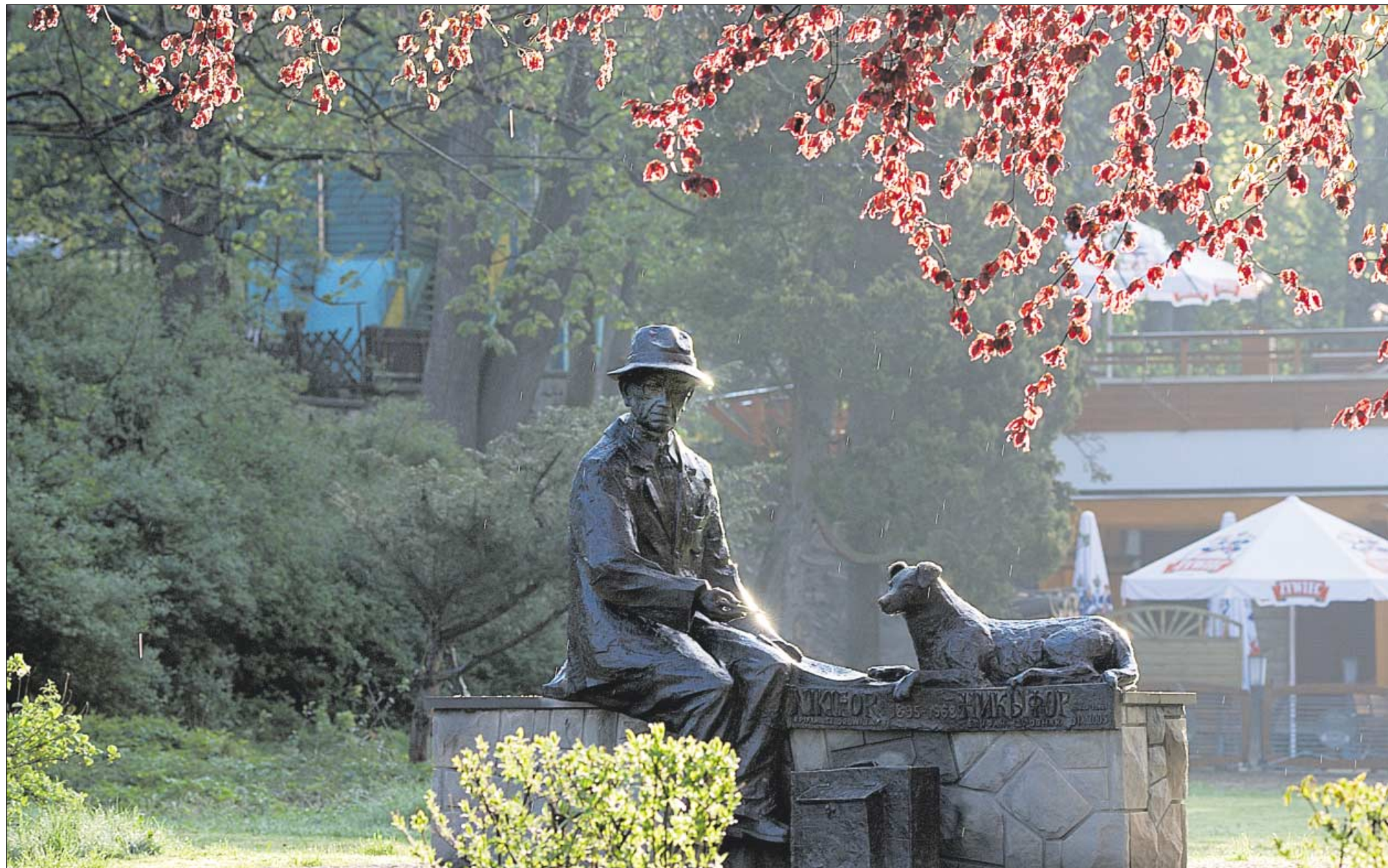


Uzdrowiska małopolskie

Dodatek specjalny



Beskidy wodami słynące

MAŁOPOLSKA | W górskich kurortach można nie tylko się leczyć, ale także uprawiać sport i korzystać z atrakcji kulturalnych

Na stokach Beskidu Sądeckiego biją setki źródeł wód mineralnych. W kotlinach między Krynica, Piwniczną i Muszyną – zwłaszcza w dolinie Popradu – na lecznicze szczawy natrafic można w każdym niemal strumyku, a nawet w wiejskiej studni.

Większość owych źródeł była i jest bezimienna, ale niektóre z nich cieszą się sławą na całym świecie. Zuber odkryty przed stu laty w Krynicy-Zdroju przez profesora Uniwersytetu Lwowskiego Rudolfa Zuberę wciąż uchodzi za najsilniejsze źródło lecznicze w Europie. O uzdrawiających właściwościach jego wody przekonują się wciąż nowe pokolenia kuracjuszy cierpiących na żołądek i choroby układu pokarmowego. W tych dolegliwościach pomocne są także wody ze źródeł Mieczysław i Slotwinka; to ostatnie bije w podobnym do chińskiej altanki najstarszym, z 1806 r., budynku w Krynicy.

Gdy idzie o zatoki, gardło, leczenie alergii i astmy, dobroczynne działanie mają z kolei inhalacje z wody z 12 źródeł – z Magdaleną i Walerią w Szczawnicy-Zdroju na czele. W kurowaniu dzieci zagrożonych chorobami układu oddechowego specjalizuje się od ponad 150 lat Rabka, znana z cennych solanek jodowo-bromowych.

Reumatyzm wszelkiego rodzaju najlepiej leczyć wodami siarczkowymi ze źródeł Główny i Napoleon w krakowskich Swoszowicach. Ich wody pod względem zawartości siarki klasyfikowane są na czwartym miejscu w Europie. Podobnie cenna, choć nie tak znana, jest woda siarczkowo-wodorowa ze źródeł w najmniejszym – z jednym sanatorium na 60 osób – polskim uzdrowisku Wapienne w gminie Sękowa. Jako pierwsi leczyli się tutaj po odwróceniu z Rosji żołnierze Wielkiej Armii Napoleona. Nie z reumatyzmu wprawdzie, raczej odmrożeń, lecz z francji, czyli syfilisu.

Życiodajne szczawy

Nie ma chyba dolegliwości, jakiej nie można byłoby z dobrym skutkiem leczyć wodą z któregoś ze źródeł Małopolski czy Beskidu Niskiego. W tym regionie kraju, zwanym przez przyrodników karpacką prowincją wód mineralnych, znajduje się 60 proc. zasobów wód leczniczych w Polsce.

Beskidzkie źródła wód siarczkowych, solankowych, a przede wszystkim najliczniejszych tu szczaw – wód naturalnie gazowanych, z wolnym dwutlenkiem węgla, dzięki czemu zawierają one rozpuszczone związki życiodajnych pierwiastków, m. in magnezu, wapnia, jodu, bromu, żelaza, litu

i seleniu – doceniano od stuleci. Opisywał je w swych „Cieplicach” nadworny lekarz Stefana Batoro Wojciech Oczko i, w dziele „O ziemiorództwie Karpatów”, Stanisław Staszic.

Najwięcej jednak karpackie kurorty zawdzięczają Józefowi Dietlowi, profesorowi i rektorowi Uniwersytetu Jagiellońskiego – nazywanemu ojcem polskiej balneologii – który w połowie XIX w. niestrudzenie badał lecznicze źródła w górskich wsiach i przekonywał o ich walorach lekarzy, pacjentów i przedsiębiorców. To właśnie dzięki niemu powstało najsławniejsze uzdrowisko beskidzkie – Krynica-Zdrój.

Już pod koniec XIX wieku kurort nad Krynicańką był modnym miejscem spotkań polskich elit – kurowali się tu: Matejko, Grottger, Sienkiewicz i Krąszewski, a w okresie międzywojennym m. in. Solski, Reymont, Tuwim, Gałczyński i Kiepura, który wybudował w pobliżu parku zdrojowego własną modernistyczną willę, słynną Patrię. Tradycja takich spotkań nie tylko trwa, ale też zyskuje nowoczesne organizacyjne ramy. Europejski Festiwal Opery i Operetki im. Jana Kiepury ściągają co roku u schyłku lata do Krynicy ok. 1000 wykonawców i 20 tys. widzów. Doroczne Forum Ekonomiczne to największe w Europie Środkowo-Wschodniej spotkanie polityków, ekonomistów i przedsiębiorców.

Z Krynicańką nie bez powodzenia współzawodniczy o względy kuracjuszy założona w połowie XIX w. przez Józefa Szalaya u stóp Pienin Szczawnica, nazywana królową polskich wód. Wśród dzieci i ich rodziców nadal nie ma konkurencji Rabka. Swoich wiernych zwolenników mają Piwniczna, Wysowa w gminie Uście Gorlickie, Muszyna, Swoszowice – dziś dzielnica Krakowa, jeden z niewielu europejskich kurortów w granicach wielkiego miasta.

Zdrowo i przyjemnie

W oczach wyznawców nowoczesnej medycyny – którzy wierzą, że terapia genowa, przeszczepy, technika medyczna oraz coraz silniejsze i doskonalsze leki wywołają ludzkość od chorób – leczenie w uzdrowiskach z ich wodami, borowinami, uzdrawiającym klimatem i pobudzającym zmysły górskim krajobrazem to przeżytek. Jednak zwolennicy kurortów mają za sobą nie tylko tradycję, ale i naukowe argumenty. Otóż w nowoczesnych społeczeństwach zwiększa się stale odsetek osób cierpiących na choroby przewlekłe – miażdżycę, cukrzycę, patologiczną otyłość, skutki urazów w wypadkach komunikacyjnych.

Są dowody, że właśnie w uzdrowiskach leczenie schorzeń cywilizacyjnych jest najefektywniejsze, a jego wy-

niki – najtrwalsze. W dodatku, w przeciwieństwie do terapii oferowanych przez współczesną medycynę – jest to kuracja o wiele atrakcyjniejsza.

Większość uzdrowisk oprócz tradycyjnego leczenia sanatoryjnego – w którym zresztą stosuje się coraz nowocześniejsze metody – rozszerzyła swą ofertę o zabiegi odnowy biologicznej, spa i wellness, przeznaczone dla wszystkich, którzy chcą poprawić kondycję i samopoczucie. Triumfy świętej turystyki uzdrowiskowej, czyli wypoczynku połączony z zabiegami leczniczymi, zwiedzaniem, sportem i uczestnictwem w festiwalach, koncertach i najrozmaitszych innych imprezach kulturalnych i rozrywkowych.

Zimą do małopolskich uzdrowisk ściągają np. tłumy narciarzy. Krynica od czasu wybudowania kolejki gondolowej i kompleksu wyciągów krzeselkowych na Jaworzynie Krynickiej to jedna z najnowocześniejszych stacji narciarskich w kraju. Muszyna tworzy wraz z Wierchomlą, z którą połączona jest wyciągiem przez grzbiet Pustej, jedyny w kraju ośrodek narciarski obejmujący dwie odrębne górskie doliny. Nawet w Alpach miejscowości, w których zaraz po nartach można wziąć leczniczą kąpiel w wodzie mineralnej lub zanurzyć się w borowinie, można policzyć na palcach jednej ręki.

—ges

Dla aktywnych i spragnionych relaksu



MATERIAŁY PRASOWE

Sławę Krynica-Zdrój zawdzięcza znakomitym wodom leczniczym. Zuber, Jan, Zdrój Główny, Tadeusz, Słotwinka, Mieczysław to znaki rozpoznawcze perły polskich uzdrowisk. Jednak dziś Krynica to także prężnie rozwijające się centrum sportów zimowych, turystyki, rekreacji, imprez kongresowych i kulturalnych.

Organizuje się tu ważne imprezy o zasięgu krajowym i międzynarodowym (np. Europejski Festiwal im. Jana Kiepury, Forum Ekonomiczne), seminaria naukowe, międzynarodowe spotkania ludzi kultury, sztuki, biznesu i polityki, plenery artystyczne, występy zespołów.

Kurort posiada bogatą bazę noclegową, której standard jest zróżnicowany, tak jak różne są

możliwości finansowe krynickich gości. Ma także wspaniałe tereny do spacerów i wycieczek, z których do najciekawszych należą tereny Góry Parkowej z dobrze urządzonego 60-hektarowym parkiem Zdrojowym. Jest tu m.in. tzw. źródło miłości, popularna Bocianówka, którego legenda wpisana jest już na stałe w uzdrowski krajobraz Krynicy-Zdroju.

Niepowtarzalna atmosfera, leczniczy klimat, piękno krajobrazu i stale rozbudowywana i unowocześniana infrastruktura okolicy turystyczna przyciąga liczne rzesze turystów. Miłośnicy białego szaleństwa pokochali doskonale przygotowane stoki narciarskie z najnowocześniejszą i najdłuższą kolejką gondolową na Jaworzynie oraz szere-

giem wyciągów narciarskich. Całość oferty uzupełniają wypożyczalnie sprzętu, szkółki narciarskie, ale przede wszystkim restauracje, karczmy i punkty gastronomiczne, które oferują specjalną kuchnię regionalną.

Niewątpliwą atrakcją Krynicy-Zdroju jest czynne prawie przez cały rok lodowisko w hali widowiskowo-sportowej obok kortów tenisowych i sankostady, gdzie latem czy zimą można jeździć na sankach. Co roku hotele, pensjonaty i ośrodki wypoczynkowe wzbogacają swoją ofertę o modne programy fitness, a bogate zaplecze zabiegowe zapewnia bezpieczną kurację pod okiem fachowców.

Walory Krynicy-Zdroju sprawiają, że każdy o każdej porze roku znajdzie coś dla siebie.

Najczystsze z czystych

W zachodniej części Beskidu Niskiego, pomiędzy dolinami rzek Ropy i Wisłoki położona jest gmina Sękowa. Uzdrowisko Wapienne leży w kotlinie, w sercu Grupy Magurskiej Beskidu Niskiego u stóp Magury Wątkowskiej, 14 km od Gorlic.

Wapienne ma korzystny, podgórski klimat sprzyjający wypoczynkowi i leczeniu. Czysta woda i powietrze sprawiają, że miejscowość ta należy do nielicznych już uzdrowisk spełniających zastrzeżone normy zanieczyszczeń.

Okolice Wapiennego to malownicze krajobrazy, nieskażone środowisko oraz bogactwo flory i fauny. Szczególnie ciekawy jest rezerwat skalny Kornuty znajdująca się niedaleko uzdrowiska.

Największym bogactwem Wapiennego są wody siarczkowe. Wody te wskazane są w leczeniu m.in. chorób układu ruchu, przewlekłych chorób zapalnych, niektórych chorób skóry, wybranych chorób układu nerwowego i zespołów bólowych oraz zaburzeń krążenia obwodowego o charakterze miażdżycowym.

W Wapiennem można poddać się zabiegom z borowiny, stosowanej w leczeniu chorób narządów ruchu i chorób kobiecych.

Uzdrowisko oferuje także zabiegi spa - między innymi usługi pielęgnacyjne dla skóry - błoto z Morza Martwego, zabiegi z zastosowaniem okładów borowinowych, zabiegi z zakresu hydroterapii. Ponadto

oferowane są światłolecznictwo, elektrolecznictwo, różnego rodzaju masaże wodne, kąpiele i okłady.

Do dyspozycji kuracjuszy jest kompleks basenowy na wolnym powietrzu z podgrzewaną wodą oraz zespół boisk sportowo-rekreacyjnych.

W pobliżu można też pojeździć konno w Stadninie Koni Huculskich w Gładyszowie.

Jest tu także co robić w zimowe dni. Na stokach Magury Małastowskiej w pobliżu schroniska znajduje się czteroosobowa kolej linowa (www.skiparkmagura.eu) z trasą zjazdową o długości 1400 m oraz nartostrada o długości ok. 3 km. Na nartach można zjeżdżać również po ładniejszych stokach w Małastowie i Sękowej.

Odnowa ciała i umysłu

Gmina Uście Gorlickie to jeden z najatrakcyjniejszych zakątków południowej Polski. Beskid Niski urzeka pięknym górskim krajobrazem, szumiącymi lasami, czystym powietrzem i wodą. Do tzw. akcji „Wisła” w 1947 r. tereny te były w większości zamieszkiwane przez Łemków, którzy do dzisiaj zachowali swą odrębność kulturową. Całość sprawia, że jest to idealne miejsce na wypocinek przez cały rok. To właśnie tutaj, u źródeł rzeki Ropa, u podnóża Ostrego Wierchu, tuż przy granicy ze Słowacją, znajduje się uzdrowisko Wysowa-Zdrój.

Pierwszy historyczny przekaz o wysowskich źródłach pochodzi z XVII w. Obecnie do Wysowej-Zdroju przyjeżdżają kuracjusze z całej Polski, zapewniając sobie możliwość korzystania ze zdrowego, łagodnego mikroklimatu i walorów wód mineralnych. Wszystkie to szczawy alkaliczne o wysokiej zawartości substancji mineralnych i pierwiastków śladowych. Większość z nich jest dostępna w Pijalni Wód Mineralnych w sercu uzdrowiska, w przepięknym, prawie stuletnim, parku Zdrojowym.

Uzdrowisko ma do zaoferowania całą gamę zabiegów, nie tylko leczniczych, lecz także z zakresu odnowy biologicznej. Świadczy się tutaj usługi z zakresu lecznictwa uzdrowskiego i rehabilitacji oraz wczasowo-wypoczynkowe na bazie Sanatorium Uzdrowskiego Białawna i Wysowa, sanatorium Glinik, Szpitala Uzdrowskiego Beskid oraz Zakładu Przyrodolecznicze-



MATERIAŁY PRASOWE



MATERIAŁY PRASOWE

go. Uzdrowisko specjalizuje się w leczeniu cukrzycy oraz prowadzi leczenie chorób: układu moczowego, układu pokarmowego, układu oddechowego, układu kostno-stawowego, mięśniowego oraz otyłości. Oferowane zabiegi to m.in.: balneoterapia, światłolecznictwo, ultrasonoterapia, elektroterapia, kinezyterapia, magnetoterapia.

W dbaniu o formę fizyczną pomogą nie tylko zabiegi lecznicze, lecz także urozmaicone możliwości aktywnego spędzenia czasu: górską turystyką pieszą, rowerową i konną, pływanie, narciarstwo. W tym urokliwym uzdrowisku można zapomnieć o codziennych troskach, zregenerować ciało i umysł, by w pełni i jak najdłużej korzystać z życia.



MATERIAŁY PRASOWE

Stowarzyszenie Gmin Uzdrowskich RP
ul. Czarny Potok 27/24,
33-380 Krynica-Zdrój
tel. 18 477 74 50, fax 18 477 74 51,
biuro@sgurp.pl, www.sgurp.pl



REKLAMA

0678877/A



PROGRAM
REGIONALNY
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



Małopolska



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ
ROZWOJU REGIONALNEGO

Publikacja współfinansowana przez Unię Europejską w ramach Małopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2007-2013

Polska brama na południe



Muszyna to malowniczy górski zakątek Małopolski. Ponad 700 lat historii, naturalne bogactwo lasów i wód mineralnych to atu-

ty tego miejsca. Niegdyś biskupie „państwo muszyńskie” stojące na straży granic, dzisiaj uzdrowisko i brama łącząca Polskę z krajami południowej Eu-

ropy – dzięki dogodnej infrastrukturze do sąsiedniej Słowacji można udać się pieszo, rowerem, samochodem lub pociągiem.

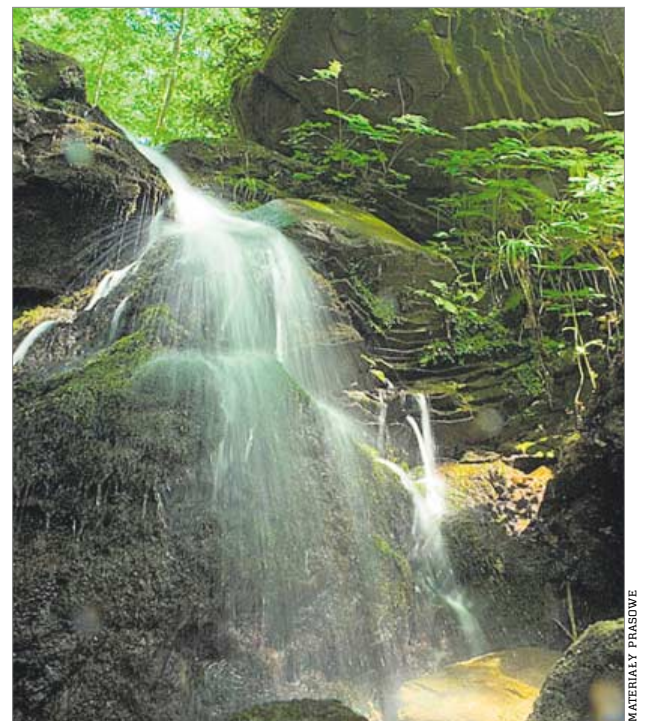
Do Muszyny warto przyjechać przede wszystkim po zdrowie i wypoczynek. W skład gminy wchodzi trzy uzdrowiska: Muszyna, Złockie i Żegiestów-Zdrój. Dobrze wyposażone sanatoria i ośrodki wypoczynkowe w profesjonalny sposób zajmują się odnową ciała i ducha. Tutaj w pijalniach oraz przy licznych ujęciach wód można za darmo delektować się wodami mineralnymi.

Turystom lubiącym aktywny wypoczynek Muszyna oferuje łagodne, urokliwie wytyczone szlaki piesze Beskidu Sądeckiego, możliwość przejazdów konnych zarówno bryczkami, jak i wierzchem, korty tenisowe, kryte baseny, miasteczko wodne, skatepark i boiska sportowe.

Zimą długo utrzymująca się pokrywa śnieżna oraz wyciągi, stacja narciarska stwarzają świetne warunki do uprawiania narciarstwa zjazdowego i biegowego.

Muszyna proponuje bliski kontakt z nienaruszoną przyrodą. Las Lipowy Obrożyca to rezerwat z drzewostanem uważanym za relikwium polodowcowego optimum klimatycznego, okresu atlantyckiego (ok. 4000 – 2000 lat p. n. e.). Największa i najefektowniejsza w Polsce, a także rzadko spotykana w Europie mofeta znajduje się na dnie bagnistego potoku w Złockiem. Tutaj w kilkunastu punktach na powierzchni około 25 mkw. wydobywają się nieustannie różnej wielkości i ze zmienną częstotliwością bąble CO₂.

O bogatej historii Muszyny świadczą zbiory muzealne i liczne zabytki. Ruiny XIV-wiecznego zamku na górze Baszta, u której podnóża znajduje się podzamkowy zespół dworski, strzegący dostępu do miasta obronny barokowy kościół, dziesięć lemnowskich cerkwi, w tym najstarsza w południowej Polsce.



Skarb w ziemi

Żegiestów-Zdrój to niezwykle malowniczo położone uzdrowisko, przy drodze z Muszyny do Piwnicznej-Zdroju i Starego Sącza, wciśnięte w las na stromym zboczu pięknego przełomu Popradu. Żegiestów leży w gminie Muszyna. Góry, kontakt z naturą, spokój sprawiają, że można tu odpocząć od codziennego zgiełku i wspaniale zregenerować siły. Pomocne w tym są wody mineralne będące płynnym skarbem tych ziem.

To także doskonale miejsce do aktywnego spędzenia czasu i uprawiania sportów. Znajduje się tutaj wyciąg narciarski. Z Żegiestowa-Wsi do Pustej Wielkiej wiedzie także narciostada. Podczas cieplejszych pór roku można się wybierać na wycieczki rowerowe i piesze po szlakach: czarnym, żółtym i niebieskim. Szczególnie piękny jest przełom dwóch Łopat w południowej

części Żegiestowa-Zdroju, gdzie latem organizowane są spływy łodziami flisackimi pomiędzy Piwniczną-Zdrojem i Rytrem. Atrakcją, która zachwyci przede wszystkim miłośników ptaków, jest ścieżka ornitologiczna na Łopacie Polskiej o długości ok. 2 km. Na ośmiu tablicach opisano ponad 21 gatunków ptaków występujących w okolicach ścieżki.

Nie brakuje tu także zabytków. Koniecznie trzeba zobaczyć kościół parafialny pw. św. Anny w Żegiestowie-Wsi (dawna cerkiew greckokatolicka pw. św. Michała Archanioła) zbudowany na początku XX w. na planie krzyża greckiego. Do ciekawych i cennych obiektów należą też zaliczyć kościół pw. św. Kingi, zbudowany w latach 1907 – 1908 w stylu neogotyckim. Warto również zwrócić uwagę na wiele zabytkowych kapliczek.



Wyjątkowa oaza w wielkim mieście

Jedynym w Polsce i jednym z niewielu w Europie uzdrowisk funkcjonujących w dużej aglomeracji miejskiej są Swoszowice. To oaza zieleni w południowo-wschodniej części Krakowa, obejmująca zabytkowy 200-letni park zdrojowy z pomnikami przyrody, tereny leśne oraz zielony pas rzeki Wilgi, które są idealnym miejscem rekreacji i wypoczynku.

Do dyspozycji gości są obiekty znajdujące się na terenie par-

ku zdrojowego: Główny Dom Zdrojowy, willa Szwajcarka, pawilon Parkowa. W sąsiedztwie parku, w strefie ochrony uzdrowiskowej, znajduje się trzygwiazdkowy hotel Krystyna.

Największym skarbem uzdrowiska, wyróżniającym je spośród innych uzdrowisk Małopolski, jest siarka. Dzięki mineralnej wodzie leczniczej Swoszowice cieszą się uznaniem w Polsce i Europie.

Wody siarczkowe wykorzystywane są do leczenia schorzeń: reumatycznych i narządu ruchu,

wybranych neurologicznych oraz niektórych dermatologicznych, zwłaszcza łuszczycy. Oprócz kąpieli wykonywane są również zabiegi borowinowe w postaci okładów, zawijań i kąpieli, a także zabiegi z zakresu fizykoterapii, kinezyterapii, hydroterapii oraz masażu. Można również skorzystać z grotty solnej i sauny.

Osobom cierpiącym na łuszczycę uzdrowisko oferuje możliwość kuracji polegającej na połączeniu kąpieli siarczkowych z nasświetleniami za pomocą nowoczesnej lampy – Medisun 700.

Podczas pobytu w Swoszowicach można aktywnie spędzać czas, przemierzając rowerem lub pieszo szlaki turystyczne, zagrać w tenisa lub pojeździć konno. Można się też wybrać na nieco dalszą wycieczkę do kopalni soli Wieliczka, Kalwarii Zebrzydowskiej, Wadowic, Oświęcimia, czy też spod Wawelu popłynąć statkiem do Tyńca.



Miasto dzieci



MATERIAŁY PRASOWE

U zbiegu dwóch ważnych szlaków komunikacyjnych: z Krakowa do Zakopanego i z Bielska-Białej do Nowego Sącza leży Rabka.

Jest punktem wypadowym w góry, tu początek bierze wiele szlaków turystycznych. Jeden z nich – Szlak Papieski w Gorce i Beskid Wyspowy – rozpoczyna się przy pomniku Papieża – Jana Pawła II – turyści. Biegnie przez ulubione miejsca, którymi wędrował Karol Wołyński.

Centralnym miejscem Rabki jest rozległy park Zdrojowy z fontannami, okazami ponadstuletnich drzew, placami zabaw, ścieżką zdrowia, miasteczkiem rowerowym, kortami tenisowymi, boiskiem do siatkówki.

Park dzieli się na dwie części: strefę słońca służącą głównie



MATERIAŁY PRASOWE

spacerom i strefę cienia służącą aktywniejszej rekreacji (rolki, jogging).

Wielką atrakcją jest tężnia solankowa i pijalnia wód mineralnych. Powstała ona na skraju parku, w pobliżu źródła solanki jodkowo-bromowej „Helena”. Jest to najstarsza tężnia w Małopolsce. Wody mineralne występujące w Rabce to solanki chłorkowo-sodkowo-jodkowo-bromowe, jedne z najsilniejszych tego typu w Europie. Stosuje się je do kuracji kąpielowej, pitnej i wziewnej.

Na fanów łyżworolek i deskorolek czeka skatepark. Ponadto można skorzystać z ośrodka jazdy konnej. Warto również odwiedzić Muzeum Etnograficzne im. Władysława Orkana; Teatr Lalek Rabcio; Rabkoland (rodzinny park rozrywki) z Muzeum Orderu Uśmiechu i Domem Rekordów i Osobliwości; pracownie garncarskie oraz Skansen Taboru Kolejowego w Chabówce. W Rabce jest pomnik św. Mikołaja, ulubionego przez dzieci świętego.

Zimą w centrum miasta funkcjonuje lodowisko. Są wytyczone i oznakowane cztery trasy turystyczne narciarstwa biegowego oraz trzy nordic walking. Na miłośników białego szaleństwa czekają doskonale przygotowane stoki do narciarstwa zjazdowego.

Odetchnąć pełną piersią

Piwniczna-Zdrój to małopolskie uzdrowisko nad Popradem leżące przy granicy ze Słowacją.

Obfitość naturalnych surowców mineralnych i korzystne położenie w Beskidzie Sądeckim sprawiają, że jest to miejsce o dużych walorach leczniczych. Specjalnością Piwnicznej-Zdroju jest profilaktyka chorób układu oddechowego oraz układu trawienia. Kuracja tutejszymi wodami mineralnymi pomaga usunąć dolegliwości związane z przewlekłym nieżytem oskrzeli, rozedmą płuc, nadkwasotą, stanami zapalnymi itp. Uzdrowisko oferuje: różnego rodzaju inhalacje, kąpiele i okłady borowinowe, a także masaże.

W Piwnicznej jest ponad 280 km tras i oznakowanych

szlaków turystycznych dla pieszych, rowerzystów i do jazdy konnej.

Amatorzy sportów zimowych mogą uprawiać narciarstwo zjazdowe i biegowe. Obecnie działają wyciągi narciarskie w Wierchomli, Suchej Dolinie i w Kokuszce. Dzięki sprzyjającym warunkom duża popularnością cieszy się nordic walking.

Gmina oferuje bardzo dużą bazę noclegową. Tutaj każdy znajdzie coś dla siebie i na własną kieszeń. Liczne pamiątki historii, m.in. kościół z zabytkowym dzwonem oraz obrazem św. Józefa z Dzieciątkiem, cysterna, odrestaurowany wóz strażacki, pomniki przyrody, kirkut itp., zachęcają do wypraw w plener. W muzeum można obejrzeć m.in. kolekcję starych nart. Do najcenniejszych



JUSTYNA LIBERTYK

zabytków należą oryginalne dokumenty pergaminowe z IV w.

Atrakcjami regionu są także spływ łodziami doliną Popradu, rafting oraz spływ kajakiem. Można skorzystać z kortów tenisowych, skateparku, paintballu, stadniny koni i wypożyczalni quadów.

W Piwnicznej corocznie organizowane są imprezy kulturalne, np. Dni Piwnicznej, Święto Dzieci Gór, dożynki, festyny rodzinne, pikniki ekologiczne, na których serwowane są regionalne potrawy, np. piyrogie łomnickie, placki pasterki, zupa korpielanka, dziadki, chleb ze smolcem, cyr itp.

Sportowo, spacerowo, zdrowo



Na pograniczu Pienin i Beskidu Sądeckiego leży Szczawnica. Dzięki specyficznemu mikroklimatowi i obecności źródeł wód mineralnych, miasto wyspecjalizowało się w leczeniu chorób dróg oddechowych, przewodu pokarmowe-

go i dróg moczowych oraz schorzeń narządów ruchu.

Szczawnica stanowi doskonałą bazę turystyczną przyjmującą jednorazowo kilka tysięcy gości, którym zapewnią noclegi w pokojach o zróżnicowanym standardzie – od apartamentów w hotelach, pensjo-

natach, willach po miejsca w kwaterach prywatnych, schroniskach i na polach namiotowych.

Szczawnica oferuje bogaty wybór możliwości aktywnego spędzania wolnego czasu. Oznakowane szlaki turystyczne (piesze, konne, rowerowe) prowadzące na najwyższe szczyty Pienin i Gorców oraz do rezerwatów przyrody: Wąwozu Homole, Wysokich Skalek, a także do rezerwatu Białej Wody cieszą się dużą popularnością wśród turystów, podobnie jak zlokalizowana w centrum miasta czteroosobowa kolej linowa na Palenicę oraz umiejscowiona na stoku Szafranówki 700-metrowa letnia zjeżdźalnia grawitacyjna.

Promenada wzdłuż prawego brzegu potoku Grajcarek z malowniczymi kładkami łączącymi obydwie brzegi jest ulu-

bionym miejscem kuracjuszy. Oryginalny rynek w centrum wsi Jaworki również należy do okolicznych atrakcji.

Dzięki inwestycjom Szczawnica odzyskuje dawny blask, stając się nowoczesnym europejskim kurortem świadczącym usługi o najwyższych standardach.

Pobyt w Szczawnicy to także doskonała okazja do poznania przyrody Pienińskiego Parku Narodowego oraz skorzystania z największej atrakcji Pienin, jaką jest spływ łodziami fli-sackimi przełosem Dunajca.

Szczawnica jest atrakcyjna również zimą. Amatorom narciarstwa oddane są do dyspozycji przygotowane, sztucznie śnieżone i oświetlone trasy narciarskie na Palenicy oraz Szafranówce, rynnna snowboardowa do half-pipe oraz wyciągi orczykowe w Jaworkach.

Możemy konkurować z najlepszymi w Europie

ROZMOWA | Jan Golba, burmistrz Muszyny, prezes Stowarzyszenia Gmin Uzdrowiskowych RP

Czemu służy Stowarzyszenie Gmin Uzdrowiskowych RP?

JAN GOLBA: Stowarzyszenie Gmin Uzdrowiskowych jest ogólnopolską organizacją skupiającą gminy o podobnym charakterze i profilu działania, które mają na swoim terenie uzdrowiska lub obszary ochrony uzdrowiskowej. Stowarzyszenie ma przypisane wiele zadań związanych z reprezentowaniem interesów gmin uzdrowiskowych zarówno na szczeblu ogólnopolskim, jak i międzynarodowym. Jednak najważniejsze są: obrona i reprezentowanie interesów gmin uzdrowiskowych przed organami państwa, wspieranie wszelkich działań mających na celu rozwój pol-



♦ Jan Golba

skich uzdrowisk, promocję uzdrowisk w kraju i za granicą. W swojej ponad 20-letniej działalności SGURP wielokrotnie broniło interesów gmin uzdrowiskowych, a uczestnicząc w procesie legislacyjnym, zabiegało o to, aby

ich interesy nie zostały naruszone. Dbało też o pozytywny wizerunek wszystkich polskich uzdrowisk. A przyznać należy, że wielokrotnie zdarzały się próby ich marginalizacji, osłabienia pozycji czy naruszenia ich interesów. Obecnie do stowarzyszenia należą prawie wszystkie gminy mające na swoim terenie uzdrowiska.

Co jest atutem polskich uzdrowisk? Czym możemy konkurować z kurortami zagranicznymi?

Głównym atutem polskich uzdrowisk są oczywiście naturalne surowce lecznicze, których właściwości są unikatowe w skali europejskiej, ale także doskonała baza lecznicza i fachowy personel. Goście

uzdrowisk spotykają się z niezwykłą życzliwością i serdecznością praktycznie w każdym obiekcie uzdrowisk. Trzeba też powiedzieć, że w ostatnich latach baza hotelowa oraz infrastruktura uzdrowiskowa zostały zmodernizowane. Dziś to – z małymi wyjątkami – standard europejski.

Ile kosztują polskie uzdrowiska? Jakie sumy państwo wydaje co roku na ich utrzymanie i modernizację?

Polskie uzdrowiska – także gminy uzdrowiskowe – nie korzystają ze specjalnych przywilejów ze strony państwa. Należy jednak podkreślić, że od roku 2006 sytuacja finansowa polskich

uzdrowisk i gmin uzdrowiskowych zdecydowanie zmieniła się na lepsze. Gminy mają prawo pobierania opłaty uzdrowiskowej, która jest o 100 proc. wyższa od opłaty miejscowej (pobieranej w miejscowościach turystycznych). Równocześnie gminy uzdrowiskowe otrzymują z budżetu państwa dotację uzdrowiskową równą wysokości wpływów finansowych z opłaty uzdrowiskowej. Ponadto w wielu samorządach wojewódzkich w programach unijnych wyodrębniono specjalną pulę środków na inwestycje infrastrukturalne, dzięki którym wiele uzdrowisk odzyskuje blask, a nawet przewyższa swoją ofertą kurorty zagraniczne.

Zresztą na tle uzdrowisk europejskich polska oferta jest coraz bardziej konkurencyjna. Możemy śmiało konkurować ceną, jakością, standardem usług leczniczych, a nawet bazy hotelowej i infrastruktury uzdrowiskowej. Naszą zmurą jest jednak zły dojazd do miejscowości i to musi się w najbliższym czasie zmienić.

Jak prywatyzacja wielu sanatoriów wpłynęła na działalność polskich uzdrowisk?

W sprywatyzowanych obiektach wyraźnie poprawił się standard bazy uzdrowiskowej i hotelowej. Wzbogacona zostaje także oferta o nowe usługi z zakresu spa, wellness, beauty.

– rozmawiała ab