

MIKOŁAJ GOSPODAREK

DOLNY ŚLĄSK
na zdrowie



**DOLNY
ŚLĄSK**

Na Dolny Śląsk po zdrowie	7
Cieplice Śląskie-Zdrój	15
Zobacz w uzdrowisku	21
PARK ZDROJOWY I PARK NORWESKI	21
DŁUGI DOM	24
ZESPÓŁ POCYSTERSKI I KOŚCIÓŁ ŚW. JANA CHRZCICIELA	24
PAŁAC SCHAFFGOTSCHÓW	25
Zobacz w okolicy	26
GÓRA WITOSZA	26
PAŁAC W SOBIESZOWIE	29
MUZEUM KARKONOSKIE W JELENIEJ GÓRZE	30
TIME GATES – BRAMY CZASU W JELENIEJ GÓRZE	31
MUZEUM SENTYMENTÓW W KOWARACH	32
PRZYDATNE ADRESY	33
Świeradów-Zdrój	39
Zobacz w uzdrowisku	42
DOM ZDROJOWY I HALA SPACEROWA	42
PARK ZDROJOWY I DEPTAK	42
SKY WALK	45
SKI&SUN ŚWIERADÓW-ZDRÓJ	45
WIEŻA WIDOKOWA NA MŁYNNICY	48
Zobacz w okolicy	48

PODZIEMNA TRASA TURYSTYCZNA „KOPALNIA ŚW. JAN” W KROBICY	48
ZAMEK CZOCHA	49
PRZYDATNE ADRESY	52
Szczawno-Zdrój	55
Zobacz w uzdrowisku	61
PARK ZDROJOWY I PARK SZWEDZKI	61
PIJALNIA WÓD MINERALNYCH I HALA SPACEROWA.....	62
WZGÓRZE GEDYMINA	65
DWORZYSKO	65
Zobacz w okolicy	67
ZAMEK KSIĄŻ	67
PALMIARNIA W WAŁBRZYCHU	68
STARA KOPALNIA W WAŁBRZYCHU.....	72
KOŚCIÓŁ POKOJU W ŚWIDNICY	73
PRZYDATNE ADRESY	74
Jedlina-Zdrój.....	77
Zobacz w uzdrowisku	79
PAŁAC JEDLINKA	80
Zobacz w okolicy	81
ZAMEK GRODNO	81
PODZIEMNE TRASY TURYSTYCZNE PROJEKTU RIESE.....	81

PRZYDATNE ADRESY	82
Polanica-Zdrój	86
Zobacz w uzdrowisku	90
Zobacz w okolicy	90
ZAMEK LEŚNA SKAŁA	90
KŁODZKO	92
WAMBIERZYCE	93
PRZYDATNE ADRESY	94
Duszniki-Zdrój	98
Zobacz w uzdrowisku	101
MUZEUM PAPIERNICTWA	102
SCHRONISKO POD MUFLONEM	103
Zobacz w okolicy	106
TORFOWISKO POD ZIELEŃCEM	106
ORLICA	106
PRZYDATNE ADRESY	108
Kudowa-Zdrój	112
Zobacz w uzdrowisku	115
KAPLICA CZASZEK W CZERMNEJ	116
MUZEUM KULTURY LUDOWEJ POGÓRZA SUDECKIEGO	116
MUZEUM ZABAWEK	117
Zobacz w okolicy	118

BŁĘDNE SKAŁY	118
SZCZELINIEC WIELKI	120
PRZYDATNE ADRESY	121
Lądek-Zdrój	126
Zobacz w uzdrowisku	131
Zobacz w okolicy	133
JASKINIA NIEDŹWIEDZIA W KLETNIE	133
JASKINIA RADOCHOWSKA	134
ŚNIEŻNIK	134
PRZYDATNE ADRESY	135
Długopole-Zdrój	140
Zobacz w uzdrowisku	142
Zobacz w okolicy	143
WODOSPAD WILCZKI	143
MUZEUM FILUMENISTYCZNE W BYSTRZYCY KŁODZKIEJ	145
ZAMEK MIĘDZYLESIE	145
PRZYDATNE ADRESY	146



Na Dolny Śląsk po zdrowie

Od niepamiętnych czasów człowiek wykorzystuje dary natury w celu podreperowania zdrowia czy poprawy samopoczucia. Śledząc dzieje miejscowości uzdrowiskowych, wyraźnie widać, że ludzie nieprzypadkowo wybierali lokalizacje, w których się osiedlali. Przyglądali się naturze i rozumieli znaki, które im dawała. Budowali osady, później miasta, wykorzystując warunki, jakie oferowała im przyroda. Obserwowali zwierzęta, jak instynktownie szły do miejsc, gdzie woda miała specyficzne właściwości, jak w legendzie o rannym jeleniu, którego ścigał Bolesław Wysoki. Zwierzę uciekło przed księciem do gorących źródeł, gdzie miały zostać uleczone jego rany. Zdarzenie z tej opowieści uznaje się za początek powstania uzdrowiska Cieplice Śląskie-Zdrój.

Przed wiekami, kiedy nie było dostępu do badań i wiedzy medycznej, takie uzdrowienia mieściły się w kategoriach cudu. Rozwój nauki odarł legendy z magicznej aury. Skład chemiczny wód mineralnych i badania klimatu potwierdziły ich lecznicze właściwości. W miejscach, gdzie odkryto takie źródła, zaczęły powstawać ośrodki, które znamy dzisiaj jako uzdrowiska. Lecznicze aspekty wód często łączyły się w nich z warunkami klimatycznymi. Kuracjusze korzystali nie tylko z zabiegów i terapii, ale przede wszystkim z odpoczynku w kurortach.

Od połowy XVIII w. w wielu miejscach Europy nastąpił znaczny wzrost popularności podróży „do wód”. Do XIX w. możliwość podreperowania zdrowia w tych miejscach miały głównie elity. Dopiero na połowie XIX i XX w. rodząca się turystyka, rozwój kolei i zmiana świadomości oraz potrzeba ludzi sprawiły, że w kurortach zaczęło się pojawiać coraz więcej letników i turystów z różnych warstw społecznych. Rozpoczęto rozbudowę uzdrowisk, a także podjęto działania promocyjne, żeby przyciągnąć gości. Rozwinęła się wówczas cała infrastruktura turystyczna w tych okolicach.



Dawniej pobyty lecznicze trwały po kilka tygodni, miesięcy, a wśród najbogatszych nawet cały sezon wiosenno-letni. Dbano więc o to, żeby kuracjusze oprócz leczenia mieli także dostęp do rozrywki: kultury (teatry zdrojowe) czy natury (szlaki, schroniska górskie). Śledzenie etapów rozwoju dolnośląskich uzdrowisk jest wspaniałą okazją do obserwacji zmian

społecznych, jakie zaszły w okresie od początku XIX w. do wybuchu II wojny światowej.

Według danych opublikowanych przez Ministerstwo Zdrowia 8 września 2025 r. w Polsce jest 47 uzdrowisk. Aż 11 z nich znajduje się na terenie województwa dolnośląskiego, z czego 5 w powiecie kłodzkim. Skoro jest ich 11, to dlaczego książka ma tylko 9 rozdziałów? Wśród uzdrowisk opisanych w tym przewodniku nie ma miejscowości o wyjątkowych walorach leczniczych położonej niedaleko Wrocławia – Przerzeczyzna-Zdroju. Obecnie tamtejszy kompleks uzdrowiskowy jest na etapie reorganizacji i poza pobytami typowo klimatycznymi w prywatnych pensjonatach nie ma możliwości realizacji turnusu o charakterze zdrowotnym. Celowym zabiegiem było również połączenie w jednym rozdziale Świeradowa-Zdroju i Czarniawy-Zdroju, ponieważ są to uzdrowiska położone bardzo blisko siebie, a opis okolicy jest w obu przypadkach jednakowy.

W tym miejscu warto wspomnieć, że lista uzdrowisk w Polsce ulega zmianom. Niektóre ten status tracą, a do tego grona dołączają nowe. Od lat jednym z miejsc, które pretenduje do otrzymania statusu uzdrowiska, jest Trzebnica. Włodarze miasta podejmują szeroko zakrojone działania, które prawdopodobnie w najbliższych latach doprowadzą do nadania temu pięknemu miejscu statusu uzdrowiska. Podczas zbierania materiałów do przewodnika odwiedziłem kilka miejscowości, które utraciły ten status. Ogromne wrażenie zrobiły na mnie Sokołowsko i Jerzmanice-Zdrój. Do grona lokalizacji na Dolnym Śląsku, które niegdyś były uzdrowiskami, zaliczają się także: Bolków-Zdrój, Opolno-Zdrój oraz Stary Zdrój (dzielnica Wałbrzycha).

Przygotowując książkę, nie chciałem stworzyć katalogu medycznego z opisami chemicznymi wód i szczegółowymi listami chorób, które w danym kurorcie są leczone. Zdecydowałem, by tylko ogólnie nakreślić najważniejsze właściwości uzdrowiskowe. Opisuję te miejscowości, osadzając je w kontekście historycznym i geograficznym. Chciałbym, aby przewodnik był pomocny nie tylko kuracjom podczas pobytu w sanatorium, ale także turystom odwiedzającym Dolny Śląsk jako inspiracja do zaplanowania weekendowej czy urlopowej wycieczki. Dlatego staram się pokazać miejscowości uzdrowiskowe jako wyjątkowe

Dolny Śląsk naturalnie

destynacje turystyczne z niezwykle bogatym otoczeniem. O nudzie czy braku wrażeń nie ma mowy! Każde z tych miejsc ma wiele do zaoferowania samo w sobie, a dodając do tego atrakcje w okolicy, powstaje przepis na minimum dziewięć niezapomnianych weekendów w województwie dolnośląskim.

Ogromne podziękowania kieruję do Pana Marszałka i Wydziału Promocji Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego. To dzięki ich pomocy i wsparciu wyruszyłem w niezapomnianą podróż po dolnośląskich uzdrowiskach, by móc w tym przewodniku podzielić się zebraną wiedzą z czytelnikami.

Zapraszam do wspólnego odkrywania cudów natury Dolnego Śląska.

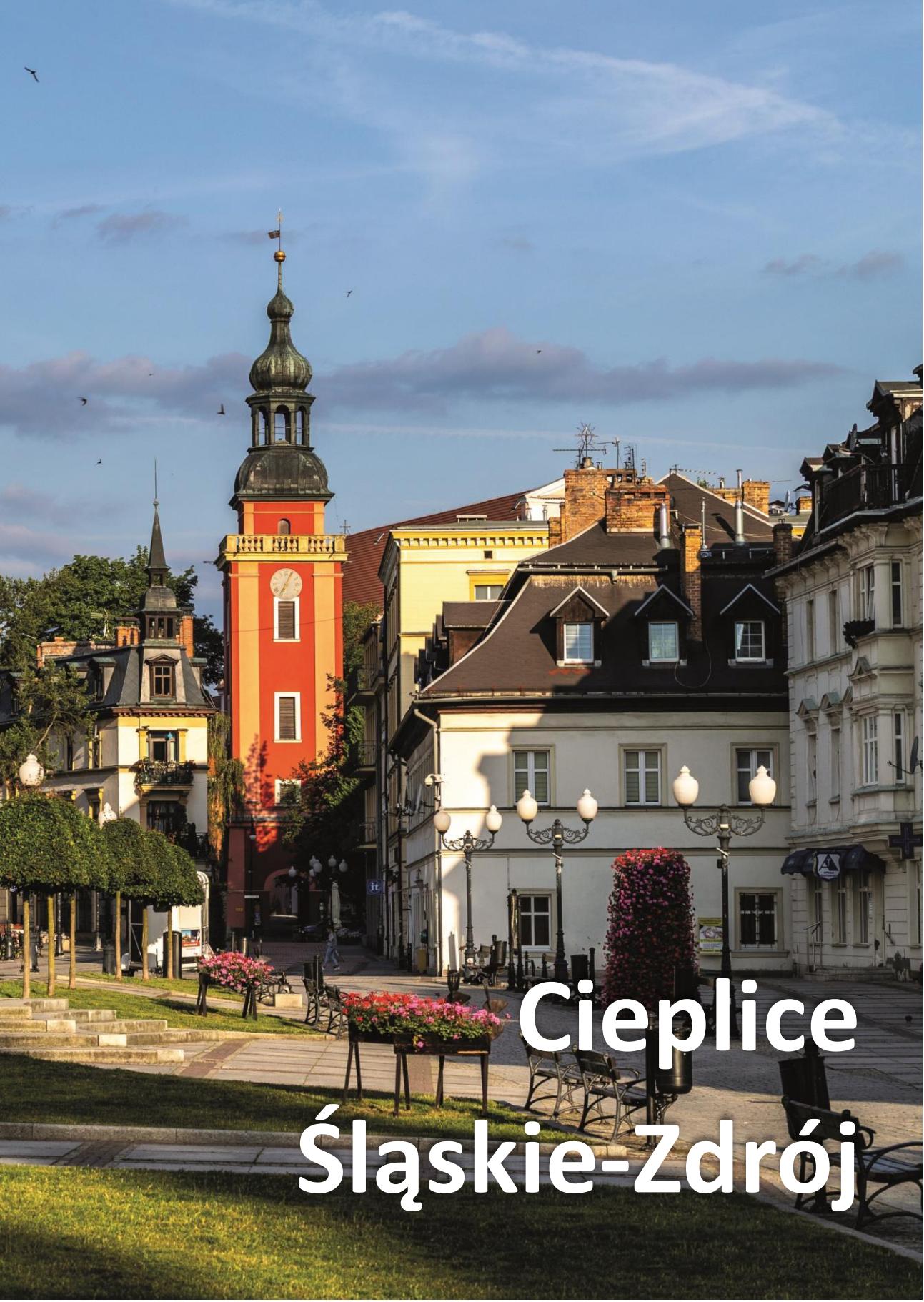
Na zdrowie!

Mikołaj Gospodarek









Cieplice Śląskie-Zdrój

Cieplice Śląskie-Zdrój

Kotlina Jeleniogórska, w której położone są Cieplice Śląskie-Zdrój, zawdzięcza swój łagodny klimat otaczającym ją górcom. Są to od północy Góry Kaczawskie, od zachodu Góry Izerskie, od wschodu Rudawy Janowickie, a od południa majestatyczne Karkonosze ze Śnieżką na czele. Góry zapewniają nie tylko malowniczą scenerię i urzekające panoramy, ale mają również znaczący wpływ na łagodniejsze zmiany temperatury i ciśnienia atmosferycznego. Takie położenie z pewnością przyczyniło się do powstania w tym miejscu uzdrowiska. Uznaje się je za jedno z najstarszych w regionie, a jego historia sięga końca XIII w.

Legenda głosi, że pierwszym, który odkrył lecznicze działanie wód cieplickich, był książę Bolesław Wysoki. W 1175 r. miał polować w lasach u podnóża Karkonoszy. Trafiony przez niego jeleni wpadł do wody, po czym w cudowny sposób odzyskał siły i umknął w las. Na pamiątkę tego wydarzenia przy cudownym źródle książę wznosił dworek myśliwski.

Udokumentowane dzieje uzdrowiska mają początek w 1281 r. Miejscowość Calidus Fons (Gorące Źródło) wraz z okolicznymi ziemiami trafiła z rąk księcia Bernarda Lwóweckiego do joannitów ze Strzegomia. Zakon ten zajmował się m.in. leczeniem chorych, więc mnisi korzystali ze źródeł cieplickich podczas kuracji podopiecznych. Pierwsza wzmianka o kościele w Cheplevode (Cieplowody) pochodzi z 1318 r. Ważnym momentem w dziejach uzdrowiska był rok 1381, kiedy jego właścicielem został rycerz Gotsche Schoff. Protoplasta znamienitego rodu Schaffgotschów sprowadził w to miejsce cystersów z Krzeszowa. Ofiarował zakonnikom jedno z dwóch źródeł oraz folwark.





Sława Cieplic rosla, a liczne świadectwa o zdrowotnych walorach wód i lokalnego klimatu przyciągały kolejnych kuracjuszy. Wiekach XVII i XVIII zaliczano je do najbardziej znanych europejskich uzdrowisk. Do cieplickich wód przyjeżdżali członkowie arystokratycznych rodów. Wśród gości przeważali Niemcy i Czesi. W 1678 r. Cieplice odwiedziła królowa Marysieńka, żona Jana III Sobieskiego. Jej imieniem nazwano jedno ze źródeł. Nie tylko znane nazwiska budowały renomę uzdrowiska, ale coraz liczniejsze badania i opinie lekarzy potwierdzały lecznicze właściwości tamtejszych wód.

W XIX wieku nastąpił rozwój uzdrowiska, które zaczęli odwiedzać nie tylko kuracjusze, ale również letnicy i turyści. W 1891 r. otwarto połączenie kolejowe między Jelenią Górą a Cieplicami. W 1935 r. rozwijająca się nieustannie miejscowość otrzymała prawa miejskie. Po II wojnie światowej tradycje uzdrowiskowe były kontynuowane. W 1946 r. zmieniono nazwę Bad Warmbrunn na Cieplice Śląskie-Zdrój. Uzdrowisko w 1976 r. zostało włączone do Jeleniej Góry i jest jedną z dzielnic stolicy Karkonoszy. Obecnie funkcjonuje w nim dobrze rozwinięta infrastruktura sanatoryjna. W 2014 r. został otwarty kompleks basenowy Termy Cieplickie. W uzdrowisku leczy się m.in. schorzenia kręgosłupa, narządów ruchu i układu moczowego. Ważną gałęzią jest także specjalistyczne leczenie okulistyczne.

Największym skarbem Cieplic Śląskich-Zdroju są lecznicze wody termalne. Ich temperatura w odwiertach płytkich dochodzi do 37°C, natomiast w głębokich jest to 87°C. Uznaje się je za najgorętsze źródła w Polsce. Wody termalne w uzdrowisku, fluorkowo-krzemowe i zasadowe, pochodzą z czterech źródeł i są słabo zmineralizowane. Do podstawowych zabiegów, jakie oferuje uzdrowisko, zalicza się kąpiele lecznicze, często połączone z ćwiczeniami fizycznymi, kuracje pitne, inhalacje, gimnastykę leczniczą i elektrolecznictwo (np. laseroterapię, ultradźwięki, prądy diadynamiczne).





Zobacz w uzdrowisku

PARK ZDROJOWY I PARK NORWESKI

Sercem uzdrowskiej części Cieplic Śląskich-Zdroju jest Park Zdrojowy, który ciągnie się do potoku Wrzosówka i naturalnie przechodzi w Park Norweski, założony na początku XX w. Sieć alejek spacerowych otoczona jest okazami wiekowych drzew. Z otwartych przestrzeni roztacza się panorama Karkonoszy. W parkach jest wiele urokliwych zakamarków, gdzie można odpocząć od miejskiego zgiełku. Przy północnej granicy Parku Zdrojowego stoi Pałac Schaffgotschów oraz Pawilon „Lalka”. Podążając na południe, dochodzi się do Pawilonu „Edward” z połowy XIX w., dawnego kursalu (sala dzienna w domu zdrojowym), a obecnie hotelu i restauracji. Nieco dalej znajdują się Zdrojowy Teatr Animacji oraz kawiarnia w dawnym Pałacu Zdrojowym.

W Parku Norweskim warto przespacerować się wokół stawu oraz przejść do Pawilonu Norweskiego (w latach 1967–2013 siedziba Muzeum Przyrodniczego, obecnie restauracja). Budowlę wzniesiono na początku XX w. na wzór restauracji znajdującej się nieopodal Oslo. Pawilon otwarto uroczystie 18 lipca 1909 r.

Na styku parków Zdrojowego i Norweskiego znajduje się nowoczesny kompleks basenowy Termy Cieplickie, w którym powierzchnia wody wynosi łącznie 1183 m².





DŁUGI DOM

To najstarszy budynek kuracyjny w uzdrowisku. W tym miejscu już w połowie XVI w. cystersi wznieśli kamienną budowlę, która uległa zniszczeniu w czasie pożaru, a do obecnej formy została odbudowana pod koniec XVII w.

W architekturze Długiego Domu (nazwa pochodzi od jego rozbudowanej formy architektonicznej) wyróżniają się pięknie zdobiona fasada i mansardowy dach. W XIX w., kiedy budynek trafił w ręce Schaffgotschów, służył jako biblioteka oraz miejsce ekspozycji dla kolekcji broni, obrazów, minerałów oraz okazów przyrodniczych. Obecnie pełni funkcje hotelowe oraz sanatoryjne.

ZESPÓŁ POCYSTERSKI I KOŚCIÓŁ ŚW. JANA CHRZCIELA

Dawny klasztor cystersów zawdzięcza obecny wygląd rozbudowie w drugiej połowie XVII w. W 1711 r. strawił go pożar, po którym odbudowano go w 1714 r. Budynki podzielone są między Zakon Ojców Pijarów a Muzeum Przyrodnicze. Klasztor sąsiaduje z barokowym kościołem św. Jana Chrzciciela, który wybudowano na początku XVIII w. W jego wnętrzu urzekają liczne zdobienia, rzeźby i obrazy. Przed kościołem stoi charakterystyczna czworoboczna dzwonnica.

W Muzeum Przyrodniczym znajdują się unikatowe zbiory pochodzące m.in. z kolekcji rodziny Schaffgotschów. Ekspozycje ulokowane są w zabytkowych wnętrzach, co przydaje zwiedzaniu historycznego klimatu.

PAŁAC SCHAFFGOTSCHÓW

Budynek charakteryzują wyraźne cechy barokowe oraz elementy wczesnoklasycystyczne. Trzy kondygnacje wieńczy czterospadowy dach z lukarnami i wysokimi kominami. Od strony Placu Piastowskiego (część deptaku) można zobaczyć prostą, 21-osiową fasadę północną. Od strony ogrodów pałac ma dwa 3-osiove skrzydła. We wnętrzach zachowało się sporo oryginalnych elementów dekoracyjnych. Od 1975 r. w budynku funkcjonuje filia Politechniki Wrocławskiej. Sala balowa, zaprojektowana przez mistrza Kurza z Kowar, dzisiaj służy jako aula. W salach niebieskiej i lustrzanej zachowały się piece, parkiety i sztukaterie. Dawny gabinet Schaffgotschów pełni rolę sekretariatu uczelni.



Zobacz w okolicy

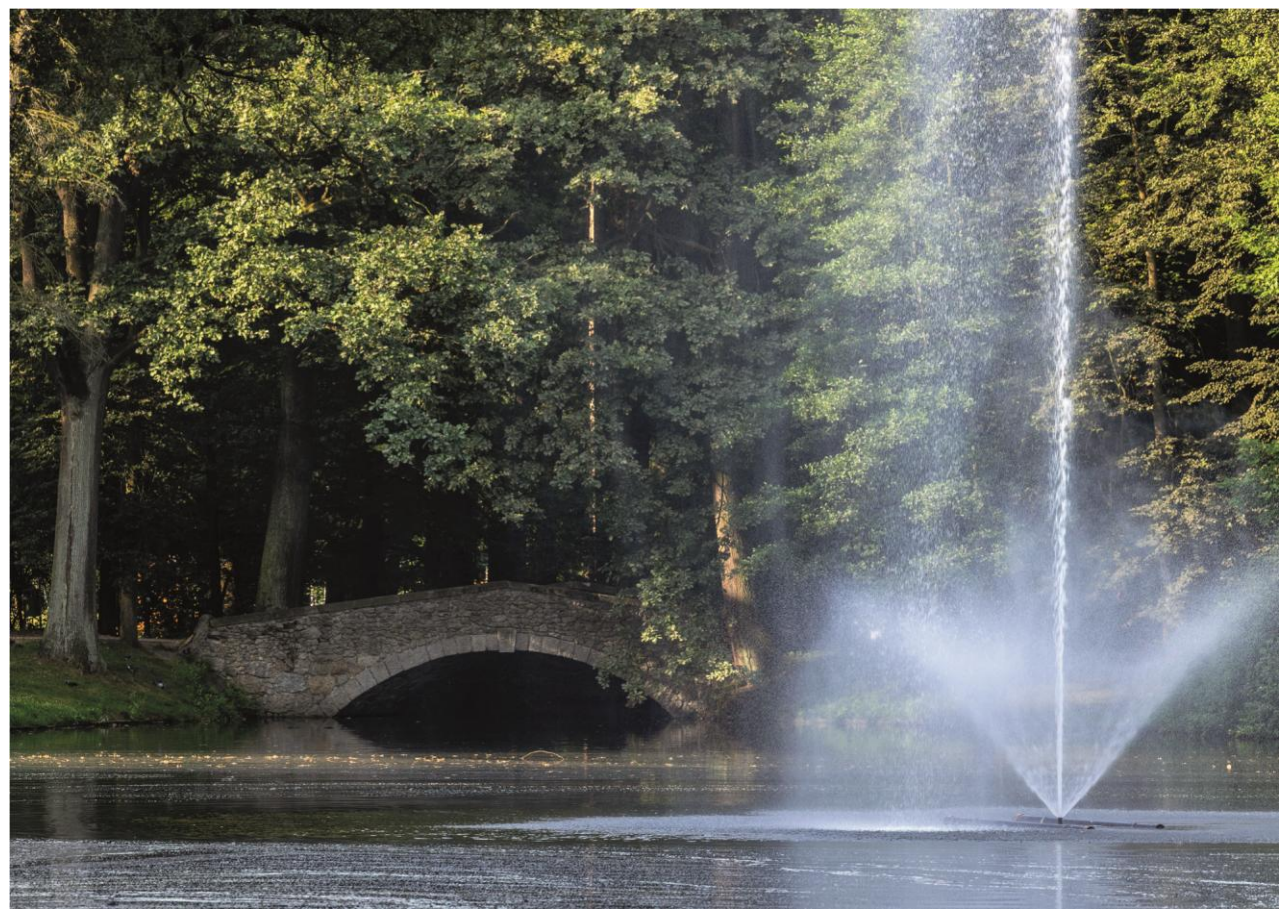
Cieplice Śląskie-Zdrój to idealny punkt startowy do odkrywania uroków Kotliny Jeleniogórskiej, Karkonoszy, Gór Izerskich, Krainy Wygaśłych Wulkanów i Rudaw Janowickich. W sąsiedztwie uzdrowiska znajdują się popularne atrakcje Dolnego Śląska: Karpacz i Śnieżka (najwyższy szczyt Karkonoszy), Szklarska Poręba i Wodospad Szklarki, liczne pałace (Wojanów, Łomnica, Staniszków) oraz malownicza dolina rzeki Bóbr. Okolica ma bardzo bogatą ofertę dla aktywnych turystów – zaczynając od Polany Jakuszyckiej, a na mało uczęszczanych szlakach Rudaw Janowickich kończąc. Ciekawą opcją są również szlaki rowerowe w Krainie Wygaśłych Wulkanów, które umożliwiają poznanie tego niezwykłego obszaru z perspektywy dwóch kółek.

Nie sposób pominąć takich miejsc jak Zamek Chojnik czy Zamek Księcia Henryka, które oferują wspaniałe widoki na całą okolicę. Spośród licznych atrakcji znajdujących się w okolicy na szczególną uwagę, ze względu na swój unikatowy charakter, zasługuje kilka miejsc.

GÓRA WITOSZA

Położona w południowym zakątku Wzgórz Łomnickich, ma wysokość 484 m n.p.m. Jest to serce Kotliny Jeleniogórskiej, a sama góra wznosi się nieopodal wsi Staniszków. Kopulaste wzniesienie od początku XIX w. przyciągało turystów. Pozostałością z dawnych czasów są m.in. kamienne schody prowadzące na szczyt. Wzgórze odwiedziło wiele znamienitych osobistości, w tym Izabela Czartoryska w czasie wizyty w pobliskich Cieplicach w 1816 r., o czym wspomina w swoich dziennikach.





Wędrówka na szczyt spokojnym tempem zajmuje ok. 15 min. Po drodze jest jednak sporo miejsc, które mogą wydłużyć wejście. Skalna Komora, Skalny Tunel, Pustelnia czy Ucho Igielne to tylko niektóre z punktów, przy których warto się zatrzymać. Poza wytyczonym szlakiem jest tam również dużo pobocznych ścieżek prowadzących do skał oddalonych od głównej drogi. Wierzchołek stanowi bardzo ciekawy punkt widokowy na Kotlinę Jeleniogórską i Śnieżkę.

PAŁAC W SOBIESZOWIE

Sobieszów to obecnie część Jeleniej Góry. Od połowy XIV w. do końca II wojny światowej wieś i okoliczne ziemie należały do rodu Schaffgotschów. Ich główną siedzibą do czasu pożaru w 1675 r. był Zamek Chojnik. Znamienity ród śląskich arystokratów postanowił nie odbudowywać zrujnowanego zamku i na początku XVIII w. rozpoczęto prace przy budowie pałacu w Sobieszowie. Schaffgotschowie przenieśli się do rezydencji u podnóża góry. Na szczycie skarpy ulokowany został prostokątny, wysoki na trzy piętra pałac. Poniżej znajdują się zabytkowe budynki folwarku, które otaczają rozległy dziedziniec.

W 2023 r. rozpoczął się nowy rozdział w historii tego miejsca. W dawnej siedzibie rodu Schaffgotschów mieści się dyrekcja Karkonoskiego Parku Narodowego. Na parterze budynku znajduje się wystawa poświęcona historii obiektu, a także właścicieli, którzy przez kilka wieków wpływali na rozwój gospodarki całego regionu. Jest wyposażona w liczne multimedia, dzięki którym podróż do przeszłości staje się niezapomnianą przygodą.

W budynku Wielkiej Stajni, stojącym poniżej pałacu, znajduje się wystawa Klimatyczne Karkonosze. W angażujący i ciekawy sposób przedstawiono na niej najważniejsze aspekty przyrodnicze tego zakątka Sudetów. Na wystawie umieszczono liczne stanowiska, dzięki którym przy użyciu nowoczesnych multimedii można nie tylko zobaczyć, ale również doświadczyć na własnej skórze ciekawych zjawisk, m.in. poczuć siłę karkonoskiego wiatru czy zobaczyć las pod osłoną nocy. Niezapomnianym przeżyciem jest wizyta w Kinie Zjawisk

Dolny Śląsk naturalnie

Pogodowych, w którym można zobaczyć m.in. burzę, widmo Brockenu oraz jak powstaje tęcza.

Centrum Przyrodniczo-Edukacyjne jest przystosowane do zwiedzania przez osoby z niepełnosprawnością ruchową.

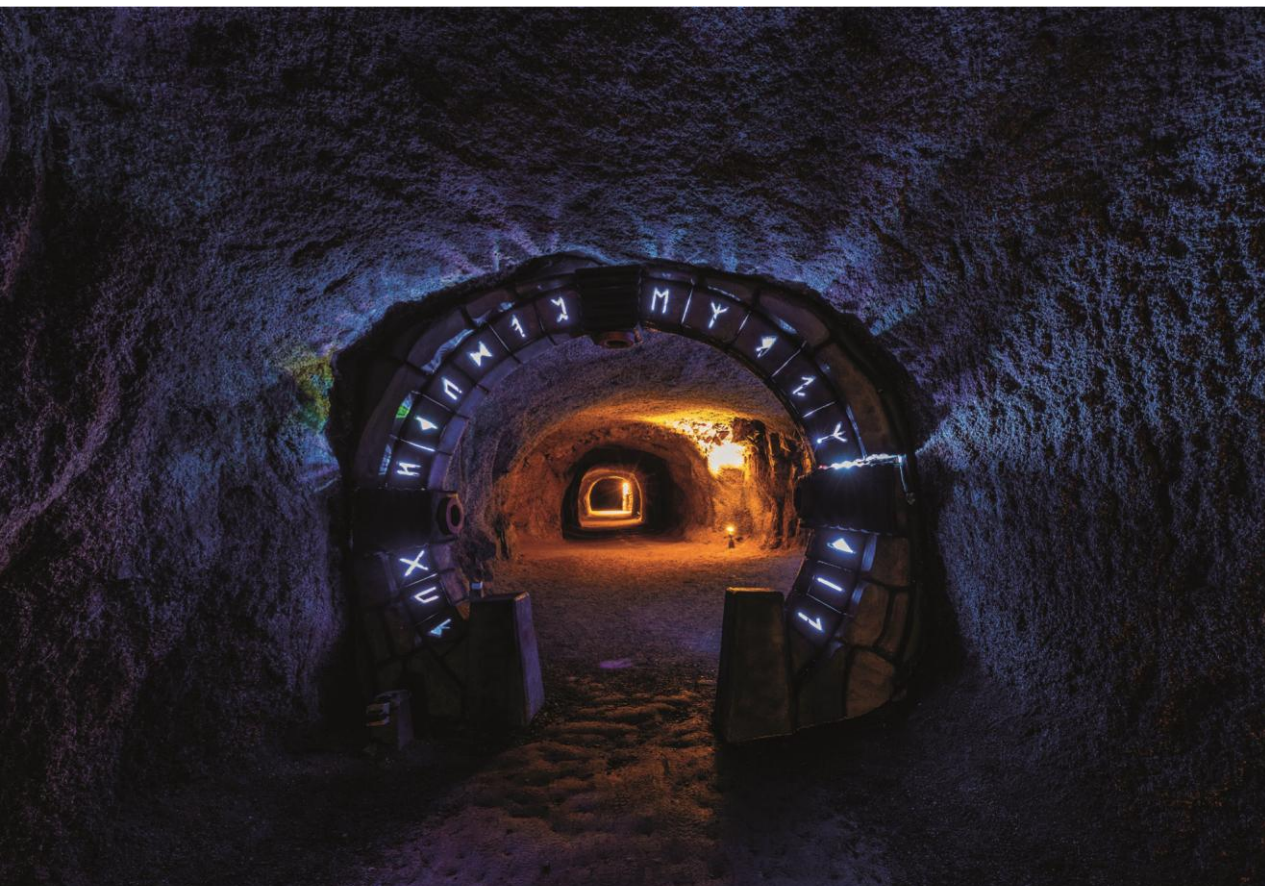
MUZEUM KARKONOSKIE W JELENIEJ GÓRZE

Historia Muzeum Karkonoskiego sięga przełomu XIX i XX w. i jest ściśle związana z utworzonym w 1880 r. Towarzystwem Karkonoskim RGV (skrót od niemieckiej nazwy Riesengebirgsverein). Od 1914 r. jego siedzibą jest budynek zaprojektowany przez Carla Grossera. Ekspozycje w muzeum skupiają się na prezentowaniu zbiorów archeologicznych, historycznych, dzieł i szkła artystycznego. Bardzo ciekawym obiektem jest zrekonstruowana Chata Karkonoska, w której można zobaczyć charakterystyczne cechy typowego górskiego domu sudeckiej wsi z drugiej połowy XVIII w.

Muzeum jest przystosowane do zwiedzania przez osoby z niepełnosprawnością ruchową.

TIME GATES – BRAMY CZASU W JELENIEJ GÓRZE

W pobliżu Muzeum Karkonoskiego, w zboczu Wzgórza Kościuszki, znajdują się metalowe wrota prowadzące do niezwykłych podziemi. Trasa turystyczna, którą tam wytyczono, ma ok. 1500 m i przebiega korytarzami z różnych okresów budowy, poczynając od XIX w. aż po czasy II wojny światowej. Zawite koleje losu miasta znajdują odzwierciedlenie w podziemiach, które są niezwykle różnorodne – od kamiennych obudów, przez granitognejs i żelbet, aż po fragmenty ceglanych konstrukcji. W czasie podziemnej wędrówki turyści spotykają Liczyrzepę, tajemniczą zielarkę i żołnierzy Napoleona. Zwiedzanie jeleniogórskich podziemi jest niezapomnianą przygodą dla osób w każdym wieku, a dzieci z pewnością będą zachwycone mnogością legend i tajemnic.





MUZEUM SENTYMENTÓW W KOWARACH

Niecodzienna wystawa powstała dzięki pasji Andrzeja Olszewskiego, który przez wiele lat gromadził najróżniejsze przedmioty z minionych epok, głównie z okresu PRL-u. Ekspozycje urządzono w oryginalnych pomieszczeniach dawnej kowarskiej fabryki dywanów. Każdy pokój to swoisty wehikuł czasu, w którym zadbano o najmniejsze detale. Poza ogólnym wystrojem, nawiązującym m.in. do mieszkania babci i dziadka, dawnej łazienki czy pokoju dziecięcego, w muzeum można zobaczyć przedmioty, które u nieco starszych odwiedzających potrafią przywołać sentymentalne wspomnienia. Wystawa „żyje”, wciąż jest aktualizowana, pojawiają się nowe eksponaty i kolejne pokoje tematyczne.

PRZYDATNE ADRESY

Uzdrowisko Cieplice

ul. Ściegiennego 9B, Jelenia Góra

[Strona Uzdrowiska w Cieplicach](#)

Termy Cieplickie

Park Zdrojowy 5, Jelenia Góra

[Strona Term Cieplickich](#)

Muzeum Przyrodnicze w Jeleniej Górze

ul. Cieplica 11A, Jelenia Góra

[Strona Muzeum Przyrodniczego w
Jeleniej Górze](#)

Centrum Przyrodniczo-Edukacyjne

KPN

Pałac Sobieszów

ul. Cieplicka 196A,

Jelenia Góra

[Strona Centrum Przyrodniczo-
Edukacyjnego KPN](#)

Muzeum Karkonoskie

ul. Matejki 28, Jelenia Góra

[Strona Muzeum Karkonoskiego](#)

Time Gates – Bramy Czasu

ul. Chełmońskiego 3,

Jelenia Góra

[Strona Podziemia Time Gates
w Jeleniej Górze](#)

Muzeum Sentymentów

ul. Zamkowa 9, Kowary

[Strona Muzeum Sentymentów
w Kowarach](#)











Świeradów-Zdrój i Czerniawa-Zdrój

Świeradów-Zdrój

Uzdrowisko Świeradów-Zdrój położone jest w dolinie rzeki Kwisy na stokach Gór Izerskich. Krótco po II wojnie światowej z niemieckiej nazwy Bad Flinsberg przemianowano je na Wieniec-Zdrój, ponieważ miejscowość ze wszystkich stron otaczają góry. W 1946 r. tę nazwę zmieniono na Świeradów-Zdrój. Nawiązuje ona do bujnych lasów świerkowych rosnących w okolicy, a aspekt leczniczy wywodzi się ze źródeł radonowych.

Dzieje uzdrowiska sięgają XVI w., kiedy pojawia się wzmianka lekarza Leonarda Thurneysena, opisująca lokalne wody mineralne. W XVII w. rośnie zainteresowanie leczniczymi właściwościami świeradowskich źródeł. Piszą o nich lekarze, m.in. Kasper Schwenckfeld i E.J. Naso. Kronika śląska z 1689 r. podaje, że wody ze źródeł nad Kwisą były chętnie pite ze względu na zawartość gazu (dwutlenku węgla), a z czasem zaczęto używać ich również do kąpieli zdrowotnych.

Rozwój Świeradowa-Zdroju jako uzdrowiska z prawdziwego zdarzenia rozpoczął się w połowie XVIII w. po badaniach komisji lekarskiej przeprowadzonych na zlecenie Schaffgotschów, właścicieli tych terenów. Do domu zdrojowego zaczęli przyjeżdżać kuracjusze. Pod koniec XVIII w. pierwszy zakład kąpielowy wyposażony był w 12 wanien. W XIX w. do ciągle rozwijającego się uzdrowiska, poza licznymi pensjonatami, dodano również zakład kąpeli borowinowych. W 1895 r. uzdrowisko zostało mocno zniszczone przez pożar, ale już w 1899 r. udało się wznieść nowy kompleks zdrojowy. Architektoniczna tkanka Świeradowa-Zdroju była nieustannie rozwijana aż do wybuchu II wojny światowej.



Inżynier Paul Schmidt w 1933 r. potwierdził, że źródła na stoku Wysokiego Grzbietu wykazują radoczynność. Miejscowa legenda głosiła, że już w połowie XVI w. berliński lekarz Leonard Thurneysen miał zauważyć martwą żabę leżącą w wodzie nieopodal jednego ze źródeł. Obserwował ją przez kilka dni i stwierdził, że nie ulega rozkładowi. Dopiero późniejsze odkrycia i badania pozwoliły stwierdzić, że ma to związek z radonem. Legenda ta tłumaczy obecność motywu żaby przy różnych atrakcjach Świeradowa-Zdroju.

Ewenementem jest również fakt istnienia tuż obok Świeradowa-Zdroju drugiego uzdrowiska. Obecnie Czerniawa-Zdrój jest dzielnicą Świeradowa-Zdroju. Ten kameralny kurort położony jest w Dolinie Czarnego Potoku u podnóża Czerniawskiej Kopy. Pod koniec XVIII w. odkryto w nim źródła wód mineralnych, co zapoczątkowało powolny rozwój części zdrojowej. Uzdrowisko specjalizuje się głównie w leczeniu dzieci i młodzieży, ale obecnie jego oferta kierowana jest również do osób starszych. Poza właściwościami wód ważnym czynnikiem jest również górski klimat. Przysłonięcie doliny okolicznymi wzgórzami ma wpływ na promieniowanie słoneczne, a nierównomierne nagrzewanie się stoków górskich wpływa na cyrkulację powietrza.

Czerniawa-Zdrój dzięki inwestycjom dokonany w ostatnich latach zmienia swoje oblicze. Nie jest to już klasyczne uzdrowisko. Chcąc poznać jego leczniczy charakter, można wybrać się na krótki spacer od źródła „Jan 2” w górę doliny do fontanny z salamandrą. Po drodze mija się tężnię solankową, a także liczne ławeczki, na których można odpocząć w pięknej górskiej scenerii.

Zobacz w uzdrowisku

Świeradów-Zdrój jest rozległym uzdrowiskiem położonym na stokach Gór Izerskich, co sprawia, że w samej miejscowości występują duże różnice wysokości. Doliną Kwisy biegnie malownicza droga nr 358, która łączy miasto ze Szklarską Porębą. Właściwa część zdrojowa położona jest w oddaleniu od głównej szosy. Można do niej dojechać m.in. ulicami Piłsudskiego lub Sienkiewicza.

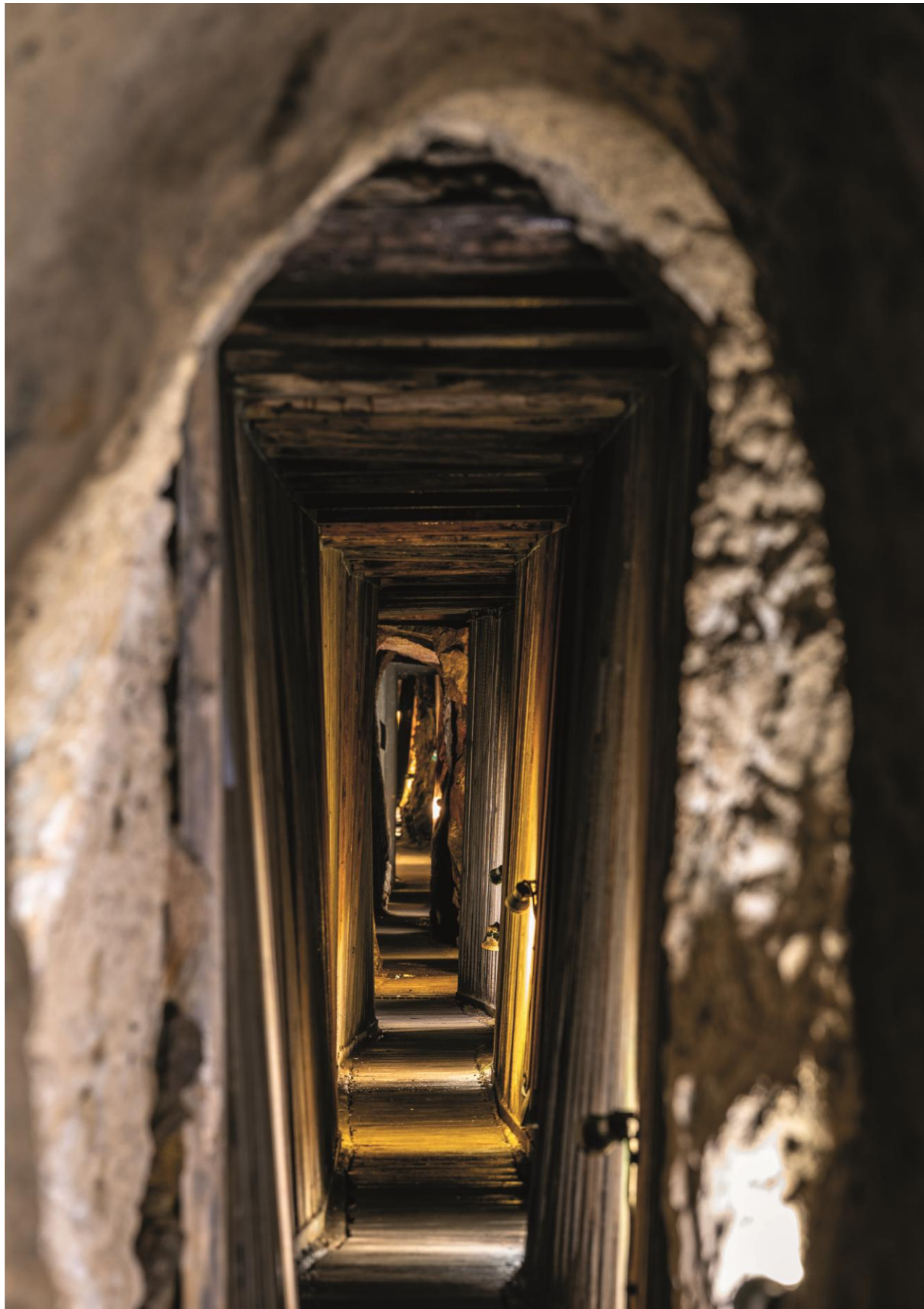
DOM ZDROJOWY I HALA SPACEROWA

Sercem i wizytówką Świeradowa-Zdroju jest Dom Zdrojowy. Wybudowano go w 1899 r. po pożarze poprzedniego budynku z końca XVIII w. Dwie części połączone są Halą Spacerową. Jej długość (80 m) czyni ją najdłuższym obiektem tego typu na Dolny Śląsku. Obecnie Dom Zdrojowy pełni funkcje noclegowe. W Hali Spacerowej można schronić się w czasie gorszej pogody. Działają w niej sklepy z pamiątkami i kawiarnia. Wzdłuż budynku biegną tarasy, z których roztacza się widok na położony poniżej Park Zdrojowy. W piwnicach budynku działa Muzeum Zdrojowe (nazywane również Muzeum Górnictwa Uzdrowiskowego), które otwarto w 2014 r. z okazji 260. rocznicy ocembrowania świeradowskiego źródła wód mineralnych.

PARK ZDROJOWY I DEPTAK

W sąsiedztwie Domu Zdrojowego znajduje się niewielki Park Zdrojowy, którego teren łagodnie schodzi w stronę dna doliny. Przecina go ulica Zdrojowa, która po rewitalizacji stała się deptakiem miejskim. Przy nim znajdują się restauracje, sklepy i stoiska z pamiątkami.





Tutaj również stoją trzy stanowiska z wodą źródlaną, z której bezpłatnie mogą skorzystać kuracjusze i turyści. Charakterystyczne poidelka zdobią figury: damy, dżentelmena oraz bożka Flinsa (dawne bóstwo, od którego Świeradów miał wziąć niemiecką nazwę Bad Flinsberg).

SKY WALK

Liczy 65 m wysokości i jest obecnie najwyższą wieżą widokową w Polsce. Wielkie uznanie należy się konstruktorom, którzy ścieżkę o długości 850 m przeprowadzili w taki sposób, że wejście na szczyt wieży odbywa się spokojnym tempem i nie wywołuje nawet zadyszki. W trakcie spaceru można podziwiać imponującą konstrukcję budowli, która zachwyca nie tylko inżynierów. Widoki rozpościerające się z góry zapierają dech w piersiach. Dobrze widoczne jest pasmo Gór Izerskich, a także uzdrowisko położone poniżej wieży.

Wieża przystosowana jest dla osób z niepełnosprawnością ruchową.

SKI&SUN ŚWIERADÓW-ZDRÓJ

Miejszem dostarczającym pięknych widoków jest Stóg Izerski. Tak przyjęło się określać miejsce, do którego dojeżdża kolej gondolowa, choć tak naprawdę dociera ona na zbocze Stogu Izerskiego, w okolice schroniska PTTK.

Wyruszając kolejką z dolnej stacji, pokonuje się odcinek 2171 m. Start znajduje się na wysokości 617 m n.p.m., a wyjeżdża się na wysokość 1060 m n.p.m. Tuż za drzwiami stacji podziwiać można piękne widoki w kierunku północnym, a udając się do punktu widokowego, który znajduje się po lewej stronie, można zobaczyć także grań Karkonoszy na wschodzie.

Kolejka przystosowana jest dla osób z niepełnosprawnością ruchową.





WIEŻA WIDOKOWA NA MŁYNNICY

Bezpłatną alternatywą dla SkyWalk i wjazdu kolejką gondolową jest wieża widokowa na Młynnicy. Ma 33,8 m wysokości i położona jest tuż obok drogi prowadzącej z centrum uzdrowiska do Czerniawy-Zdroju. Na jej szczyt prowadzi 148 schodów, ale wysiłek wynagradzają piękne widoki na Góry Izerskie i sąsiadujące z nim Pogórze Izerskie.

Zobacz w okolicy

PODZIEMNA TRASA TURYSTYCZNA „KOPALNIA ŚW. JAN” W KROBICY

W odległości około 5 km od Świeradowa-Zdroju, w Krobicy, znajduje się unikalna atrakcja tamtejszego Geoparku – podziemna trasa turystyczna. Turyści mają niepowtarzalną okazję zobaczyć wewnątrz jednej z najstarszych zachowanych kopalń w Polsce. W XVI-XVIII w. prowadzono w tym miejscu wydobywanie rud cyny i kobaltu. Trasa turystyczna ma wyjątkowy klimat, ponieważ wiedzie wąskimi korytarzami wśród naturalnych skał, w których wykuto przejścia. Zwiedzanie urozmaicają opowieści o górnikach, historii regionu i legendach, którymi przez lata owiane były te podziemne zakamarki.

ZAMEK CZOCHA

W osadzie Sucha nad Jeziorem Leśniańskim (zbiornik zaporowy na rzece Kwisie) stoi zamek Czocho (dawniej Czajków). Wybudowano go jako warownię graniczną w połowie XIII w. na polecenie króla czeskiego Wacława I. Naturalne ukształtowanie terenu czyniło z niego miejsce trudne do zdobycia. Od połowy XV w. do początku XVIII w. zamek znajdował się w rękach rodu von Nostitz. Według źródeł historycznych z połowy XIX w. zamek stał opuszczony. Jego losem zainteresował się niemiecki przedsiębiorca Ernest von Gütschow. Kupił zamek w 1909 r., a jego przebudowę zlecił architektowi Bodo Ebhardtowi. Jej celem było przywrócenie wyglądu, który zachował się na rycinach z początku XVIII w. do końca II wojny światowej posiadłość była oczkiem w głowie rodziny Gütschowów.

Obecnie w zamku funkcjonują hotel i restauracja, a pełne tajemnic wnętrza udostępnione są turystom. Można zobaczyć m.in. ekspozycje w salach: rycerskiej, marmurowej, bibliotecznej, portretowej, a także w dawnym skarbcu i komnacie książęcej. Z wieży zamkowej rozpościera się przepiękna panorama na okolicę z Jeziorem Leśniańskim na czele.

Wnętrza zamku są częściowo dostępne dla osób z niepełnosprawnością ruchową.





PRZYDATNE ADRESY

Uzdrowisko Świeradów-Zdrój

[Strona Uzdrowiska Świeradów](#)

Sky Walk

ul. Dąbrowskiego 8, Świeradów-Zdrój

[Strona Sky Walk Świeradów-Zdrój](#)

Ski&Sun Świeradów-Zdrój

ul. Źródłana 7, Świeradów-Zdrój

[Strona Ski&Sun Świeradów-Zdrój](#)

Podziemna Trasa Turystyczna „Kopalnia św. Jan w Krobicy”

Krobica 90

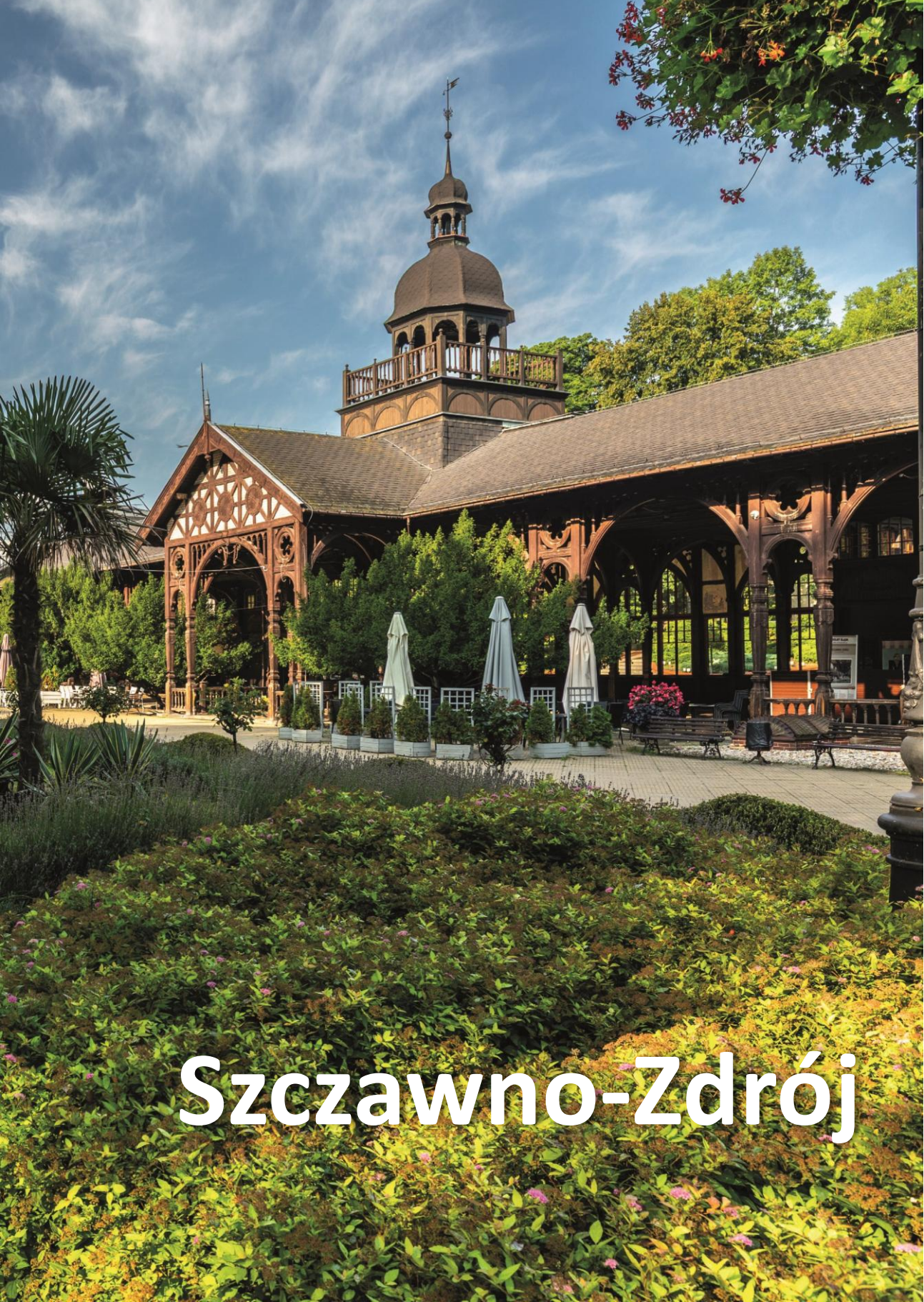
[Strona Podziemnej Trasy Turystycznej "Kopalnia św. Jana w Krobicy"](#)

Zamek Czocho

Sucha, 59-820 Leśna

[Strona Zamku Czocho](#)





Szczawno-Zdrój

Szczawno-Zdrój

Szczawno-Zdrój, podobnie jak Cieplice Śląskie-Zdrój, zalicza się do grona najstarszych uzdrowisk na Dolnym Śląsku. Sąsiaduje z Wałbrzychem – znanym ośrodkiem górniczym i przemysłowym. Na szczęście Szczawno-Zdrój nie podzieliło losu pobliskiego Starego Zdroju (obecnie część Wałbrzycha), gdzie w 1868 r. wyschły źródła wód mineralnych. Miało to związek z pracami górniczymi, które zakłóciły podziemne stosunki wodne. Historycy datują całkowity upadek Starego Zdroju na rok 1873. W tym samym czasie Szczawno-Zdrój przeżywało czas rozkwitu. Fundament pod ten sukces w końcu XVI w. położył Kasper Schwenckfeld, nadworny medyk rodziny Hochbergów, właścicieli tych ziem. Z 1776 r. pochodzą informacje o tym, że wodę z miejscowych źródeł (głównie ze Źródła Górnego, obecnie „Mieszko”) zaczęto dystrybuować ze względu na jej lecznicze właściwości. Szacuje się, że w okresie międzywojennym XX w. ze Szczawna-Zdroju wysyłano w Polskę od 1,5 do 2 mln butelek wody leczniczej rocznie.

Prace wykopaliskowe pozwalają przypuszczać, że już plemiona wczesnosłowiańskie wykorzystywały właściwości lokalnych wód. Świadczą o tym m.in. odkryte drewniane osłonięcia studzienne z okresu I–III w n.e. Odkryto także późniejsze ślady po szybikach i przedmiotach służących do czerpania wody ze źródła. Obecnie najważniejszym źródłem – i zarazem najstarszym (badane już w 1597 r.) – jest „Mieszko”, którego ujęcie znajduje się w Pijalni Wód Mineralnych sąsiadującej z halą spacerową z końca XIX w. Woda w nim to szczawa wodorowęglanowo-sodowa z wapniem i magnezem, którą wykorzystuje się w kuracjach pitnych, inhalacjach i kąpielach.





Wiek XIX w. przyniósł rozwój uzdrowiska. Powstały nowe obiekty, co spowodowało, że do Szczawna-Zdroju coraz liczniej zaczęli zjeżdżać kuracjusze. Wielki wpływ na budowanie pozycji uzdrowiska miał Samuel August Zemplin. Ten niezwykle żywiołowy lekarz zdrojowy zainicjował wiele budów i zmian, które przyczyniły się do tego, że Szczawno-Zdrój stało się bardzo modnym uzdrowiskiem. Kamieniem milowym w budowaniu jego marki było otwarcie linii kolejowej z Wrocławia do Świebodzic.

W 1845 r. w mieście funkcjonowały pensjonaty, zajazdy i domy noclegowe, które mogły przyjąć nawet 1500 osób. Szczawno trafiło na listę uzdrowisk poważanych przez europejskie i amerykańskie elity. Ten fakt sprawił, że było to nie tylko jedno z najbardziej rozpoznawalnych uzdrowisk na Starym Kontynencie, ale również jedno z najdroższych. Specjalnie dla elit powstał teatr zdrojowy. Odbywały się w nim różne wydarzenia artystyczne. 16 sierpnia 1855 r. koncert dał tu Henryk Wieniawski. Ten sławny skrzypek przebywał w Szczawnie dwukrotnie (w latach 1855 i 1867).

W 1910 r. do użytku oddany został imponujący po dziś dzień Grand Hotel (obecnie Dom Zdrojowy „Uzdrowisko Szczawno-Jedlina” SA). Przed I wojną światową wykonano prace modernizacyjne przy wszystkich ujęciach źródeł mineralnych. Z danych wynika, że przed II wojną światową Szczawno-Zdrój odwiedzili kuracjusze z 40 krajów świata, w tym z Japonii i Australii. Po 1945 r. miejscowość krótko nazywała się Solice-Zdrój, ale już w 1946 r. nadano jej nazwę obowiązującą do dzisiaj. Tradycje lecznicze są kontynuowane, a do Szczawna-Zdroju kierowane są głównie osoby z problemami górnych i dolnych dróg oddechowych, chorobami nerek i dróg moczowych oraz schorzeniami układu trawienia.





Zobacz w uzdrowisku

Szczawno-Zdrój posiada wyraźnie zarysowaną część zabytkową, w której skupione są najważniejsze obiekty uzdrowiska. Najciekawszy jest kwartał, który tworzą ulice Kolejowa, Ratuszowa, Kościuszki oraz Wojska Polskiego. Przy nich stoją zabytkowe wille, sanatoria oraz budynki wzniesione z myślą o kuracjuszach. Odchodząc od centrum, warto przejść Aleją Spacerową na obrzeża Szczawna-Zdroju. Wzdłuż tej ulicy można zobaczyć wiele wiekowych willi.

PARK ZDROJOWY I PARK SZWEDZKI

Ze względu na dwukrotny pobyt Henryka Wieniawskiego na kuracji w szczawieńskim uzdrowisku Park Zdrojowy nosi jego imię. Założenie parkowe powstało na początku XIX w., ale w kolejnych latach powiększano jego rozmiar i dodawano w nim kolejne elementy. W obecnej formie, po przebudowie po II wojnie światowej, uporządkowaną strukturę posiada w dolnej części sąsiadującej z pijalnią wód i halą spacerową. Im bardziej zagłębia się w jego alejki i dróżki, tym robi się zdecydowanie bardziej dziko. W krajobrazie nadal dostrzegalne są elementy parku angielskiego z dużymi naturalnymi obszarami. Duża liczba odmian drzew i krzewów zwłaszcza wiosną i jesienią tworzy niezwykłą scenerię. Przez park biegnie niebieski szlak turystyczny, który łączy Szczawno-Zdrój z wałbrzyską dzielnicą Stary Zdrój. Ważnym punktem na mapie parku jest także neogotycka wieża, upamiętniająca postać księżnej Anny von Hochberg.

W Szczawnie istnieje jeszcze drugi, dużo mniejszy, ale również godny uwagi park. Nazywa się go Parkiem Szwedzkim. Rozciąga się na zachód od ulicy Kolejowej i prowadzi w kierunku dawnego Dworu Idy (obecnie kompleks Dworzysko). Park po rewitalizacji jest świetnym miejscem spacerowym, a dzięki budowie nowoczesnych placów zabaw stanowi idealne miejsce dla rodzin z dziećmi.

PIJALNIA WÓD MINERALNYCH I HAŁA SPACEROWA

Obowiązkowym punktem w Szczawnie-Zdroju jest zabytkowa Pijalnia Wód Mineralnych wraz z przylegającą do niej Halą Spacerową. W tym samym ciągu budynków znajduje się również Teatr Zdrojowy, który otwarto już w 1822 r. Był to jeden z pierwszych obiektów tego typu na Śląsku. Jego obecny budynek powstał pod koniec XIX w. Podobnie sprawa wygląda z pijalnią i halą, które zastąpiono nowymi budowlami po pożarze w 1893 r.







WZGÓRZE GEDYMINA

Między Wałbrzychem a Szczawnem-Zdrojem położone jest wzgórze o wysokości 532 m n.p.m. W literaturze nazywa się je również Górą Parkową. Stoi na niej wieża widokowa, z której z wysokości 33 m można podziwiać całą okolicę. Na szczyt wieży prowadzi łagodna pochylnia, dzięki czemu bez problemu można wjechać tam wózkiem dziecięcym. Potencjał tego miejsca wykorzystano już w połowie XIX w., wznosząc pawilon oraz wieżę widokową. Obecna konstrukcja otwarta została w 2022 r. Z górnego tarasu widać Góry Wałbrzyskie, Góry Kamienne, Masyw Ślęży, a także Góry Sowie. Najprostsza droga na szczyt prowadzi z parkingu przy Słonecznej Polanie w Szczawnie-Zdroju. Trzymając się niebieskiego szlaku, po ok. 30 min dociera się do wieży widokowej. Wstęp jest bezpłatny.

DWORZYSKO

W 1844 r. na obrzeżach uzdrowiska uruchomiono Dwór Idy. Powstał on z inspiracji Idy von Hochberg i ulokowano go nieopodal gospodarstwa hodowlanego, z którego pochodziła m.in. serwatka, którą podawano w Dworze Idy. Instytut Serwatkowy, który działał w Szczawnie-Zdroju uważany był za jeden z największych i najnowocześniejszych w regionie. W 1875 r. na jego potrzeby hodowano 600 kóz, 150 krów, 300 owiec i 60 oślic, co zapewniało kilkadziesiąt tysięcy litrów mleka rocznie. Kuracjom serwowano mleko i serwatkę, a z czasem także kefir i jogurt.

Dwór Idy wzniesiono w charakterystycznym stylu szwajcarskim (stąd często nazywa się go Szwajcarką). Znajdowała się w nim sala, w której kuracjusze i turyści mogli skosztować mleka i serwatki.

Położenie dworu z dala od centrum uzdrowiska zachęcało gości do dłuższego spaceru, co również pozytywnie wpływało na całokształt kuracji i pobytu w uzdrowisku.

Dolny Śląsk naturalnie

Obecnie Dwór Idy stanowi część kompleksu hotelowo-restauracyjnego Dworzysko. W jego zabytkowych wnętrzach działa kawiarnia, a górne kondygnacje mieszczą komfortowe pokoje hotelowe. W zabudowaniach sąsiadujących z dworem znajduje się stajnia dla koni, a także restauracja Babinicz.



Zobacz w okolicy

ZAMEK KSIĄŻ

Źródła historyczne pierwszy raz wymieniają warownię Fürstenberg ok. 1290 r. Na kartach historii pojawia się syn Bolesława Rogatki, Bolko I Surowy, książę świdnicko-jaworski. To za jego panowania pod koniec XIII w. miała rozpocząć się budowa tego obiektu. Po burzliwych losach na początku XVI w. zamek trafił ręce rodziny Hochbergów. Dokonali oni znacznej przebudowy i rozbudowy warowni, nadając jej styl renesansowy. Niestety, zamku nie ominęła wojna trzydziestoletnia, w czasie której wielokrotnie był napadany i niszczony.



Z początkiem XVIII w. zagościł w nim barok. Zamek przestał pełnić funkcje obronne, a w miejscu dawnych umocnień i fortyfikacji pojawiły się tarasy z bujnymi ogrodami. Nastąpiła era, w której Zamek Książ stał się jedną z najpiękniejszych budowli na mapie ówczesnych europejskich rezydencji. Malowniczo położona twierdza zawsze budziła podziw odwiedzających ją sław. W książkach progach pojawili się m.in.: Izabela Czartoryska, car Mikołaj I Romanow, Zygmunt Krasiński czy Winston Churchill.

Hochbergowie nie ustawali w procesie upiększania zamku. Mimo sporych zniszczeń w czasie II wojny światowej i w kolejnych latach budowla wciąż robi ogromne wrażenie. Jest to trzeci pod względem wielkości zamek w Polsce (po Malborku i Wawelu). Część jego wnętrza udostępniona jest turystom. W otaczającym zamek kompleksie funkcjonuje prężna baza hotelowa i gastronomiczna.

Zamek, ze względu na zabytkowy charakter wnętrza, tylko częściowo dostępny jest dla osób z niepełnosprawnością ruchową.

PALMIARNIA W WAŁBRZYCHU

Nieopodal Zamku Książ znajduje się zabytkowa palmiarnia. Książę Henryk XV von Pless postanowił urządzić ogród zimowy z prawdziwego zdarzenia w pobliżu swojej siedziby rodowej. Palmiarnia miała stać się namiastką egzotycznego świata, który rodzina poznawała w czasie podróży. Nazywa się go również „najpiękniejszym bukietem dla księżnej Daisy” (Marii Teresy Oliwii Hochberg von Pless, nazywanej Daisy). Budowa trwała w latach 1911-1913 i pochłonęła ogromne środki finansowe, ale rozmach inwestycji sprawił, że nawet po upływie ponad stu lat wywołuje wielki zachwyt wśród odwiedzających.







Ogród posiada bardzo oryginalne elementy, z których uwagę przykuwa tuf wulkaniczny sprowadzony z sycylijskiego wulkanu Etny. To on posłużył jako podłoże dla roślin i zdobi ściany. Budynek wejściowy zwieńczony jest szklaną kopułą. Szklarnie tworzą zamknięty prostokątny układ z wewnętrznymi dziedzińcami. Obecnie w palmiarni można zobaczyć ponad 250 gatunków roślin z całego świata. Przechadzają się tu także dostojne pawie, w oczkach wodnych pływają żółwie, a na specjalnym wybiegu harcują lemury.

Zabytkowy charakter budowli uniemożliwia pokonanie trasy przez osoby z niepełnosprawnością ruchową (są schody). Istnieje jednak możliwość zobaczenia części palmiarni, w której nie ma przeszkód architektonicznych.

STARA KOPALNIA W WAŁBRZYCHU

Poza wodami mineralnymi drugim naturalnym skarbem regionu jest węgiel. Odwiedzając Szczawno-Zdrój, warto poznać bliżej również przemysłową przeszłość tych terenów, a idealnym miejscem do tego jest muzeum Stara Kopalnia. Powstało ono w miejscu Kopalni Węgla Kamiennego „Julia”, zajmując miejsce dawnego Muzeum Przemysłu i Techniki. Wszystkie działania podjęte po zakończeniu wydobywania czarnego złota miały na celu zachowanie w jak najlepszym stanie tej ogromnej spuścizny działania człowieka na tych terenach. Historia jest tu zamknięta w podziemnych korytarzach oraz w halach, gdzie mieściły się warsztaty i stały maszyny obsługujące szyby górnicze, dzięki którym węgiel wydostawał się na powierzchnię.

Wizyty w Starej Kopalni nie można nazwać zwiedzaniem, bo to jest bardziej fascynujące doświadczenie kontaktu ze światem dolnośląskiego przemysłu. Choć wydobywanie ustało, a górnicy zostali przewodnikami, to klimat pozostał i całość, dzięki świetnie przygotowanej ekspozycji, w ciekawy sposób przybliża rzeczywistość dawnej kopalni. Poza częścią muzealną znajduje się tu Centrum Ceramiki Unikatowej (istnieje możliwość zapisu na warsztaty), Galeria Sztuki Współczesnej oraz wiele innych instytucji kulturalnych.

Obiekt jest przystosowany dla osób z niepełnosprawnością ruchową oraz posiada pętle indukcyjne wspomagające osoby korzystające z aparatów słuchowych.

KOŚCIÓŁ POKOJU W ŚWIDNICY

Chlubą Świdnicy, miasta z przepięknymi zabytkami architektury murowanej, paradoksalnie nie jest zbytek wzniesiony z kamienia, a z materiałów nietrwałych: gliny, słomy i drewna. Do budowy Kościoła Pokoju im. Trójcy Świętej nie użyto ani jednego gwoźdźa, a cała konstrukcja stanęła w ciągu jednego roku. Warunkiem koronnym było też to, że obiekt miał znaleźć się poza granicami miasta i nie mógł przypominać ówczesnych kościołów.

Kościół ten protestanci wzniesli na mocy porozumień traktatu westfalskiego z 1648 r. kończącego wojnę trzydziestoletnią. Katolicy Habsburgowie postawili niezwykle wyśrubowane warunki dla nowych świątyń innego wyznania, stąd tak przedziwna konstrukcja i organizacja budowy świdnickiej świątyni. Kościół mierzy 44 m długości i 30,5 m szerokości. Szachulcowa konstrukcja wzniesiona została na planie krzyża greckiego, do którego dobudowano: od wschodu Halę Chrztów i zakrystię, od zachodu Halę Zmarłych, od południa Halę Ślubów i od północy Halę Polną.

Pierwsze nabożeństwo w tym kościele odprawiono 24 czerwca 1657 r. Wraz ze zmieniającą się sytuacją geopolityczną ewangelicy na przestrzeni wieków rozbudowywali kompleks, wznosząc dzwonnice oraz szkołę. Świątynia otoczona jest starym cmentarzem, a dookoła niej, na zewnątrz, ustawiono piękne epitafia nagrobne. W 2001 r. dwa zachowane Kościoły Pokoju (w Świdnicy i Jaworze) trafiły na listę światowego dziedzictwa UNESCO.

Wejście do kościoła dla osób z niepełnosprawnością ruchową utrudnia próg w drzwiach, którego pokonanie jest problematyczne.

PRZYDATNE ADRESY

Uzdrowisko Szczawno-Jedlina S.A.

ul. Kolejowa 14, Szczawno-Zdrój

[Strona Uzdrowiska Szczawno-Jedlina S.A.](#)

Pijalnia Wód Mineralnych

ul. Tadeusza Kościuszki 23, Szczawno-Zdrój

[Strona Uzdrowiska Szczawno-Jedlina S.A.](#)

Dworzysko

al. Spacerowa 22, Szczawno-Zdrój

[Strona Resortu Dworzysko](#)

Zamek Książ

ul. Piastów Śląskich 1, Wałbrzych

[Strona Zamku Książ](#)

Palmiarnia

ul. Wrocławska 158, Wałbrzych

[Strona Palmiarni w Zamku Książ](#)

Stara Kopalnia w Wałbrzych

ul. Piotra Wysockiego 29, Wałbrzych

[Strona Starej Kopalni w Wałbrzychu](#)

Kościół Pokoju w Świdnicy

pl. Pokoju 6, Świdnica

[Strona Kościoła Pokoju w Świdnicy](#)





Jedlina-Zdrój

Jedlina-Zdrój

Dzieje tego uzdrowiska sięgają początku XVIII w., choć lecznicze właściwości miejscowych źródeł znane były już w XVI w. W 1723 r. (lub 1724 r.) na mapach pojawia się nazwa Charlottenbrunn. Miejscowość nazwano tak na cześć Charlotty, żony barona Hansa Christopha von Seher-Thossa. W zamierzonych czasach była to niewielka osada drwali, a nazwa „Jedlinka” nawiązywała do rosnących w tych okolicach lasów jodłowych. Wraz z rozwojem uzdrowiska zaczęła się jego rozbudowa, której załączkiem początkowo były okolice Placu Zdrojowego.

W połowie XVIII w. stały tam dwór należący do właścicieli, dom zdrojowy, kasyno i pawilon przeznaczony do gry w bilard. W pobliżu placu powstały oficyny, w których mieszkała służba. W XIX w. rozpoczął się okres rozbudowy i zabudowywania kolejnych ziem, początkowo na południe od Placu Zdrojowego (dzisiejsza ul. Piastowska). Z biegiem lat rosło zainteresowanie uzdrowiskiem, które nie wyróżniało się wyjątkową właściwością, ale zbawienny wpływ na zdrowie miał ogół czynników klimatycznych oraz występowanie wód mineralnych. W latach po II wojnie światowej do Jedliny-Zdroju kierowano przede wszystkim ludzi z dolegliwościami górnych dróg oddechowych.

W XIX w. nastąpił szybki rozwój strefy architektonicznej. Pobliskie lasy zagospodarowano na tereny spacerowe, a nieopodal centrum powstał park zdrojowy, którego ścieżki biegły aż na stok Góry Rzepisko. Ogrody i niewielkie parki zakładano również przy nowo budowanych willach, których w drugiej połowie XIX w. powstało całkiem sporo. Na przełomie XIX i XX w. wytyczono nowe ulice, przy których powstały kolejne pensjonaty i wille.



Taki stan rzeczy, czyli sukcesywne powiększanie się uzdrowiska, utrzymał się aż do wybuchu II wojny światowej.

Po 1945 r. uzdrowisko przyjęło nazwę Jedlina-Zdrój. Układ przestrzenny nie został zmieniony, ale lata zaniedbań przyczyniły się do utraty dawnego splendoru miasta. Zmieniło się znacznie otoczenie Placu Zdrojowego – dwóch dawnych właścicieli został rozebrany i tak naprawdę tylko kilka budynków zachowało swój oryginalny wygląd, nawiązujący do stylu z XIX w. Rozwój przemysłu górniczego w pobliskim Wałbrzychu spowodował zanik naturalnych źródeł wody mineralnej. W latach 60. XX w. powrócono do dawnych tradycji uzdrowiskowych, tworząc w Jedlinie-Zdroju filię Uzdrowiska Szczawno-Jedlina.

Początek XXI w. przyniósł liczne inwestycje. Powstała pijalnia wód mineralnych, dokonano renowacji parków, a także wybudowano Pawilon Zdrojowy (działa w nim biblioteka miejska). W 2022 r. ukończono prace w Parku Północnym (nazywany też Parkiem Zdrojowym). Jest w nim sporo przestrzeni do wypoczynku, a główną atrakcją stanowi fontanna multimedialna.

Zobacz w uzdrowisku

Jedlina-Zdrój swoim układem przestrzennym nie nawiązuje do schematu znanego z innych uzdrowisk. Najciekawsza część ulokowana jest w najbliższej okolicy Placu Zdrojowego, w którym znajduje się ławeczka z pomnikiem Charlotty. Przejście pieszo między wszystkimi atrakcjami związanymi z dawnymi tradycjami uzdrowiskowymi nie zajmie więcej niż 30 min. Z głównego placu warto przejść ulicą Sienkiewicza do Parku Aktywności Czarodziejska Góra. Funkcjonuje tu park linowy z trasami o różnym stopniu trudności, a także tor saneczkowy. Miłośnicy aktywnego wypoczynku powinni również odwiedzić w Jedlinie-Zdroju Kompleks Sportowo-Rekreacyjny Active. W ciepłych miesiącach działa tam park wodny, a zimą funkcjonuje lodowisko.

PAŁAC JEDLINKA

Z dala od części zdrojowej położony jest Pałac Jedlinka, który wyróżnia się niezwykle ciekawą historią. Sięga ona XIII w. i panowania księcia jaworsko-świdnickiego Bolka I Surowego. Wzniesiono w tym miejscu warownię, która wpisywała się w plan ochrony granic w górskiej części królestwa. Pałac, który widzimy w Jedlinie dzisiaj, nabrał takiego wyglądu za czasów Carla Kristera, nazywanego śląskim Rockefellerem. Zbił on majątek na produkcji porcelany. W drugiej połowie XIX w. barokowy wygląd zamku zastąpiono klasycystycznym. Do wnętrza wkroczył ogromny przepych, który mimo lat zaniedbań, grabieży i zniszczeń, do dzisiaj robi ogromne wrażenie. Przed wejściem stała fontanna w kształcie trefla, założono ogródek letni z miejscem kąpielowym.

Kolejnym właścicielem, pod koniec XIX w., został Gustaw Adolf Boehme, który zamontował w pałacu oświetlenie elektryczne i dokonał licznych prac renowacyjnych, co zachowało wyjątkowy charakter tego miejsca. Jeszcze przed II wojną światową majątek w Jedlinie (część miasta) został znacjonalizowany. Gdy rozpętała się wojna, a w Górach Sowich rozpoczęto realizację projektu Riese (budowa jednej z kwater głównych Hitlera), pałac stał się tajną siedzibą Organizacji Todt, która nadzorowała prace przy budowie podziemnych kompleksów.

Obecnie wnętrza pałacu dostępne są dla zwiedzających. Można zobaczyć m.in. salę balową, którą ozdobiono prawdziwymi płatkami złota, pokój Carla Kristera wraz z kolekcją jego porcelanowych arcydzieł, a także trzy sale reprezentacyjne, w których zachowała się XIX-wieczna sztukateria. W jednym z pomieszczeń zrekonstruowano pomieszczenie sztabowe Organizacji Todt. Klimat XIX w. czuje się również w Sali Gustawa Boehme. Sąsiaduje ona z komnatą heraldyczną, w której znajdują się unikatowe zbiory genealogii rodów szlacheckich.

Zobacz w okolicy

ZAMEK GRODNO

Wysoko nad Zagórzem Śląskim, na wzgórzu Choina, znajduje się jeden z najpiękniej położonych zamków na Dolnym Śląsku. Jak przypuszczają historycy, dzieje zamku Grodno sięgają czasów księcia świdnicko-jaworskiego Bolka I Surowego. Pod koniec XIV w. warownia trafiła w ręce Korony Czeskiej. Właścicielami były znamienite rody rycerskie. W 1774 r. trafił w ręce rodu von Zedlitzów.

Znacząca rozbudowa miała miejsce w połowie XVI w., kiedy zabudowano podzameczek i postawiono budynek bramny z piętrem mieszkalnym. Wzniesiono również wieżę, dodano pierścień murów, dzięki czemu przedzameczek zostało powiększone i przyjęło kształt długiego dziedzińca otoczonego bastionami. Budynek bramny ozdobiono pięknymi sgraffitami (włoska metoda zdobienia elewacji polegająca na nakładaniu kilku warstw kolorystycznych tynku i wydrapywaniu ich w wyszukane wzory).

Wojna trzydziestoletnia wyrządziła w zamku wiele szkód. Jego obecny wygląd jest raczej swobodną interpretacją dawnego kształtu, który został mu nadany w czasie prób odbudowy w XIX w. Na początku XX w. zamek zaczęli odwiedzać turyści, dla których zorganizowano gospodę i schronisko turystyczne. Po II wojnie światowej prowadzono kolejne prace zabezpieczające. Od 2008 r. zamek jest własnością gminy Walim, która dba o niego, zachowując równowagę pomiędzy przeszłością a teraźniejszością.

PODZIEMNE TRASY TURYSTYCZNE PROJEKTU RIESE

W pobliżu Jedliny-Zdroju na turystów czekają najbardziej tajemnicze trasy podziemne w Polsce. Powstały w czasie II wojny światowej i mimo wielu lat badań i kwerend historycznych nie udało się w stu procentach potwierdzić

ani jakie było dokładne przeznaczenie tych podziemnych obiektów, ani czy to, co zostało odkryte, stanowi całość wybudowanego kompleksu. Nutka tajemnicy unosi się podczas zwiedzania Podziemnego Miasta „Osówka”, Sztolni Walimskich czy Kompleksu „Włodarz” w Górach Sowich.

Istnieje również kolejna trasa, która powstała w podziemiach Zamku Książ Wałbrzychu. Każdy z tych obiektów, choć należy do jednego tajnego projektu, jest na swój sposób wyjątkowy i zaprezentowany jest w nim inny poziom ukończenia prac, które przerwano w momencie wkroczenia na te tereny Armii Czerwonej w 1945 r. Warto odwiedzić wszystkie cztery podziemne trasy, żeby zyskać szerszą perspektywę na Projekt Riese (niem. olbrzym), który mimo upływu lat ciągle skrywa przed nami wiele tajemnic.

PRZYDATNE ADRESY

Pałac Jedlinka

ul. Zamkowa 4, Jedlina-Zdrój

[Strona Resortu Jedlinka](#)



Zamek Grodno

Wzgórze Zamkowe, Zagórze Śląskie

[Strona Zamku Grodno](#)

Podziemne Miasto Osówka

ul. Świerkowa 29D, Sierpnica

[Strona Podziemnego Miasta Osówka](#)

Sztolnie Walimskie

ul. 3 Maja 26, Walim

[Strona Kompleksu "Riese" Sztolnie Walimskie](#)

Kompleks „Włodarz”

ul. Górna 71, Jugowice

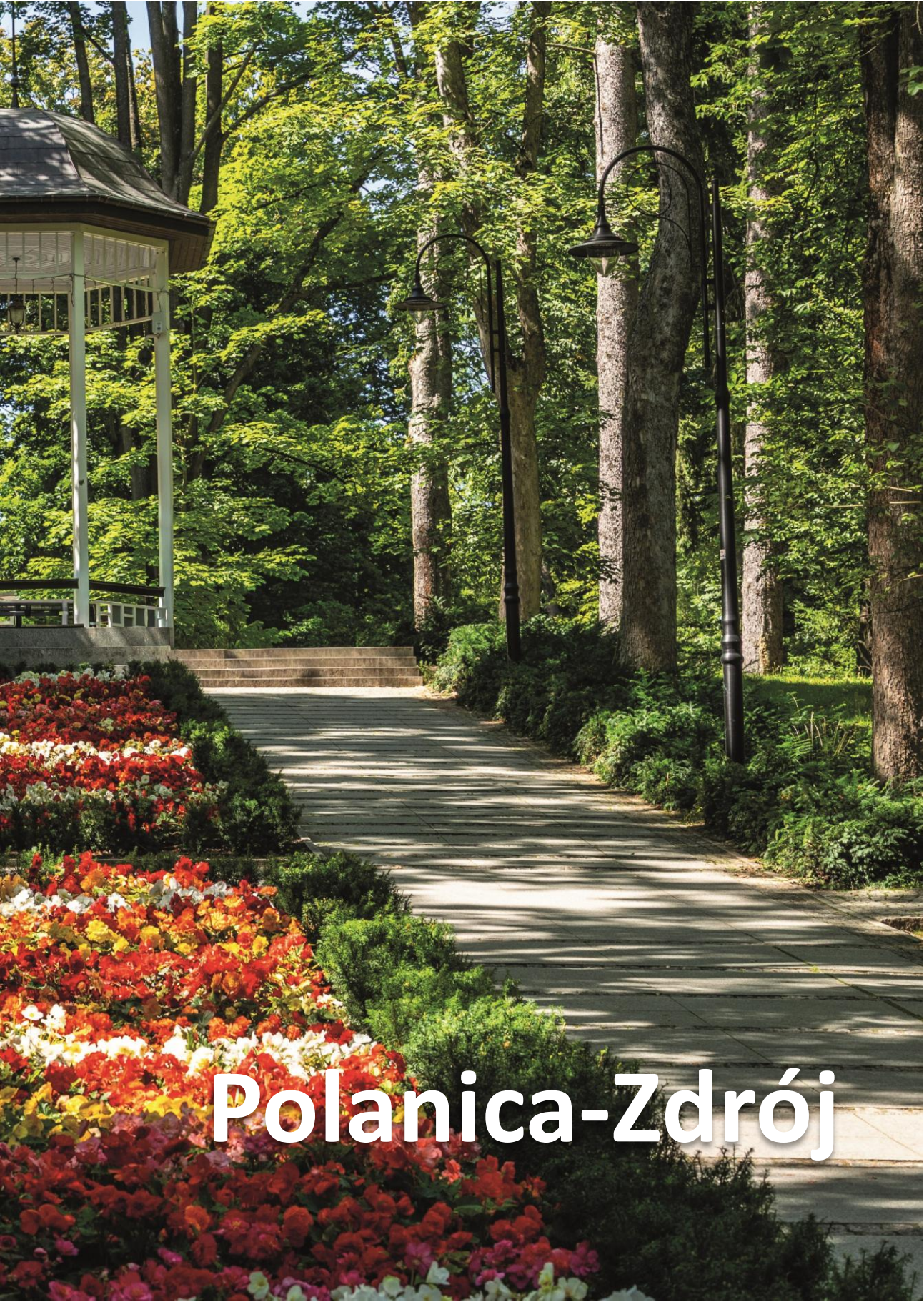
[Strona Podziemnej Trasy Turystycznej "Włodarz"](#)

Podziemia Zamku Książ

ul. Piastów Śląskich 1, Wałbrzych

[Strona Podziemnej Trasy Turystycznej w Zamku Książ](#)





Polanica-Zdrój

Polanica-Zdrój

Ważną datą w dziejach Polanicy-Zdroju jest rok 1828. Powstały wtedy pierwsze łązienki zdrojowe, ale nie znaczy to, że wcześniej wyjątkowość miejscowych źródeł była nieznana. Już w 1625 r. wspominał o nich Georgius Aelurius w Glaciographii (opis ziemi kłodzkiej). Podkreśla on wyjątkowy smak polanickich wód i wspomina o tym, że korzystają z nich zarówno chorzy, jak i zdrowi.

W miejscu dzisiejszego uzdrowiska od dawna istniała osada, której nazwa „zu Heyde” (niem. u puszczy) wskazuje, że istniały tu kiedyś niezwykle bujne lasy. Miejscowość ze względu na swoje położenie i naturalne warunki klimatyczne przyciągała osiedleńców, którzy nieświadomie korzystali z dobroczynnych właściwości tego miejsca. W połowie XVI w. wieś podzieliła się na Nową Polanicę i Starą Polanicę (Neuheide i Altheide). W zamierzczłych czasach należała ona do augustianów z Kłodzka, później do jezuitów, a w 1773 r. przeszła na własność państwa pruskiego. Kolejne lata to czasy rozwoju, ale i zmian właścicieli.

Na kartach polanickiej historii zapisali się Fryderyk von Reden oraz Joseph Grolms, kupiec z Kłodzka. Temu drugiemu uzdrowisko zawdzięcza ocembrowanie źródła „Józef” i budowę niewielkiej pijalni wód mineralnych i łązienek z ośmioma kabinami. Zaczynał skromnie, a za wzór brał pobliskie Duszniki. Kolejni właściciele tych ziem kontynuowali prace i choć uzdrowisko nieustannie się rozwijało, to nie ma mowy o zawrotnym tempie. W 1880 r. odwiedziło je ok. 300 kuracjuszy, a w 1890 r. było ich nieco ponad 720. Ważnym momentem w historii był przełom XIX i XX w., kiedy Polanica należała do barona Goltza. Zlecił on w 1903 r. poszukiwanie nowego źródła.



Po roku badań na głębokości 34,6 m natrafiono na źródło, które nazwano Wielka Pieniawa. Z końcem 1904 r. dokonano również odwiertu źródła „Goplana”.

Baron Goltz 1 grudnia 1904 r. sprzedał swoje ziemie spółce Zarząd Uzdrowiska Polanica. Ta, posiadając znaczny kapitał, rozpoczęła inwestycje i prace nad zagospodarowaniem terenów pod przyszłe, nowoczesne uzdrowisko. Sercem założenia stał się dom zdrojowy (obecnie Wielka Pieniawa) otoczony parkiem. W jego sąsiedztwie wytyczono działki na wille i pensjonaty. Każda budowa musiała zostać zatwierdzona przez zarząd spółki. Chciano zachować spójny charakter uzdrowiska nawiązujący do podgórskiej architektury tych terenów. W 1906 r. oddano do użytku Dom Zdrojowy, który dzięki nowoczesnemu wyposażeniu szybko stał się tłumnie odwiedzanym miejscem.

Do 1910 r. w Polanicy powstało ok. 50 pensjonatów. Urzeczeni tym miejscem kuracjusze korzystali z wód mineralnych, łagodnego klimatu, a także licznych atrakcji w pobliskich Górach Stołowych, Górach Bystrzyckich i Górach Orlickich. Sama miejscowość rozwijała się aż do wybuchu II wojny światowej. W 1925 r. otwarty został Teatr Zdrojowy, a w 1930 r. budynek nowych łazienek. Polanica stała się najnowocześniejszym uzdrowiskiem w Sudetach. Krótco po II wojnie światowej nadano jej nazwę Puszczaków-Zdrój, ale już w maju 1946 r. zmieniono ją na Polanica-Zdrój. Niezniszczona infrastruktura pozwoliła na szybkie uruchomienie lecznictwa sanatoryjnego, które w początkowych latach skupiało się głównie na chorobach kardiologicznych. Z biegiem czasu wachlarz zabiegów i kuracji został znacznie rozszerzony, a obecnie Polanica-Zdrój jest jednym z najliczniej odwiedzanych uzdrowisk na Dolnym Śląsku.



Zobacz w uzdrowisku

Zabytkowa zabudowa uzdrowiskowa skupiona jest wokół Parku Zdrojowego. Dominuje w nim gmach Wielkiej Pieniawy (dawny Dom Zdrojowy), a w jego pobliżu stoi pijalnia wód mineralnych, teatr zdrojowy i muszla koncertowa. Ciekawym zakątkiem, również pełnym zieleni, jest pobliski park szachowy, który powstał z inicjatywy lokalnych entuzjastów tej gry. W 1963 r. w Polanicy-Zdroju odbył się pierwszy Międzynarodowy Turniej Szachowy im. Akiby Rubinsteina (w 2025 r. odbyła się 61. edycja tego turnieju).

Urokliwą częścią miasta jest także deptak biegnący wzdłuż Bystrzycy Dusznickiej. Jego fragmentem biegnie bardzo ciekawy Leśny Szlak Wspinaczkowy, który prowadzi z Polanicy-Zdroju do pobliskiego Zamku Leśna Skała, udostępnionego w ostatnich latach. Przebiega on m.in. przez Piekielną Dolinę, w której można zobaczyć liczne skalne ostańce. Tuż przed końcem wędrowki przechodzi się wśród skalnych grzybów fantazyjnie wyrzeźbionych przez naturę.

Zobacz w okolicy

ZAMEK LEŚNA SKAŁA

Choć zamek wyglądem przypomina wiekową warownię, to tak naprawdę wybudowano go w latach 30. XIX w. Hrabia Leopold von Hochberg zapragnął stworzyć w tym miejscu rezydencję magnacką. W drugiej poł. XIX w. posiadłość trafiła w ręce przedsiębiorców z pobliskiego Batorowa. W czasie ich panowania na zamku powstała kaplica. Kolejnymi właścicielami zostali zakonnicy – Misjonarze Świętej Rodziny.

Całość założenia stylizowana jest na średniowieczny zamek obronny. Późniejszy wiek jego powstania zdradzają elementy neogotyckie. Budowla w kształcie czworoboku posiada wewnętrzny dziedziniec. W jego narożnikach wznoszą się trzy kwadratowe wieże oraz jedna cylindryczna. Do 2020 r. w zamku przez wiele lat działał Dom Opieki. Obecnie jest dostępny dla zwiedzających.



KŁODZKO

Stare Miasto w Kłodzku jest atrakcją samą w sobie. Jego zabytkowa część mocno ucierpiała podczas powodzi we wrześniu 2024 r., a szkody wyrządzone przez naturę widoczne są do dzisiaj. Wielowiekową historię położonego przy ważnym szlaku handlowym Kłodzka można poznać, zaglądając do jego wnętrza, i to dosłownie. Spacer przez zabytkowe podziemia umożliwia trasa turystyczna przebiegająca pod zabytkową częścią miasta. Wejście znajduje się tuż obok Twierdzy Kłodzko, która bezsprzecznie jest największą atrakcją regionu. Z jej bastionów roztaczają się wspaniałe widoki na całą ziemię kłodzką. Na zwiedzanie twierdzy najlepiej wybrać się w towarzystwie przewodnika, ponieważ dzieje tego obiektu militarnego są niezwykle zawiłe, a jego wnętrza pełne tajemnic. Koniecznie trzeba również rozszerzyć zwiedzanie o część podziemną, czyli przejście chodnikami kontrminowymi.





WAMBIERZYCE

Malownicza wieś nazywana Śląską Jerozolimą. Jest to związane z barokową bazyliką Nawiedzenia Najświętszej Maryi Panny, którą wybudowano w XVIII w. w miejscu drewnianej kaplicy. Legenda głosi, że niewidomy Jan z Ratna w cudowny sposób odzyskał wzrok i zobaczył postać Matki Bożej. W miejscu cudu wzniesiono pierwotnie kaplicę.

W architekturze Wambierzyc jest sporo symboliki religijnej. 57 schodów do bazyliki symbolizuje sumę: lat życia Chrystusa (33), wiek Maryi w chwili Niepokalanego Poczęcia (15) i liczbę chórów anielskich (9). Ważnym zabytkiem jest również kalwaria znajdująca się naprzeciwko bazyliki, wkomponowana w zbocze wzgórza. Wyjątkową atrakcją jest także ręcznie wykonana ruchoma szopka z 1882 r.

PRZYDATNE ADRESY

Uzdrowiska Kłodzkie

[Strona Uzdrowiska Kłodzkiego](#)

Zamek Leśna Skała

ul. Zamkowa 8, Szczytna

[Strona Zamek Leśna Skała](#)

Podziemna Trasa Turystyczna

ul. Czeska, Kłodzko

[Strona Podziemnej Trasy Turystycznej](#)

Twierdza Kłodzko

ul. Grodzisko 1, Kłodzko

[Strona Twierdzy Kłodzko](#)

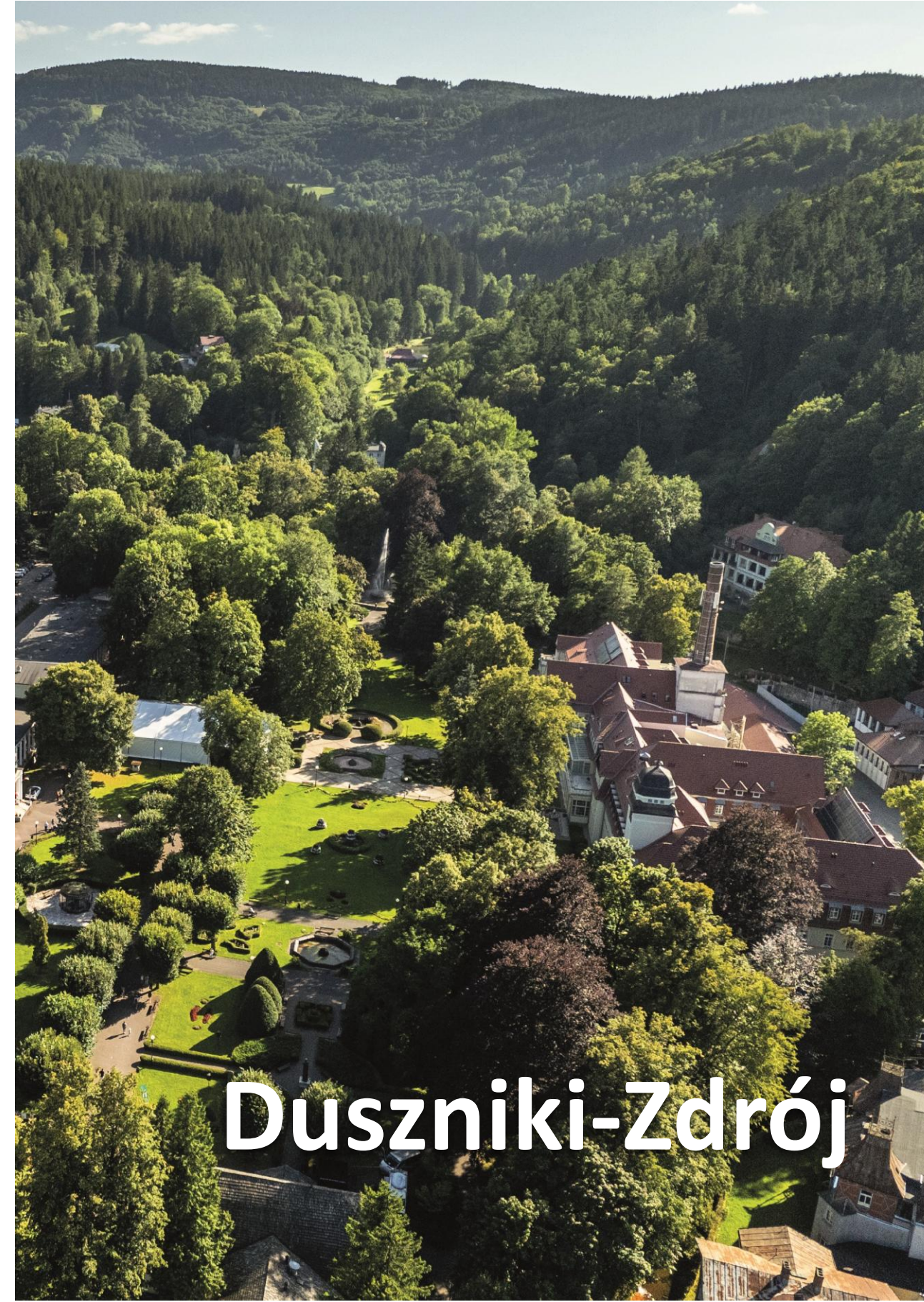
Ruchoma Szopka w Wambierzycach

ul. Objazdowa 6, Wambierzyce

[Strona Sanktuarium Matki Boskiej Wambierzyckiej Królowej Rodzin](#)





An aerial photograph of the town of Duszniki-Zdrój, Poland. The town is nestled in a lush, green valley, surrounded by dense forests. In the foreground, a large, well-maintained park with manicured lawns, circular paths, and several ornate fountains is visible. To the right of the park, a cluster of buildings with red-tiled roofs and a prominent white tower with a spiral staircase is situated. The background features rolling hills covered in dense green forests under a clear blue sky with a few wispy clouds.

Duszniki-Zdrój

Duszniki-Zdrój

Położone w malowniczej dolinie Bystrzycy Dusznickiej uzdrowisko znane jest z wyjątkowego klimatu, który zawdzięcza okolicznym górcom. Duszniki-Zdrój leżą między Górami Orlickimi i Górami Bystrzyckimi. Zimne powietrze, które spływa z okolicznych gór w dolinę, ma bardzo dobry wpływ na kuracjuszy z problemami dróg oddechowych oraz alergików. Sama nazwa miejscowości nawiązuje do medycyny ludowej i jednostki chorobowej potocznie zwanej dusznościami.

Już w XV w. pojawiają się pierwsze wzmianki o leczniczych źródłach w tych okolicach, ale tak naprawdę dopiero XIX w. przyniósł właściwy rozwój części zdrojowej. W Dusznikach-Zdroju bardzo wyraźnie widoczny jest podział na część miejską, związaną z dawną osadą górniczą i handlową, a częścią uzdrowską, do której prowadzi malownicza aleja. W okresie przed wzrostem popularności wśród kuracjuszy miasto znane było m.in. z produkcji sukna i papieru.

Na początku XIX w. nastąpił również rozwój hutnictwa związany z zakładem należącym do rodziny Mendelssonów.

Ważną datą jest rok 1822 r., w którym miasto zostało właścicielem popularnego Zdroju. Odwiedzały go ówczesne sławy, m.in. Fryderyk Chopin, którego postać trwale zapisała się w dziejach miasta. Organizowany od 1946 r. Międzynarodowy Festiwal Chopinowski po dziś dzień cieszy się ogromną popularnością.

Zawirowania wojenne i polityczne wstrzymały rozwój miasta aż do ostatnich dwóch dekad XIX w. Burmistrz Paul Dengler na przełomie XIX i XX w. doprowadził do realizacji ambitnych planów urbanistycznych i architektonicznych, co w konsekwencji uplasowało Duszniki-Zdrój w czołówce europejskich kurortów. Urząd burmistrza piastował przez 36 lat





(1867-1903) i to właśnie wtedy dokonano najważniejszych inwestycji w infrastrukturę uzdrowiskową. W 1905 r. miasto zyskało połączenie kolejowe, co niewątpliwie również przyczyniło się do wzrostu liczby kuracjuszy, letników i turystów. Obecnie podział na część staromiejską i zdrojową jest bardzo wyraźny. To dwa odrębne, choć uzupełniające się światy.

W Dusznikach-Zdroju nadal leczone są schorzenia układu oddechowego, ale na kuracje kierowani są również pacjenci z problemami kardiologicznymi i układu krążenia. Sercem części zdrojowej jest niewielki park, w którym dominuje bryła sanatorium Jan Kazimierz. Po drugiej stronie parku ulokowane są pijalnia wód i dawna sala koncertowa. Ważnym obiektem jest również Dworek Chopina – dawny teatr zdrojowy. Budynek powstał na początku XIX w. w związku z rozwojem uzdrowiska i coraz większymi potrzebami kulturalnymi mieszkańców i kuracjuszy. Zaprojektował go architekt Geissler, tak, aby jak najlepiej wykorzystać niewielką przestrzeń na scenę teatralną i koncertową, salę balową, galerię i miejsce spotkań towarzyskich. Było to spójne z polityką kulturalną pruskiego króla Fryderyka II, który chciał, żeby uzdrowiska poza walorami zdrowotnymi dostarczały gościom również przeżyć towarzyskich i kulturalnych. Wnętrza teatru wypełniła muzyka 16-letniego Fryderyka Chopina, który przybył do uzdrowiska w 1826 roku. W pobliżu znajdują się dwa pomniki upamiętniające postać kompozytora i pianisty oraz jego wizytę w uzdrowisku.

Zobacz w uzdrowisku

Spacerując po zacisznej i urokliwej części zdrojowej, warto opuścić ją na chwilę i zajrzeć na uliczki Starego Miasta otaczające rynek. Klimat, jaki tam panuje, jest zgoła inny niż w cieniu parkowych drzew, ale do naszych czasów zachowało się sporo zabytkowych budowli, które warto zobaczyć, m.in. kościół św. Jakuba (wzmiankowany już w 1324 r.) i kościół Świętego Krzyża. Na rynku stoi figura Matki Bożej z Dzieciątkiem z pięknymi rzeźbami świętych Floriana i Sebastiana, którą ustawiono w 1725 r. jako wotum za ocalenie przed zarazą. W otoczeniu rynku znajduje się sporo kamienic z zabytkowymi detalami architektonicznymi.

Dolny Śląsk naturalnie

W mieście można również zobaczyć kilkanaście murali, które powstały w ramach cyklicznego festiwalu Wszelkie Przejawy Artyzmu.

MUZEUM PAPIERNICTWA

Mieści się w przepięknie zachowanym budynku młyna papierniczego z przełomu XVI i XVII w., który zaliczany jest do zabytków techniki. Jest jedynym ocalałym przykładem młyna papierniczego na Dolnym Śląsku. Ekspozycje w niezwykle ciekawy sposób ukazują, jak powstaje papier, a wśród eksponatów nie brakuje prawdziwych unikatów – zabytkowych maszyn, historycznych dokumentów czy banknotów. Każdy może spróbować sił w produkcji papieru czerpanego.

Na zewnątrz można zobaczyć zabytkowy park maszynowy, a także dokładnie przyjrzeć się ciekawej konstrukcji budynku, ponieważ z perspektywy drogi i wejścia nie widać, jak dużych rozmiarów jest to obiekt.

Dla osób z niepełnosprawnością ruchową dojazd jest od ulicy Kłodzkiej. Budynek posiada windę, która umożliwia przemieszczanie się od poziomu -1 do 1. piętra. Na parterze znajdują się specjalne podjazdy ułatwiające poruszanie się po ekspozycji.



SCHRONISKO POD MUFLONEM

Od początków istnienia, czyli od poł. XIX w., to miejsce cieszyło się dużą popularnością. Na zboczach Ptasiej Góry ulokowano gospodarstwo serwujące kozie mleko, serwatkę i żętycę (serwatka z mleka owczego). Pod koniec XIX w. przekształcono je w gospodę turystyczną, a po II wojnie światowej w schronisko turystyczne, którym jest do dzisiaj. Nazwa związana jest z dzikimi owcami – muflonami – których głowy umieszczone są w głównej sali restauracyjnej. Z parku zdrojowego do schroniska prowadzi szlak koloru żółtego.





Zobacz w okolicy

TORFOWISKO POD ZIELEŃCEM

Rezerwat przyrody Torfowisko pod Zieleńcem to gratka dla miłośników dziej przyrody i spacerów z dala od cywilizacji. Torfowisko znajduje się na zboczach Bieśca w północno-zachodniej części Gór Bystrzyckich, niedaleko drogi prowadzącej z Dusznik-Zdroju do Zieleńca. Przez teren rezerwatu przechodzi znakowany na czerwono Główny Szlak Sudecki oraz zielony szlak, przy którym znajduje się drewniana kładka. Dzięki niej można z bliska zobaczyć rozległą przestrzeń górskiego torfowiska i jest to najciekawsza opcja do podziwiania uroków tego miejsca.

Zielony szlak prowadzi z parkingu leśnego do kładki. Po drodze ustawione zostały tablice informacyjne, które wyjaśniają, czym jest torfowisko, do czego wykorzystywany był torf oraz w jakiej technologii wybudowano drogę, dzięki której można suchą stopą przejść przez ten podmokły teren.

ORLICA

Wśród sudeckich i pewnie karpackich szczytów na próżno szukać drugiego, który w XIX w. odwiedzały sławy takiego formatu jak Fryderyk Chopin, cesarz Józef II czy John Quincy Adams (późniejszy prezydent USA). Fakt, że te osobistości stanęły na Orlicy, jest najlepszym potwierdzeniem jej popularności. Najwyższy szczyt Gór Orlickich mierzy 1084 m n.p.m. i jest zaliczany do Korony Gór Polski. Główny wierzchołek znajduje się po stronie czeskiej, gdzie ustawiono charakterystyczny pomnik upamiętniający wizyty trzech wspomnianych osobistości.



Przez wiele lat na Orlicy funkcjonowało schronisko, które prowadził Heinrich Rübartsch, uznawany za prekursora turystyki narciarskiej i górskiej w tej części Sudetów. Po II wojnie światowej popularność szczytu osłabła, a schronisko i wieża widokowa zostały zniszczone (pozostały nikielne ślady fundamentów dawnego budynku). W nieodległej przeszłości pojawiła się jednak nowa wieża i znów można z niej podziwiać wspaniałe panoramy Gór Orlickich, Gór Bystrzyckich i Gór Stołowych.

Najkrótszy polski szlak na Orlicę, zielony, prowadzi szeroką leśną drogą z parkingu w Zieleńcu przy pensjonacie Przystanek Alaska.

Dotarcie na szczyt spokojnym tempem zajmuje 2 godz.

PRZYDATNE ADRESY

Uzdrowiska Kłodzkie

[Strona Uzdrowiska Kłodzkiego](#)

Muzeum Papiernictwa

ul. Kłodzka 42, Duszniki-Zdrój

[Strona Muzeum Papiernictwa](#)

Schronisko pod Muflonem

[Strona Schroniska pod Muflonem](#)

Fundacja Międzynarodowych Festiwali

Chopinowskich w Dusznikach-Zdroju

[Strona Fundacji Międzynarodowych Festiwali Chopinowskich](#)







Kudowa-Zdrój

Kudowa-Zdrój

Lecznicze właściwości wód mineralnych mających źródła w Kudowie-Zdroju znane były już pod koniec XVI w. Pojawiają się one m.in. w opracowaniu *Aelurusa Glaciographia*, gdzie autor podaje, że niektórzy bardziej cenią ich smak niż wino. Prymitywne urządzenia kąpielowe historycy datują na 1636 r., ale trudno mówić w tamtych czasach o uzdrowisku w pełnym znaczeniu tego słowa. Na rozwój trzeba było czekać aż do przełomu XVIII i XIX w. Charakterystyczny Zameczek (1772 r.), stojący przy głównym placu, pochodzi właśnie z tamtego okresu.

Liczne prace naukowe wykonane po zbadaniu wód mineralnych podkreślały ich lecznicze właściwości, a to za każdym razem przyciągało do Kudowy kolejnych kuracjuszy. Nie tylko wody wpłynęły na rozwój uzdrowiska. Równie ważnym czynnikiem było jego położenie w Obniżeniu Kudowy. Ten płaski fragment ziemi na zachodzie łączy się z Wielką Kotliną Czeską, a z pozostałych stron otoczony jest przez Góry Stołowe, Góry Orlickie i Wzgórza Lewińskie. Dzięki temu jest ograniczony wpływ wiatrów z północy i ze wschodu, a to znacząco wpływa na klimat panujący w miejscowości. Jest on bardzo korzystny dla osób z problemami krążenia krwi, układu trawiennego oraz szeroko pojętymi chorobami układu oddechowego.

Badania z 1850 r. wykonane przez A. Duflosa potwierdziły obecność arsenu i żelaza w wodzie, co w konsekwencji pozwoliło na zaklasyfikowanie ich do wód leczniczych. Największy rozwój uzdrowiska miał miejsce dopiero po 1905 r., kiedy została otwarta linia kolejowa łącząca Kudowę z Kłodzkiem. Zbiegło się to z budową nowego domu zdrojowego. 13 lipca 1910 r. nad głowami kuracjuszy pojawił się sterowiec Perseval PL-5, którego przelot przyciągnął do Kudowy i Polanicy rzesze gapiów. Był to niezwykle innowacyjny jak na tamte czasy pomysł promocji ciągle rozwijających się kurortów.



Dolny Śląsk naturalnie

W okresie międzywojennym Kudowa-Zdrój była modnym i popularnym miejscem, w którym pojawiały się różne znamienite osobistości, m.in. Winston Churchill. Po II wojnie światowej tradycje uzdrowiskowe były kontynuowane. Dziś miasto przez cały rok jest licznie odwiedzane zarówno przez kuracjuszy, jak i przez turystów. Stanowi doskonały punkt startowy do wycieczek po Górach Stołowych (polskich i czeskich), a zimą jest bazą noclegową m.in. dla ośrodka narciarskiego w Zieleńcu. Ważnym elementem tożsamości kulturowej Kudowy-Zdroju jest Festiwal Moniuszkowski organizowany od 1968 r. Jest to święto kultury i muzyki, które rokrocznie przyciąga do uzdrowiska rzesze melomanów.





Zobacz w uzdrowisku

Najciekawsza zabytkowa zabudowa skupiona jest w okolicach Parku Zdrojowego. Na jednym jego skraju znajduje się Pijalnia Wód Mineralnych, Teatr Zdrojowy, sanatoria Zameczek i Polonia, a na drugim ulokowany jest Staw Zdrojowy. Wiedzie do niego szeroka Aleja Główna. Nieco na uboczu parku wybudowano w ostatnich latach tężnię solankową. Atrakcją jest również źródło „Stanisław Moniuszko” (K-200) odkryte i zabezpieczone w latach 1966–1968. Najstarszym ujęciem w Kudowie jest natomiast woda ze źródła „Jędrzej Śniadecki”. Czerpanie wody z niego datuje się już na koniec XVI w. Miłośnicy architektury powinni wybrać się na spacer uliczkami odchodzącymi od ulicy Zdrojowej (w kierunku Kudowa-Zdrój – Radków), bo wzdłuż nich wznosi się

sporo zabytkowych willi i pensjonatów. Niestety, ład architektoniczny jest zaburzony, więc w wielu miejscach trafia się na mało ciekawe budynki z lat powojennych, a także nowoczesne budowle odstające od zabytkowego charakteru uzdrowiska. Ten miszmasz jest cechą wspólną niemal wszystkich dolnośląskich miast i miasteczek, co jest konsekwencją zmian, jakie zaszły na tych terenach po II wojnie światowej.

KAPLICA CZASZEK W CZERMNEJ

Niecodzienna atrakcja sakralna i jedno z trzech takich miejsc w Europie. W Czeremnej, dawniej samodzielnej wsi, a dziś dzielnicy Kudowy, znajduje się Kaplica Czaszek. Stoi obok kościoła z początku XVII w. Zbudował ją w 1776 r. miejscowy proboszcz Wacław Tomaszek. We wnętrzu znajduje się ok. 3 tysięcy czaszek oraz 21 tysięcy kości. Są to szczątki poległych w czasie wojny siedmioletniej oraz zmarłych w czasie różnych epidemii.

MUZEUM KULTURY LUDOWEJ POGÓRZA SUDECKIEGO

Pstrążna to ukryta wśród gór, mało znana część Kudowy-Zdroju, oddalona ok. 7 km od jej centrum. Prowadzi do niej górską krętą drogą, przy końcu której znajduje się jeden z najpiękniej położonych skansenów w Polsce. Zwiedzanie go wymaga nieco kondycji, bo tradycyjne domy zostały ulokowane na dość stromym zboczu. Dzięki temu podziwia się nie tylko zabytkową architekturę, ale również panoramę doliny i wznoszących się nad nią gór. Po drodze do skansenu warto zajrzeć na chwilę do chałupy, gdzie znajduje się ruchoma szopka wykonana ręcznie przez czeskiego artystę amatora Franciszka Stepana. Jej budowa zajęła mu prawie 30 lat.

MUZEUM ZABAWEK

Dwanaście sal wystawowych na powierzchni ok. 400 m² mieści ponad 5500 eksponatów. W błędzie są ci, którzy uważają, że to muzeum jest wyłącznie atrakcją dla dzieci. Muszę przyznać, że widziałem wielu skonsternowanych przedstawicieli młodszego pokolenia, którzy obserwowali wpadających w zachwyt rodziców. W tym muzeum najczęściej słyszy się okrzyki: „Miałem taki sam!”, „Taką lalkę miała babcia” czy „Pamiętam to z dzieciństwa”. Eksponaty to jednak nie tylko zabawki z epoki PRL-u i czasów transformacji w latach 90. XX wieku. Na wystawie znajduje się wiele zabytkowych i unikatowych przedmiotów, których historia sięga XIX wieku. W obrazowy i wciągający sposób przedstawiono historię rozwoju zabawek, którą podano w taki sposób, że zainteresuje zwiedzających w każdym wieku.



Zobacz w okolicy

BŁĘDNE SKAŁY

W okresie geologicznym nazywanym kredą, około 100 mln lat temu, w miejscu, gdzie znajdują się Błędne Skały, rozlewało się płytkie morze. Według naukowców teren Gór Stołowych znajdował się pod powierzchnią wody ok. 15 mln lat. Gdy wody opadły, pozostały pokłady piaskowców, mułowców i iłowców. Różne procesy erozji (niszczenia), które na nie oddziaływały, wpłynęły na dzisiejszą rzeźbę terenu.

Błędne Skały – labirynt o baśniowym wyglądzie – zbudowany jest z piaskowca kwarcowego. Wkraczając na jego wąskie korytarze, momentami trudno uwierzyć, że jest to dzieło natury. Proces jego tworzenia nie został zakończony, ale następujące zmiany są na tyle wolne, że nie sposób ich dostrzec bez specjalistycznych pomiarów. Temperatura, wiatr i woda nieustannie rzeźbią skały. Spacerując tymi wąskimi korytarzami, natrafia się na niecodzienne kształty, które otrzymały równie ciekawe nazwy, jak na przykład Kurza Stopka czy Skalne Siodło.

Wejście do skalnego labiryntu jest limitowane i biletowane. Jego przejście spokojnym tempem zajmuje ok. pół godziny. Trasa wiedzie wąskimi przejściami, dlatego najlepiej nie zabierać ze sobą większych plecaków, nosidełek dla dzieci i innych niepotrzebnych przedmiotów. W niektórych fragmentach jest nie tylko wąsko, ale przejście wymaga nieco gimnastyki. Do labiryntu zdecydowanie nie powinny wchodzić osoby z klaustrofobią oraz mające problemy ze swobodnym poruszaniem się.



Do Błędných Skał można dotrzeć pieszo, m.in. szlakiem czerwonym z Karłowa lub szlakiem żółtym z Lisiej Przełęczy. Istnieje również możliwość wjazdu samochodem na parking w pobliżu wejścia. Przejazd tą drogą jest płatny i odbywa się wahadłowo. Wjazdy na górne parkingi odbywają się o pełnych godzinach (przez 15 min), a zjazdy 30 min po każdej pełnej godzinie (przez 15 min). W okresie wzmożonego ruchu weekendowego i wakacyjnego konieczne jest wcześniejsze zakupienie biletu na wjazd z wyprzedzeniem, ponieważ liczba wjeżdżających jest limitowana. Droga otwarta jest od wiosny do późnej jesieni. Szczegóły podane są na stronie internetowej Parku Narodowego Gór Stołowych.

SZCZELINIEC WIELKI

Najwyższy szczyt Gór Stołowych, Szczeliniec Wielki, mierzy 919 m n.p.m. Nietypowym wyglądem zachwyca już z daleka, bo doskonale widoczny jest m.in. z okolic Kłodzka czy Szczytnej. Oglądany z perspektywy przypomina ogromny stół, co tłumaczy nazwę jedynych w Polsce gór płytowych. Droga z Karłowa na szczyt początkowo – do podnóża góry – wiedzie wśród kramów, a następnie trzeba pokonać ponad 600 kamiennych schodów. Na Szczeliniec Wielki można wejść również z Pasterki szlakiem żółtym, który przed szczytem łączy się ze szlakiem z Karłowa. Dalej wędrówka przebiega wśród fantastycznych skał.

Na szczycie znajduje się schronisko PTTK „Na Szczelińcu”, a także kasa biletowa trasy turystycznej otwartej od wiosny do jesieni, która prowadzi skalnym labiryntem w obrębie szczytu. Piękne widoki na czeską część Gór Stołowych roztaczają się z tarasów przy schronisku. Na biletowanej trasie również znajdują się punkty widokowe, z których można zobaczyć m.in. Góry Żłote, Góry Bystrzyckie i Masyw Śnieżnika. Duże wrażenie robią skały o niecodziennych kształtach – Kwoka, Wielbłąd, Małpolud czy Fotel Liczyrzepy. Niekiedy trzeba nieco fantazji, żeby dostrzec w nich podobieństwo do nazwy, ale bywa też, że jest ono zaskakująco bezdyskusyjne. Trasa prowadzi przez słynne Piekietko,

Dolny Śląsk naturalnie

które jest jednym z najbardziej urokliwych zakątków w obrębie Szczelińca Wielkiego.

Park Narodowy Gór Stołowych ustaliłienne limity wejść, dlatego warto wcześniej kupić bilet na stronie internetowej parku, żeby mieć pewność, że uda się zobaczyć całą trasę. Zejście do Karłowa odbywa się inną drogą, częściowo po kamiennych, a częściowo metalowych schodach. Przejście całej trasy na szczyt i z powrotem zajmuje ok. 3 godz.

PRZYDATNE ADRESY

Kaplica Czaszek

ul. Stanisława Moniuszki 8A, Kudowa-Zdrój

[Strona Kaplicy Czaszek](#)

Muzeum Kultury Ludowej Pogórza Sudeckiego

ul. Pstrężna 14, Kudowa-Zdrój

[Strona Muzeum Kultury Ludowej Pogórza Sudeckiego](#)

Muzeum Zabawek

ul. Zdrojowa 46B, Kudowa-Zdrój

[Strona Muzeum Zabawek](#)

Park Narodowy Gór Stołowych

[Strona Parku Narodowego Gór Stołowych](#)



Venite
ad iudicium
Piet et Soudu







Łądek-Zdrój

Lądek-Zdrój

Pierwsze wzmianki historyczne o Lądku pochodzą z 1325 r. Wówczas było to miasto należące do królestwa czeskiego. Przypuszcza się, że prawa miejskie nadano mu w drugiej połowie XIII w. Jeśli wierzyć lokalnym tradycjom, to dzieje części zdrojowej, oddalonej ok. kilometra od lądeckiego rynku, są równie dłgie. Dopiero jednak od XVI w. zaczynają się pojawiać opisy i dokumenty traktujące o leczniczych właściwościach lokalnych wód. W latach 1577–1580 powstały kamienne obudowy źródeł, a także specjalne wanny, w których podgrzewano wodę do kąpeli. Zaczęły pojawiać się także domy dla kuracjuszy.

Obok źródeł ważnym czynnikiem dla uzdrowskiego charakteru miasta było również położenie geograficzne. Lądek wkomponowany jest między góry zapewniające mu wyjątkowy klimat i osłaniające go od wiatru. Jedynie od północnego-zachodu miasto otwarte jest na rozległą przestrzeń doliny Białej Lądeckiej. Nazwa tej rzeki znana jest głównie w związku z katastrofalnymi powodziąmi. Pamiętna powódź stulecia w 1997 r., a także ta z września 2024 r. mocno dały się we znaki całej okolicy. Lądecki rynek i jego otoczenie zostały mocno zniszczone w czasie ostatniej powodzi. Część uzdrowskowa położona dużo wyżej ucierpiała tylko w nieznacznym stopniu i to bardziej na skutek ulewnych deszczy niż niszczącego działania rzeki.

Niestety bezlitosne siły natury odcisnęły bardzo mocno swoje piętno na tym odcinku Białej Lądeckiej, zmieniając miejscami krajobraz nie do poznania. Przerwanie tamy w Stroniu Śląskim we wrześniu 2024 r. sprawiło, że żywioł uderzył z ogromną siłą w bezbronną architekturę miasta. Odbudowa wciąż trwa, większość przepraw



mostowych została naprawiona, ale potrzeba jeszcze wielu lat, by przywrócić stan tkanki miejskiej. Na przestrzeni dziejów Łądek był miastem niszczonej zarówno przez siły natury, jak i zawieruchy wojenne. Już w 1241 r. zniszczyły go wojska tatarskie zmierzające w kierunku Węgier. Wiele cennych archiwów spłonęło w 1739 r. Jednak uzdrowisko, mimo licznych trudności, za każdym razem powstaje niczym feniks z popiołów i nadal zachwyca swoim pięknem.

Burzliwe dzieje, kataklizmy, zmiany właścicieli mieszały się z dobrymi okresami, w których uzdrowisko się rozbudowywało. W 1680 r. powstał zakład kąpielowy Zdrój Wojciech, który w kolejnych wiekach został przebudowany i dzisiaj jest wizytówką miasta. Budowla obecną neobarokową formę zyskała w czasie przebudowy z końca XIX w. według projektu Hermana Yölkela. Najbardziej imponującą częścią jest basen codziennie napełniany świeżą wodą termalną. W budynku mieści się również Pijalnia Wód Mineralnych, w której skosztować można wód siarczkowo-fluorkowych ze źródeł „Zdzisław” i „Maria Skłodowska-Curie”.

Przełom XVIII i XIX w. to okres, w którym do uzdrowiska zaczęły coraz chętniej zjeżdżać ówczesne elity – poeta Johann Wolfgang Goethe, amerykański polityk John Quincy Adams (późniejszy prezydent USA) czy królowa Luiza, żona króla pruskiego Wilhelma III. W Łądku-Zdroju wieloletnią karierę rozpoczął w 1876 r. polski lekarz Aleksander Ostrowicz. Był to również okres największej prosperity uzdrowiska, które posiadało już liczne pensjonaty i restauracje.

Wiosną 1946 r. w nowej polskiej rzeczywistości uzdrowisko wznowiło działalność. W 1965 r. powstało przedsiębiorstwo Uzdrowisko Łądek-Długopole. W latach powojennych wybudowano wiele nowych obiektów, które zaburzyły zabytkowy charakter kurortu.





Zobacz w uzdrowisku

Lądek-Zdrój ma dwa odmienne oblicza, choć zabytkowy charakter miasta można traktować częściowo jako wspólny mianownik podkreślający wspólną wielowiekową przeszłość. Część miejska skupiona jest wokół rynku, który wytyczono już w czasach lokacji miasta w XIII w. Otaczająca go zabudowa jest dużo młodsza i pochodzi głównie z przełomu XVIII i XIX w. Charakterystyczne są budowle wzniesione na wąskich parcelach (trójosiowe – typowa szerokość dla średniowiecznych i renesansowych domów mieszczańskich). Istniejące dawniej podcienia zachowały się tylko w jednej części rynku, a reszta uległa zniszczeniu w czasie pożarów w XVII w. Pośrodku rynku stoi ratusz, który obecną formę zyskał pod koniec XIX w. Obok niego znajduje się ikona Lądka-Zdroju, czyli barokowa figura Koronacji Najświętszej Maryi Panny przez Tróję Świętą wykonana w pracowni rzeźbiarza Michała Klahra Starszego. Prace nad figurą ukończyli jego uczniowie, ponieważ artysta zmarł trzy lata przed ukończeniem dzieła w 1745 r.

Zupełnie inne oblicze Lądka-Zdroju można odkryć, przechodząc w górę doliny. W odległości kilometra od rynku rozpoczyna się część uzdrowiskowa. Podczas ostatniej powodzi w 2024 r. ucierpiały tam głównie budynki wzdłuż ulicy Kościuszki. Równolegle do niej płynie Biała Łądecka. Utrudniony został dostęp do Krytego Mostu, dość nietypowej konstrukcji łączącej dwa brzegi rzeki. Przechodząc z ulicy Kościuszki w Ostrowicza, dociera się do najstarszego w Polsce Zakładu Przyrodoleczniczego „Stary Jerzy”, którego historia sięga 1498 r. (obecnie jest w remoncie). Za nim wznosi się Wzgórze Świętojerskie, na zboczach którego stoi kaplica św. Jerzego. Idąc ulicą Orlą, dochodzi się na Plac Mariański, przy którym znajduje się Zdrój Wojciech, Park Zdrojowy im. Jana Pawła II, a dalej do Parku Tysiąclecia. Z góry doskonale widoczna są także kaplica zdrojowa Najświętszej Maryi Panny i Albrechtshalle (obecnie kawiarnia). Z części uzdrowiskowej warto wybrać się na dłuższy spacer ulicą Stanisława Moniuszki, na końcu której znajduje się arboretum.

Dolny Śląsk naturalnie

Nieopodal Zdroju Wojciech stoi pomnik Andrzeja Zawady, znanego polskiego himalaisty. Jego imię nosi organizowany od 1995 r. Festiwal Górski, który przyciąga do Łądku rzesze miłośników gór. Prezentowane są na nim filmy o tematyce górskiej, a podczas wydarzenia odbywają się spotkania z wybitnymi alpinistami, wspinaczami, podróżnikami i sportowcami.





Zobacz w okolicy

JASKINIA NIEDŹWIEDZIA W KLETNIE

Jaskinia w Kletnie jest unikatową atrakcją podziemną nie tylko w skali Dolnego Śląska, ale także całej Polski. Jej wnętrze wraz z bujną szatą naciekową natura kształtowała przez miliony lat. Przez ostatnie 13 tysięcy lat pozostawała w ukryciu, aż do 1966 r., kiedy natrafiono na nią w czasie prac wydobywczych marmuru. Według najnowszych pomiarów łączna długość jej korytarzy wynosi ok. 4500 m. Dla zwiedzających udostępnione są tzw. partie środkowe. Trasa turystyczna ma ok. 360 m.

Wchodząc do środka, wkracza się do prawdziwej kapsuły czasu. Cała jaskinia usiana jest licznymi formami krasowymi, które wydobyte są z mroku przez odpowiednio ustawione źródła światła. Tajemnicze wnętrza opowiadają historię, którą trudno sobie uzmysłwić. Potężny szkielet niedźwiedzia jaskiniowego w pawilonie wejściowym pobudza wyobraźnię. Olbrzymie

stalagmity i najróżniejsze formy krasowe wprawiają w zachwyt. Każda kolejna sala na trasie zwiedzania wydaje się piękniejsza od poprzedniej. Imponująca jest m.in. Sala Pałacowa i Zaułek Heliktytowy.

Jaskinia Niedźwiedzia w Kletnie jest jedyną tego typu atrakcją w Polsce, którą mogą zwiedzać także osoby z niepełnosprawnością ruchową. Obecnie prowadzone są prace mające na celu udostępnienie kolejnych partii jaskini, w tym ogromnej Sali Mastodonta (ok. 115 m długości i po 30 m szerokości i wysokości).

JASKINIA RADOCHOWSKA

We wnętrzu góry Bzowiec w Górach Złotych znajduje się Jaskinia Radochowska. Odkryto ją w połowie XVIII w. Początkowo dostępny był niewielki jej fragment, ale rosnące zainteresowanie sprawiło, że w latach 30. XX w. oczyszczono ją z namuliska i udostępniono zwiedzającym. Po II wojnie światowej przez wiele lat nie miała opiekuna i dopiero w 2013 r. doczekała się otwarcia nowego rozdziału swojej historii. Państwo Natalia i Zbigniew Piotrowiczowie oczyścili jej wnętrze, założyli solidne kraty i zorganizowali ruch turystyczny, który odbywa się z poszanowaniem zimujących w jaskini nietoperzy. Jaskinię Radochowską można zwiedzać od kwietnia do września. Zwiedzanie odbywa się wyłącznie pod opieką przewodnika. 300-metrowa trasa turystyczna nie posiada stałego oświetlenia, dlatego wszyscy zwiedzający otrzymują kask ochronny z latarką czołową.

ŚNIEŻNIK

Jednym z najciekawszych punktów widokowych w tej części Sudetów jest Śnieżnik (1425 m n.p.m.). Ten najwyższy szczyt rozległego Masywu Śnieżnika, zaliczany do Korony Gór Polski, położony jest na granicy Europejskiego Działu Wodnego. Cieki z polskiej strony płyną w kierunku Morza Bałtyckiego, a te ze strony czeskiej – w stronę Morza Czarnego.

Dolny Śląsk naturalnie

Z wierzchołka dokonywane były spektakularne obserwacje. Udało się dojrzeć m.in. oddalone o prawie 290 km Alpy Austriackie. W 2022 r. na Śnieżniku została otwarta nowa wieża widokowa, która wielu turystom wyglądem przypomina blender.

O miano najpopularniejszej drogi na Śnieżnik walczą dwa szlaki. Jeden rozpoczyna się w Kletnie, a drugi w Międzygórzu. W wariancie pierwszym do pokonania jest 8,5 km, co zajmuje ponad 3 godz. Idąc z Międzygórza, czas jest podobny, a długość to 6 km. W obu wariantach po drodze mija się schronisko PTTK na Śnieżniku. Nazwa może być myląca, bo z tego miejsca do szczytu jest jeszcze jakieś 45 min wędrówki. Na całą wycieczkę trzeba przeznaczyć 5 godz.

PRZYDATNE ADRESY

Uzdrowisko

„Łądek-Długopole SA”

[Strona Uzdrowiska „Łądek-Długopole SA”](#)

Jaskinia Radochowska

[Strona Jaskini Radochowskiej](#)

Jaskinia Niedźwiedzia

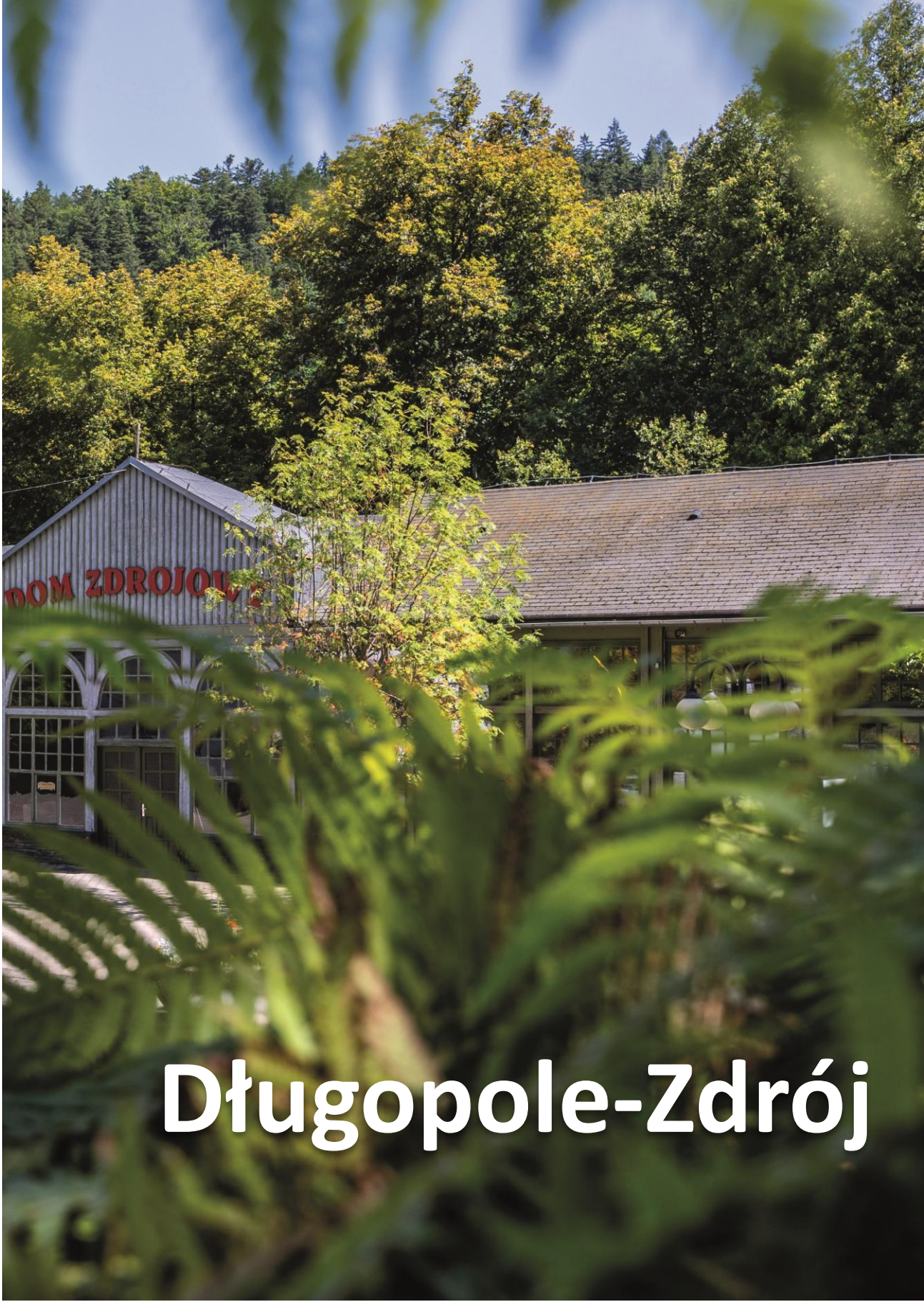
w Kletnie

[Strona Jaskini Niedźwiedzia](#)









Długopole-Zdrój

Długopole-Zdrój

Dawne Bad Langenau, czyli dzisiejsze Długopole-Zdrój jest wyjątkowym miejscem pod wieloma względami. Jest to jedno z najmniej znanych dolnośląskich uzdrowisk. Jest też najmniejszym z kurortów na ziemi kłodzkiej. Taka pozycja sprawia, że tę niewielką wieś charakteryzuje niezwykle spokojna aura. Otoczenie gór i położenie w dolinie Nysy Kłodzkiej zapewnia nie tylko wyjątkowy śródgórski klimat, ale także wspaniałe widoki na pobliskie szczyty. Trzeba podkreślić, że jest to bardzo kameralne miejsce, które ma zupełnie inny charakter niż pozostałe uzdrowiska w okolicy. Istotą są tu jednak walory zdrowotne, a nie zabytkowa architektura i atrakcje turystyczne.

Długopolskie wody mineralne to szczawy wodorowęglanowe zawierające żelazo, potas, magnez, sód, wapń. W wodzie ze źródła „Renata” jest również krzem, a źródła „Emilia” – radon. Mają wyjątkowy smak i pobudzają trawienie. Wykorzystuje się je w kuracjach pitych i kąpielach mineralnych.

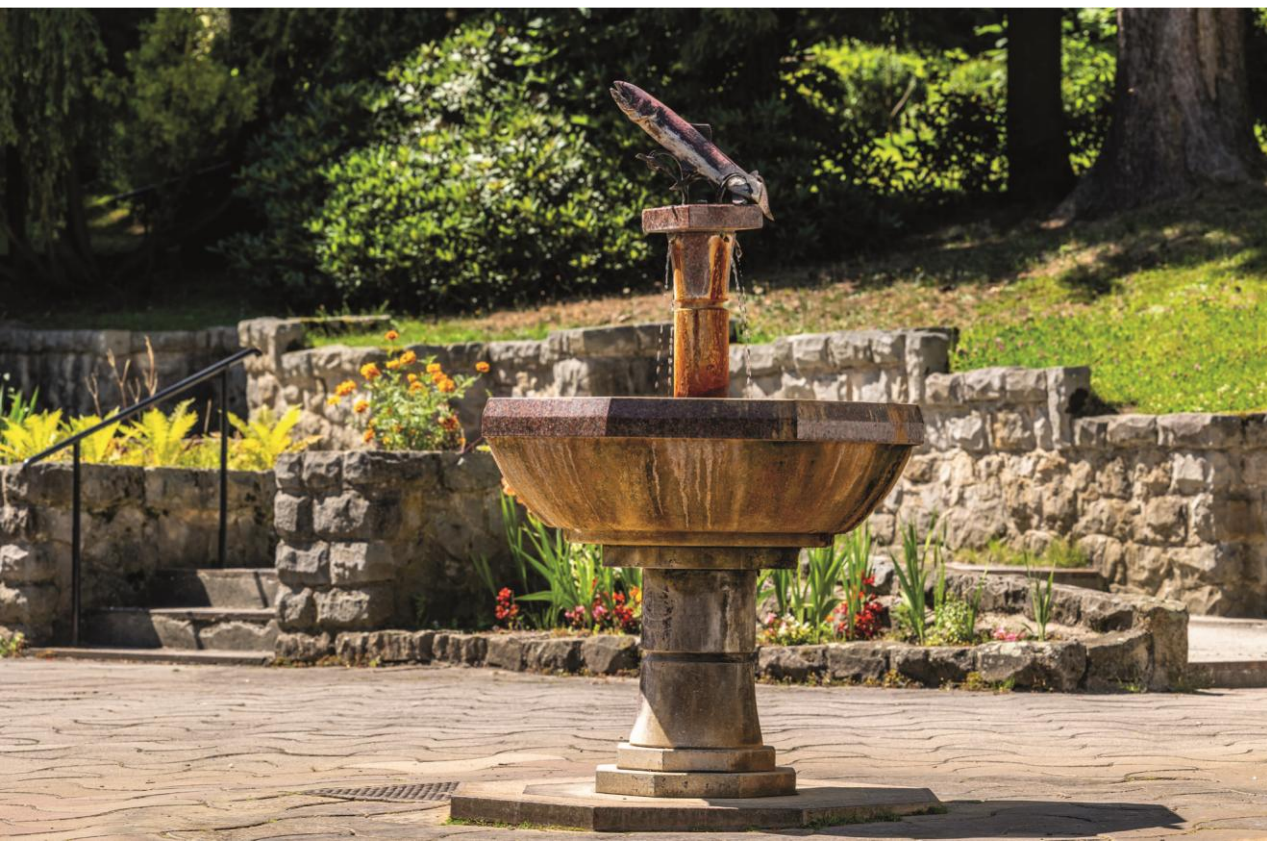
W historii Długopola-Zdroju z początku nie ma wzmianek o uzdrowisku, lecz o kopalni ałunu, która funkcjonowała w tych okolicach na przełomie XVI i XVII w. Ruchy górotwórcze doprowadziły do jej zapadnięcia i zalania przez silnie bijące źródła. Po 200 latach znany śląski geolog dr C. Öhm zaczął badać te wody i odkrył ich skład. To właśnie występowanie źródła żelazistego stało się zalążkiem dla nowego uzdrowiska. W 1817 r. otwarte zostały pierwsze obiekty dla kuracjuszy. W tamtym czasie rozwijające się uzdrowisko konkurowało z Polanicą i Kudową. Powstały liczne pensjonaty i park zdrojowy. Do czasów II wojny światowej było to uzdrowisko sezonowe. Leczenie odbywało się od maja do października. Po 1945 r. rozpoczął się nowy okres, w którym wykorzystując dawną infrastrukturę, starano się przywrócić uzdrowisko do czasów dawnej świetności. Obecnie w Długopolu-Zdroju panuje architektoniczny miszmasz. Pięknie odrestaurowane wille sąsiadują z obiektami mocno nadszarpniętymi zębem czasu. Miejscowość nie jest duża, więc ogólne wrażenie jest dobre. Długopole-Zdrój płynnie łączy się z Długopolem Dolnym i Długopolem Górnym.



Zobacz w uzdrowisku

Fakt, że Długopole-Zdrój jest niewielkim uzdrowiskiem, potwierdza to, że odwiedzenie najciekawszych miejsc zajmuje niespełna kwadrans. Obiektów godnych uwagi jest kilka i wszystkie położone są blisko siebie. Miejscem na dłuższy spacer może być Park Zdrojowy. W centralnej części uzdrowiska znajduje się Dom Zdrojowy, który w przeszłości był halą spacerową wybudowaną w 1840 r., a następnie przebudowaną w 1915 r. na pijalnię wód i cukiernię. Po II wojnie światowej front Domu Zdrojowego został zabudowany, a sam obiekt wielokrotnie zmieniał przeznaczenie. Obecnie mieści się w nim pijalnia, punkt obsługi kuracjusza oraz kawiarnia.

Na placu przed Domem Zdrojowym znajduje się stanowisko źródła „Renata”. Nieco wyżej położona jest Willa Dąbrówka (obecnie sanatorium), której dzieje sięgają 1834 r., ale po licznych przebudowach jej pierwotny wygląd został mocno zmieniony. Tuż obok stoi budynek dawnego teatru zdrojowego, w którym obecnie funkcjonuje restauracja. Nieco dalej od centrum, po drugiej



stronie Nysy Kłodzkiej, położony jest dawny kościół ewangelicki z 1893 r., w którym obecnie działa kawiarnia.

Zobacz w okolicy

WODOSPAD WILCZKI

Wodospad ma 22 m wysokości i należy do najbardziej malowniczych kaskad wodnych w Sudetach. Dawniej nazywano go Wodogrzmotami Żeromskiego. Jest największym i najwyższym wodospadem w Masywie Śnieżnika, a w całym paśmie Sudetów pod względem wysokości zajmuje drugą pozycję po Wodospadzie Kamieńczyka. Spadającą wodę można podziwiać z mostu nad progiem albo z punktu widokowego naprzeciw wodospadu. Z kotła eworsyjnego woda wypływa wąskim wąwozem, który ze względu na swój wygląd określany jest mianem amerykańskiego kanionu. Powódź w 1997 r. wymyła sztucznie utworzony próg skalny, przez co spadek obniżył się o ok. 5 m.

Historia mostu nad wodospadem sięga czasów, kiedy tymi ziemiami władała królowna Marianna Orańska, właścicielka pięknego pałacu w Kamieńcu Żąbkowickim. To dzięki jej staraniom w tym zakątku gór pojawili się pierwsi turyści. Udając się nad wodospad, warto przy okazji wybrać się na spacer po Międzygórzu, w którym zachowało się wiele zabytkowych willi w stylu tyrolskim.

Ciekawym miejscem jest również kamienna zapora wybudowana poniżej wodospadu, która pełni ważną funkcję przeciwpowodziową. We wrześniu 2024 r. spływające z góry wody wypełniły zbiornik w takim stopniu, że woda przelewała się przez koronę zapory. Na szczęście konstrukcja wytrzymała napór żywiołu, co z pewnością zmniejszyło skalę zniszczeń.



Stojąc na zaporze w okresach suchych, trudno uwierzyć, że w czasie powodzi dolina wypełniona jest w całości wodą. Zapora ma 29 m wysokości, a jej budowę ukończono w 1908 r. Korona ma 102 m długości, a stopa, na której osadzono konstrukcję, mierzy 50 m.

MUZEUM FILUMENISTYCZNE W BYSTRZYCY KŁODZKIEJ

Intrygująca nazwa muzeum aż prosi się o rozszyfrowanie. Tylko znawcy tematu będą wiedzieli, że to muzeum poświęcone historii rozniecania ognia! Jest to jedyne muzeum w Polsce i czwarte na świecie poświęcone wyłącznie tej tematyce. Ekspozycja to bogata kolekcja przedmiotów, które niegdyś były w codziennym użyciu i pewnie mało kto myślał o niewielkim pudełku zapalek, zapalnicze czy krzesiwie jako o obiekcie muzealnym. W bystrzyckim muzeum widać jednak jak na dłoni, że sama historia produkcji zapalek, jak i cała gałąź zdobienia pudełek, w których je chowano, to pasjonująca sprawa. Bardzo ciekawą część wystawy stanowi kolekcja etykiet zapalczanych z różnych egzotycznych zakątków świata – Chin czy Australii.

ZAMEK MIĘDZYLESIE

Budowla została wzniesiona prawdopodobnie pod koniec XIV w. i należała początkowo do rodu Glaubitzów. Pod koniec XVI w. rodzina Tschirnhausów w miejscu dawnego zamku postawiła renesansowy dwór. To właśnie on posłużył jako baza XVII-wiecznej rozbudowy. Najstarszą zachowaną częścią zamku jest tzw. Czarna Wieża zachowana z czasów średniowiecza.

W architekturze zespołu pałacowo-zamkowego renesans przenika się z barokiem. W 1653 r. austriacki magnat Michael Ferdynand hrabia von Althann nabył okoliczne dobra i przystąpił do odbudowy miasta, które ucierpiało w czasie potopu szwedzkiego, a następnie strawił je pożar. Za jego czasów zamek został powiększony o dwa barokowe skrzydła. Zadbana budowla w spokoju doczekała końca II wojny światowej. W maju 1945 r. rodzina von Althannów w obawie przed zbliżającą się Armią Czerwoną w pośpiechu opuściła międzyleski zamek, choć władała okolicznymi dobrami przez kilka

Dolny Śląsk naturalnie

wieków. W 1972 r. w renesansowej części wybuchł pożar, który mocno uszkodził zabytkowe wnętrza.

Obecnie w zamku trwają prace mające na celu udostępnienie go turystom i gościom hotelowym. W jednym z barokowych skrzydeł działa restauracja i hotel. Tuż obok zamku stoi zabytkowy kościół Bożego Ciała o gotyckich korzeniach, który z zamkiem połączony jest przejściem galeriowym.

PRZYDATNE ADRESY

Uzdrowisko „Łądek-Długopole SA”

[Strona Uzdrowiska „Łądek-Długopole SA”](#)

Zamek Międzylesie

pl. Wolności 42, Międzylesie

[Strona Zamku Międzylesie](#)

Muzeum Filumenistyczne

Mały Rynek 1, Bystrzyca Kłodzka

[Strona Muzeum Filumenistycznego](#)





Źródła:

„Wędrówki po Sudetach. Szkice z historii turystyki śląskiej przez 1945 r.”

Tomasz Przerwa, GAJT Wydawnictwo 1991 s.c., Wrocław 2005

„Uzdrowiska dolnośląskie i ich okolice” pod redakcją Antoniego Falkiewicza

i Marii Starzewskiej, Zakład Narodowy im. Ossolińskich – Wydawnictwo,

Wrocław 1975

Tekst i zdjęcia: Mikołaj Gospodarek

Współpraca: Wydział Promocji Województwa, Urząd Marszałkowski

Województwa Dolnośląskiego Skład: Emilia Pryśko

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żaden fragment tej publikacji nie może być kopiowany, przechowywany w systemie informacyjno-wyszukiwawczym ani przesyłany w jakiegokolwiek postaci i jakąkolwiek drogą – elektroniczną, mechaniczną, jako nagranie czy inną – z wyjątkiem krótkich wyciągów na użytek recenzji bez pisemnej zgody wydawcy.



**DOLNY
ŚLĄSK**