziem, kiedy jest się z psem, to bardzo niebezpieczna sytuacja, bo niedźwiedź czuje się dużo bardziej zagrożony, niż kiedy spotyka samego człowieka.

Jeśli ktoś szuka uzasadnienia dla tych zasad, warto poszukać w internecie. W polskiej literaturze nie zawsze jest dużo, ale jeśli się wpisze angielską frazę „dog impact wildlife” to mamy setki artykułów naukowych z całego świata. To zostało zbadane, że w tych terenach, gdzie psy są wprowadzane luzem, aktywność dzikich zwierząt jest dużo mniejsza.

**- Te zasady początkowo mogą się wydawać uciążliwe, ale z czasem staną się nawykiem.**

Myślę też, że o takich rzeczach trzeba myśleć na co dzień, bo my w górach, w lesie spędzamy kilka, kilkanaście dni, kilkadziesiąt dni w roku szczęśliwcy. A resztę czasu spędzamy w domu, w pracy, gdzieś w podróży. To nie powinno być tak, że nagle, kiedy jedziemy do Parku Narodowego, stajemy się na kilka dni bardziej ekologiczni, to powinno być nawykiem na co dzień. Wtedy możemy się przysłużyć nie tylko konkretnemu miejscu, ale w ogóle Matce Ziemi.

I na samo wędrowanie trzeba patrzeć szerzej, bo nasz wpływ jest nie tylko bezpośredni, kiedy jesteśmy już w terenie. Musimy się tam jakoś dostać, musimy gdzieś nocować... Starajmy się korzystać z transportu zbiorowego albo przynajmniej jechać samochodem w kilka osób. Warto wybierać kwatery, które zwracają dużą uwagę na ekologię, mają ekologiczne źródło ciepła, oszczędzają wodę. Swoimi wyborami pewne rzeczy wspieramy.



Wiele informacji o tym, jak podróżować mądrze i minimalizować wpływ naszej obecności na przyrodę znajdziecie na profilach Tatrzańskiego Parku Narodowego na Facebooku i YouTube: <https://tpn.pl>



fot. Michał Korta

## O AUTORCE

Magdalena Petryna – redaktorka i przewodniczka beskidzka, promotorka lokalnej i świadomej turystyki, edukatorka przyrodnicza. Jest m.in. autorką publikacji „Szlak dobrych praktyk przyrodniczych” wydanej przez Magurski Park Narodowy.

<http://wilczylas.pl>

MAŁOPOLSKA  
**w rytmie** *eko*

Projekt pt. „Małopolska Ekoturystyka – zrównoważony rozwój turystyczny regionu” jest realizowany przez Fundusz Partnerstwa jako część Programu EkoMałopolska. Jego celem jest promocja regionu w sposób zrównoważony, odpowiedzialny i jak najmniej inwazyjny dla środowiska naturalnego oraz zakładający autentyczne zainteresowanie jego bogactwem i dziedzictwem.

**Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.**



**MAŁOPOLSKA**

[www.visitmalopolska.pl](http://www.visitmalopolska.pl)

Wydawca: Fundusz Partnerstwa, Kraków 2021



Fundusz  
**Partnerstwa**

## **Kontakt**

### **Fundusz Partnerstwa**

os. Teatralne 5/13  
31-945 Kraków



[fb.com/Fundusz.Partnerstwa](https://fb.com/Fundusz.Partnerstwa)  
[www.funduszpartnerstwa.pl](http://www.funduszpartnerstwa.pl)