



Gospodarstwo agroturystyczne „Bielńska Góra”, wypożyczalnia kajaków
Joanna i Wojciech Rykaczewscy

Ekologiczne gospodarstwo położone w pięknej nadbużańskiej okolicy, spływy kajakowe, noclegi, rowery, wyżywienie.

ul. Bielińska 88, 07-221 Brańszczyk
+48 29 679 41 71, +48 516 24 74 48,
+48 608 87 25 31

e-mail: bielinska.gora@wp.pl,
www.bielinskagora.prv.pl

Zapraszamy przez cały rok



Gospodarstwo agroturystyczne „Noclegi u Alicji”, wypożyczalnia rowerów
Alicja Paradowska

Noclegi. Puszcza Biała - raj grzybiarzy.
Małe Muzeum dawnych sprzętów i urządzeń
wiejskich, ogród z klimatem.

ul. Poniatowskiego 34, 07-210
Długosiodło
+48 504 24 76 66,
e-mail: biuro@europeanpromotion.eu,
www.noclegiualicji.pl

Zapraszamy od maja do października



Ekoturysta między Bugiem a Narwią

Przewodnik po gminach i obiektach



Hodowla kóz i gospodarstwo agroedukacyjne w Glinie

Zofia i Jerzy Kolanowscy

Sprzedaż i degustacja: mleko kozie, ser, jogurt. Wiosna-jesień zajęcia edukacyjne z dziećmi. Zimą kuligi. Latem kiermasze rękodzieła, pikniki.

Glina 13, 07-320 Małkinia Górna
+48 29 647 73 96, +48 500 75 34 26,
e-mail: agroedukacja@gmail.com,
www.agroedukacja.edu.com.pl

Zapraszamy przez cały rok



Prywatne Muzeum Etnograficzne w Prostyni, Andrzej Kongiel

Zbiory narzędzi, sprzętów rolniczych, wytwory sztuki ludowej. Warsztaty dla dzieci i młodzieży.

Prostyń 186, 07-319 Małkinia Górna
+48 663 50 49 22

andrzej.kongiel@wp.pl,
zakładka na: www.malkiniagorna.pl

Muzeum czynne 16V-30.IX, w godz. 10.00-14.00

Gospodarstwo agroturystyczne „Stary Młyn” i hodowla ryb

Andrzej Sosiński

Stary Młyn otoczony lasem i stawami, 5 pokoi z łazienkami, salon z kominkiem, kuchnia serwująca m.in. świeże ryby.



Ółtarze Gołacze 65, 07-322 Nur
+48 515 23 56 19

e-mail: office@action-bp.pl,
zakładka na stronie: www.gminanur.pl

Zapraszamy przez cały rok



Gospodarstwo agroturystyczne „Dom nad Wierzbami”

Barbara Polak

Wypoczynek w drewnianym domu położonym nad rozlewiskami Bugu. Cisza, duży ogród, piękne pokoje i regionalna kuchnia. Tylko 50 km od centrum Warszawy.

Jackowo Dolne 11A, 07-203 Somianka
+48 29 596 02 81, +48 607 63 33 80;
e-mail: b.polak@plenery-gardens.pl,
www.domnadwierzbami.pl

Zapraszam przez cały rok



Kuznia Kurpiowska w Pniewie, siedziba Stowarzyszenia Puszcza Biała Moja Mała Ojczyzna

Izba regionalna – muzeum – bogate zbiory dziedzictwa kulturalnego. Warsztaty rękodzieła dla dzieci i dorosłych, kuchnia regionalna.

Pniewo 18 Maja 8, 07-214 Zatory,
+48 691 19 32 69, +48 500 52 82 25
e-mail: kuzniakurpiowska@wp.pl,
www.kuzniakurpiowska.com

Zapraszamy przez cały rok

Ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne „Dąbrowka”
Małgorzata i Tadeusz Dąbrowscy

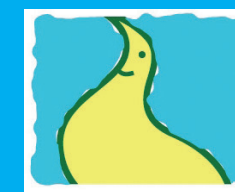
Noclegi, wyżywienie, sprzedaż warzyw, jaj, orkisz. Przetwórstwo tradycyjne: kielbasa jałowcowa, pierogi, ciastka ze skwarek, sękacze.

Hołowienki 66b 08-331 Sabnie
+48 503 38 39 82, +48 25 787 42 34
e-mail: mit.dabrowski@interia.pl
www.dabrowscy.agro.pl

Zapraszamy przez cały rok



SIEĆ EKOTURYSTYCZNA



www.bugnarew.pl

Publikacja wydana w ramach wsparcia udzielonego przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię poprzez dofinansowanie ze środków Mechanizmu Finansowego EOG oraz norweskiego Mechanizmu Finansowego, a także ze środków budżetu Rzeczypospolitej Polskiej w ramach Funduszu dla Organizacji Pozarządowych



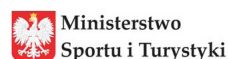
Biblioteczka SIE | Zeszyt 16



Członkowie sieci „Między Bugiem a Narwią” zdobywali wiedzę z zakresu ekoturystyki również na szkoleniach i wyjazdach studyjnych w Norwegii i Austrii



Patronaty honorowe



**Wypożyczalnia rowerów
Justyna i Grzegorz Kaflikowie**



ul. Nadbużna 39,
07-221 Brańszczyk
+48 503 98 16 71,
e-mail: justynakaflik@wp.pl

Zapraszamy przez cały rok

**Leśniczówka „Pod Jaworem”
Fundacja Kultury „Homo Homini”
Maciej Zalega**



Przetycz Folwark,
Długosiodło,
+48 29 741 27 77, +48 604 43 29 04
e-mail: maciej.zalega@hoga.pl,
zakładka na stronie: www.dlugosiodlo.pl
Leśniczówka dostępna przez cały rok

**Usługi Hotelowe 17
Zbigniew Banaszek**



07-300 Ostrów
Mazowiecka,
ul. Lubiejewska 158,
+48 29 745 12 77, +48 601 61 03 44
e-mail: kontakt@uslugihotelowe17.pl
www.uslugihotelowe17.pl

Obiekt całoroczny

**Gospodarstwo agroturystyczne
DAJANA
i rzemiosło
Danuta i Jacek
Grabowscy**



ul. Małkińska 33a, 07-306 Brok
+48 29 745 71 53, +48 502 53 67 87,
e-mail: dmjg@op.pl

Zapraszamy przez cały rok

**Izba Pamięci Paderew-
skich i Izba Regionalna
przy Katolickiej Szkole
Podstawowej „Julin”**



Kaliska 50, 07-130 Łochów
Kontakt: Bożena Popowska
+48 509 72 83 87,
Małgorzata Siuchta +48 510 58 27 30
e-mail: spjulin@wp.pl

*Zapraszamy przez cały rok szkolny
pn-pt godz. 12-15*

**Muzeum Ziemi
Sadowieńskiej**



ul. Kościuszki 74,
07-140 Sadowne,
+48 25 791 91 44,
+48 603 51 00 90

e-mail: muzeumsadowne@poczta.onet.pl,
informacja na stronie: www.sadowne.pl

*Zapraszamy wt-czw 8-16, pt. 8-12,
w pozostałe dni po uzgodnieniu*

**Dom Wczasowy „Nadrzecz”
Łucja i Krzysztof Józwik**

ul. Brzostowa 5, 07-306 Brok
+48 29 745 70 11, +48 604 40 47 13,
e-mail: nadrzecz@nadrzecz.pl, www.
nadrzecz.pl



Obiekt całoroczny

**Stajnia Kaliska
Maria i Waldemar
Konarzewscy**



Kaliska 66, 07-130 Łochów
+48 25 675 27 59,
+48 500 27 12 63
e-mail: mariakonarzewska6@wp.pl, www.
stajniakaliska.pl

Zapraszamy przez cały rok

**Gospodarstwo agrotu-
rystyczne nad Bugiem
Małgorzata Rojek**



ul. Brzostowa 19,
07-306 Brok
+48 29 745 76 44,
e-mail: agroturystyka_m.rojek@wp.pl,
zakładka na stronie:
www.nadbugiem.com.pl

Zapraszam przez cały rok

**Szkolne Muzeum
Gwizdka w Zespole
Szkół w Gwizdałach**



Gwizdały 89,
07-130 Łochów
+48 25 675 11 46,
e-mail: szkolagwizdaly@wp.pl, www.
spgwizdalach.republika.pl

*Muzeum czynne pn-pt w godzinach pracy
szkoły.*

**Gospodarstwo ekologiczne
„Za Brzozami”**

Świerże-Panki 25,
07-323 Zaręby Kościelne;
+48 604 90 98 61, +48 792 47 00 76

*Zapraszamy po wcześniejszym kontakcie
telefonicznym*



**Gminne Centrum
Informacji, Kultury,
Sportu i Rekreacji
w Długosiodle**

ul. Mickiewicza 15, 07-210 Długosiodło
+48 29 741 21 87,
email: gciksir@dlugosiodlo.pl,
www.dlugosiodlo.pl

Zapraszamy pn-pt 8-16



**Gospodarstwo agrotu-
rystyczne „Kozie Sioło”,
Stowarzyszenie Miłośników
Ziemi Prostyskiej
Marta Deniszewska**

Prostyń 89, 07-320 Małkinia Górna
+48 29 644 91 88, +48 519 13 63 70

Zapraszam przez cały rok

**Pracownia rzeźbiarska
Kazimierz Sikorski**



ul. Kardynała Wyszyńskiego 1,
07-210 Długosiodło
+48 660 74 75 68,
e-mail: kasan@neotrada.pl,
informacja na stronie:
www.dlugosiodlo.pl

*Pracownia dostępna cały rok,
czynna od świtu do zmierzchu.*

**Wyrób wędlin
i domowe obiady
Ewa Rudo**



Prostyń 184,
07-319 Małkinia Górna,
+48 29 644 90 63,
+48 728 72 27 19,
e-mail: ewa.rudo@op.pl

Zapraszam przez cały rok

**Gospodarstwo
ekologiczne
Marianna i Marek Kuźma**

Grodzisk 88,
08-331 Sabnie
+48 514 75 20 64,
e-mail:
m.kuzma1806@wp.pl

Zapraszamy przez cały rok

**Gospodarstwo gościnne - BANIA
Barbara i Waldemar
Roman**



Brzeźnik 2a,
07-111 Wierzbno,
+48 25 791 91 79,
+48 602 41 07 20,
e-mail: bania.mazowsze@wp.pl, www.
bania.mazowsze.pl

Zapraszamy przez cały rok

Spis treści

Parę słów wstępu

Jak korzystać z przewodnika

I. Ekoturystyka na świecie

II. Jak zostać ekoturystą

III. Ekoturystyka między Bugiem a Narwią - lokalna sieć i certyfikat

IV. Tematyczna lista obiektów

V. Mapa obszaru i trasy ekoturystycznej

VI. Gminy, krok po kroku

1. Gmina Brańszczyk
2. Gmina Brok
3. Gmina Długosiodło
4. Gmina Łochów
5. Gmina Małkinia Górna
6. Gmina Nur
7. Gmina Obryte
8. Gmina Ostrów Mazowiecka
9. Gmina Rząśnik
10. Gmina Sadowne
11. Gmina Somianka
12. Gmina Zaręby Kościelne
13. Gmina Zatory

VII. Po drugiej stronie Bugu.....

Parę słów wstępu

Drodzy przyjaciele Ekoturystyki,

Bycie partnerem w procesie rozwoju ekoturystyki na obszarze „Między Bugiem a Narwią” było dla mnie nie tylko wspaniałym doświadczeniem, ale także inspirującą wymianą pomysłów i wiedzy pomiędzy Polską i Norwegią. Przyjemnością były spotkania z polskimi pionierami ekoturystyki w 13 gminach, udział w dyskusjach, wyzwaniach i obserwacja postępów.

Na świecie wzrasta świadomość o zasadach i wartościach ekoturystyki, nie tylko pod kątem rozwoju certyfikacji ekoturystycznej, ale również jako filozofii i narzędzia holistycznego i zrównoważonego rozwoju turystyki. Zarówno na poziomie poszczególnych przedsiębiorców, jak i całych destynacji turystycznych. Taki był również cel naszego projektu.

Certyfikacja ekoturystyczna przedsiębiorstw jest kluczowym krokiem dla zapewnienia jakości w polskiej ekoturystyce. Społeczny Instytut Ekologiczny, dzięki utworzeniu Polskiego Certyfikatu Ekoturystycznego, uruchomił praktyczne narzędzie dla innowacyjnych przedsiębiorców turystycznych, którzy mogą rozwijać swój biznes w sposób bardziej zrównoważony i świadomy. Certyfikat Ekoturystyczny daje również małym przedsiębiorstwom unikalną możliwość podłączenia się pod rozpoznawalną na świecie „Globalną Marką Ekoturystyczną”, zwiększając skuteczność działań marketingowych i komunikacji na poziomie lokalnym i globalnym. Otrzymanie certyfikatu ekoturystycznego oznacza także stanie się ambasadorem Ekoturystyki. To duża odpowiedzialność. Odpowiedzialność, aby szanować i codziennie wdrażać w życie ekoturystyczne wartości, wspierając w ten sposób ruch ekoturystyczny w całej Europie.

Dzięki projektowi „Wzorcowa sieć ekoturystyczna między Bugiem a Narwią”, stworzyliście platformę dla dalszego rozwoju wielu małych przedsięwzięć turystyki wiejskiej i agroturystyki w waszym regionie. Ale nic nie dzieje się samo. Każdy przedsiębiorca musi włożyć pracę w swoje przedsięwzięcie, aby wykorzystać w pełni tę możliwość. Zrealizowany projekt jest fantastycznym startem - wykorzystajcie to w dalszej pracy!

Serdecznie gratuluję uruchomienia wypracowanego lokalnie systemu certyfikacji dla przedsiębiorstw ekoturystycznych, a specjalne gratulacje składam obiektom, które jako pierwsze otrzymały Polski Certyfikat Ekoturystyczny w 2010 r.

Pozdrowienia dla całego wspaniałego zespołu Społecznego Instytutu Ekologicznego, praca z wami to przyjemność!

Życzę Wam wszystkim powodzenia!

Lone Lamark

Partner Norweski



Pionierzy polskiej certyfikacji ekoturystycznej z wizytą w Norwegii: od lewej do prawej Andrzej Sosiński (Stary Młyn w Nurze), Andrzej Kongiel (Muzeum w Prostyni), Marianna Kuźma (gosp. ekologiczne w gm. Sabnie), Lone Lamark (partner norweski), Danuta Jabłonka-Grabowska (wiceprzewodnicząca Rady ds. certyfikacji), Jerzy Kolanowski (agroedukacja w Glinie), Sonia Priwieziencew (przewodnicząca Rady ds. certyfikacji), Tomasz Włoszczowski (koordynator projektu)

Lone Lamark brała udział w projekcie „Wzorcowa sieć ekoturystyczna między Bugiem a Narwią” jako konsultant w działaniach dotyczących utworzenia polskiego systemu certyfikacji ekoturystycznej oraz strategii rozwoju ekoturystyki dla regionu. Lone tworzyła Norweski System Certyfikacji i przez wiele lat pracowała z norweskimi samorządami nad rozwojem ekoturystyki. W 2007 r. jako pracownik organizacji GRIP organizowała Światową Konferencję Ekoturystyczną w Oslo. Aktualnie prowadzi własny biznes ekoturystyczny w regionie Vestaralen (północna Norwegia) oraz jest odpowiedzialna za przeprowadzanie kontroli obiektów certyfikowanych w Norwegii na zlecenie Innovation Norway. Angażuje się również w działania propagujące Ekoturystykę na poziomie Europejskim.

I Jak korzystać z przewodnika

Oddajemy w Wasze ręce niekonwencjonalny przewodnik po ekoturystyce i terenie między Bugiem a Narwią. Ma on stanowić zachętę do bardziej świadomego podróżowania, pozwolić odkryć niespodziewane uroki tego obszaru, zachęcić do spotkań z ciekawymi ludźmi. Ma sprawić, aby Wasze podróże, bliższe czy dalsze, krótkie czy długie, stanowiły niezapomniane wzbogacające doświadczenia, które będziecie miło wspominać. Nie musicie się wybierać do egzotycznych krajów - wiele skarbów czeka w centrum Polski, w odległości 50-100 km od stolicy kraju.

W przewodniku zamieściliśmy:

- Trochę informacji na temat ruchu ekoturystycznego i ekoturystyki: co to jest, kiedy powstał, dlaczego się tak prężnie rozwija, czym różni się od innych form turystyki. Rozdział I, strona
- Porady jak dołączyć do grona ekoturystów: na co zwrócić uwagę, jak znaleźć miejsca i obiekty ekoturystyczne, gdzie szukać informacji, jak się zachować i dlaczego warto. Rozdział II, strona
- Opis zasad trasy i sieci ekoturystycznej, która powstała między Bugiem a Narwią: jak powstała, na czym polega. Osiem z 26 obiektów zdobyło w 2010 roku Polski Certyfikat Ekoturystyczny, a to oznacza, że spełniają wysokie wymagania dotyczące dbałości o środowisko, ekologii, kwalifikacji właścicieli i przewodników (wiedza o terenie, przyrodzie, kulturze, wspieranie lokalnej gospodarki). Opisujemy na jakich warunkach przyznano im certyfikat. Rozdział III, strona
- IV Mapkę obszaru między Bugiem a Narwią (str. X), obejmującą 13 gmin i 26 polecanych przez nas ciekawych obiektów stanowiących sieć ekoturystyczną. Każdy obiekt oznaczony jest kolejnym numerem, dzięki któremu łatwo odnaleźć ich pełne opisy, które zamieszone są w Rozdziale VI (str.).
- Tematyczną listę obiektów na stronie x, która ułatwi wyszukiwanie interesujących miejsc według oferty usług i atrakcji. Warto pamiętać, że członkowie sieci znają się, współpracują ze sobą, zorganizują zajęcia niezależnie od tego, skąd zaczniecie i gdzie zatrzymacie się na dłużej.
- W rozdziale VI zamieszczony jest opis każdej z 13 gmin w kolejności alfabetycznej zawierający wszystkie podstawowe informacje, które pozwolą dobrze zjeść, wygodnie przenocować i nie przegapić tego, co najważniejsze i najciekawsze, chociaż czasem nie takie oczywiste. Są tu również zamieszczone informacje o cyklicznych imprezach oraz szczegółowe opisy 26 różnych obiektów, które współpracują w ramach sieci ekoturystycznej „Między Bugiem a Narwią”.

Sugerujemy zapoznanie się z całym przewodnikiem, a potem wyszukiwanie potrzebnych informacji w zależności od czasu i zainteresowań.

Nasz przewodnik skierowany jest do wszystkich, dla których ważna jest przyroda, lokalna kultura, przygoda i spotkania z ciekawymi ludźmi. Między Bugiem a Narwią każdy znajdzie coś dla siebie:

- ⌘ niezależnie od tego czy chcecie spędzić tu weekend, popołudnie, czy miesiąc,
- ⌘ z dziećmi, samotnie czy z grupą przyjaciół, a może na romantyczny wypad we dwoje,
- ⌘ czy jesteście poszukiwaczami śladów historii, czy może pasjonatami ornitologii,
- ⌘ czy wolicie wędkowanie w ciszy, a może wyprawy konne, rowerowe i sporty wodne,
- ⌘ czy marzycie o czytaniu książki kontemplując meandry Bugu, czy też planujecie taniec wokół ogniska połączony z kuligiem, albo może Waszą ambicją jest pierwsze miejsce w grzybobraniu,
- ⌘ czy nie potraficie przeżyć bez wizyty w kawiarni, albo szukacie ucieczki od miasta w leśnej głuszy,
- ⌘ czy drzemie w Was artysta rzeźbiarz, malarz, a może wolicie warsztaty kulinarne,
- ⌘ czy macie już swój domek letniskowy nad Narwią, mieszka tu wasza babcia, a może jesteście tu po raz pierwszy w życiu?

Korzystając z przewodnika, prosimy mieć na uwadze:

Przewodnik jest wynikiem trzyletniej pracy z ludźmi zainteresowanymi rozwojem ekoturystyki na tym terenie, przedsiębiorcami, rolnikami, działaczami społecznymi i pasjonatami. Nie jest to inwentaryzacja - naszym celem nie było ukazanie pełni możliwości, wszystkich istniejących obiektów noclegowych, czy miejsc kultury, ale pokazanie Wam takich ludzi i takich miejsc, które sprawiają, że będziecie mieli ochotę wrócić i odkrywać coraz więcej. Przewodnik zawiera też sporo naszych komentarzy (chcieliśmy, byście się czuli tak, jakby oprowadzał Was dobry znajomy), są to nasze osobiste opinie i nie każdy musi się z nimi zgodzić. Staraliśmy się dostrzec i uwzględnić to, co pozytywne, wyjątkowe, nieoczywiste - również po to, by oszczędzić Wam rozczarowań. Pamiętajmy jednak, że otaczający nas świat szybko się zmienia - dobra restauracja dzisiaj, może już jutro nie być godna polecenia, ceny rosną, wzrasta ruch samochodowy, powstają nowe ciekawe inicjatywy, a inne upadają. Mamy nadzieję, że ten mały przewodnik stanie się cennym towarzyszem wakacyjnych wypraw, sprawi że przyniosą satysfakcję zarówno Wam, jak i gospodarzom, do których dzięki niemu traficie.

II. Ekoturystyka na świecie

Dziś, kiedy czytamy raport ONZ na temat ekologicznego stanu naszej planety, z którego wynika, że proces zmniejszania się bioróżnorodności będzie postępował, a niektóre ekosystemy mogą ulec nieodwracalnym zniszczeniom, musimy zdać sobie sprawę z tego, że każde nasze działanie, również to dotyczące odpoczynku, wakacji czy podróży ma wpływ na stan ekosystemów. Niespotykane dotąd zagrożenia dla planety Ziemi nie pozwalają dłużej lekceważyć wpływu gospodarki na środowisko naturalne, w którym wszyscy żyjemy:

- Globalne ocieplenie – ostatnie 10-lecie było najcieplejsze w znanej nam historii. Przyczyną jest nadmierna emisja CO₂, a większość turystów podróżuje samolotem lub samochodem.
- Zagłada bioróżnorodności (zwierząt, roślin, ptaków, owadów) dzikiej i rolniczej - przez ostatnie 20 lat liczba populacji ptaków zmniejszyła się o około 70%.; szacuje się, że 12000 gatunków jest na skraju zagłady; gatunki giną 10000 razy szybciej niż w wyniku normalnej ewolucji; w Europie co czwarte dzikie zwierzę i co ósmy ptak są śmiertelnie zagrożone, połowa gatunków motyli, płazów gadów i ryb słodkowodnych niedługo przestanie istnieć (dane UE). To samo dotyczy bogactwa gatunków roślin uprawnych czy zwierząt hodowlanych!
- Ogólne i nagłe przeludnienie - w 1950 roku 2,5 miliarda ludzi, w 2008 - 6,6 mld.

Poznanie świąt i tradycji ludowych to ważny element ekoturystyki. Na zdjęciu dożynki w gminie Somianka



- Intensywna produkcja toksycznych odpadów i inne zanieczyszczenia (500 mln ludzi na świecie ma za mało wody, 54% istniejącej słodkiej wody jest w użyciu). Produkcja odpadów wciąż rośnie.
- Nadmierna i bezsensowna konsumpcja - gdyby przeciętny Chińczyk konsumował tyle co Amerykanin, nie starczyłoby dziś dla Chin ani światowej produkcji ropy, ani papieru, ani ryb.

Jaki udział w tych danych ma turystyka? Bardzo duży: przemysł turystyczny jest uznany za największy przemysł świata - zapewnia 230 mln miejsc pracy i 10% produktu krajowego brutto na planecie (dane z 2006 r.). Przemysł ten rośnie w szybkim tempie - w 1950 roku było na świecie około 25 mln turystów, w 2006 roku ponad 800 milionów. Z tego ponad połowa przyjeżdża do Europy. Średni wzrost sektora turystycznego wynosi 5-10% rocznie. Przewiduje się, że w 2020 roku około 1,56 miliardów osób przemieści się do wybranego miejsca swego wypoczynku.

Logo Międzynarodowej Organizacji Ekoturystycznej (www.ecotourism.org). Hasło przewodnie organizacji brzmi : „łącząc ochronę środowiska, społeczności i zrównoważone podróżowanie”.

Przy tak szybkim tempie wzrostu, turystyka zaczęła zmieniać charakter i znacząco wpływać na odwiedzane tereny, nie zawsze korzystnie. Stwierdzono, że skutkiem masowej turystyki jest dewastacja środowiska (rejsy po Karaibach to 70 000 ton śmieci rocznie, transport to emisja CO₂, polowania to zagrożenie wyginięcia zwierząt objętych ochroną), niszczenie zabytków, zanik prawdziwej lokalnej kultury (komercjalizacja, globalizacja), wyzysk lokalnych społeczności czy też chybione inwestycje infrastrukturalne (zabetonowane plaże Costa Brava w Hiszpanii, niszczące krajobraz hotele wieżowce w Alpach).

Turyści sami zaczęli dostrzegać negatywny wpływ tych zjawisk na przyjemność związaną z podróżą i jakość pobytu. Bardziej wyedukowani i wymagający zaczęli szukać innej jakości i doświadczeń.

W latach 70.XX wieku pojawiło się w turystyce nowe pojęcie: „ekoturystyka”. Była ona odpowiedzią na gwałtowny rozwój turystyki masowej, która spowodowała, że wiele unikalnych i małych miejsc przekształciło się w centra turystyki masowej generujące wprawdzie duże zyski, ale kosztem zniszczonej przyrody i lokalnej kultury. Wielu organizatorów turystyki zauważyło, że ten nieokiełznany i nieuregulowany rozwój turystyki masowej może wkrótce doprowadzić do degradacji cennych

przyrodniczo obszarów, dzięki którym turystyka się mogła w ogóle pojawić.

Od niewielkiego ruchu w latach 70. ekoturystyka szybko urosła do rangi przemysłu rządzącego się własnymi prawami. Na początku lat 90. rozpoczęło działalność Międzynarodowe Stowarzyszenie Ekoturystyki (The International Ecotourism Society), które pełni ważną rolę w kształtowaniu tej gałęzi turystyki. Definicja ekoturystyki według TIES brzmi: „**Ekoturystyka to odpowiedzialne podróżowanie do obszarów przyrodniczych, które zachowuje i chroni środowisko oraz polepsza warunki życia lokalnych mieszkańców**”.

Przełomowym wydarzeniem był rok 2002 ogłoszony Międzynarodowym Rokiem Ekoturystyki przez UNEP i Światową Organizację Turystyki (UNWTO). Podczas międzynarodowej konferencji w mieście Quebec w Kanadzie sformułowano Deklarację o Ekoturystyce z Quebecu (Quebec Declaration on Ecotourism, 2002). Zgodnie z tą deklaracją ekoturystyka stanowi rdzeń koncepcji turystyki zrównoważonej. Jest „najczystsza” formą podróżowania przyjaznego środowisku, ponieważ odbywa się zwykle na obszarach o najwyższych walorach przyrodniczych i krajobrazowych, bezpośrednio przyczynia się do ochrony środowiska naturalnego i kulturowego tych regionów, a jej uczestnikami są ludzie o dużej świadomości ekologicznej i wrażliwości przyrodniczej.

Trzy cechy wyróżniają ekoturystykę spośród innych form podróżowania:

- ⌘ jest formą aktywnego i dogłębnego zwiedzania obszarów o wybitnych walorach przyrodniczych i kulturowych,
- ⌘ strzeże harmonii ekosystemów przyrodniczych i odrębności kulturowej lokalnych społeczności,
- ⌘ przynosi realne korzyści ekonomiczno-społeczne ludności miejscowej i wspiera finansowo ochronę wartości dziedzictwa przyrodniczego i kulturowego.

Ekoturystyka obejmuje różne rodzaje turystyki: kwalifikowaną, krajoznawczą, wypoczynkową, przygodową itp. Wszystkie te rodzaje łączy jeden warunek - osoba uczestnicząca w podróży (turysta) świadomie nie ingeruje w naturalne ekosystemy, wyraża szacunek dla otaczającej ją przyrody i kultury ludności miejscowej.

O tym jak duże jest zapotrzebowanie na taki rodzaj turystyki, które zresztą rośnie wraz ze podnoszeniem się świadomości ekologicznej ludzi, świadczą ostatnie dane: branża ekoturystyczna od początku lat 90. wzrasta rocznie o 20-34%, w 2004 r. wzrost ten był trzy razy większy niż wzrost całego sektora turystycznego. Sama turystyka przyrodnicza rośnie o 10-12% rocznie. Szacuje się, że zrównoważona turystyka w ciągu pięciu lat stanowić będzie jedną czwartą całej branży turystycznej,

osiągając obroty rzędu 250 mld USD rocznie.

Z przeprowadzonych w 2006 roku badań wynika, że rośnie liczba turystów przykładających wagę do tego, jaki wpływ na środowisko ma ich wakacyjny pobyt:

- dwie trzecie amerykańskich turystów i 90% brytyjskich uważa, że w miejscu, które wybierają na wypoczynek, powinno się dbać o środowisko,
- 70% Amerykanów jest gotowych dopłacić do pobytu, jeżeli w miejscu wypoczynku stosowane są odpowiedzialne ekologiczne rozwiązania,
- ponad jedna trzecia turystów z USA i Europy wybiera firmy turystyczne, które dofinansowują cele charytatywne.

W Europie:

- 30% turystów jest świadomych wartości zrównoważonej turystyki,
- 20% szuka zielonych i prośrodowiskowych wakacji,
- 65% niemieckich turystów poszukuje jakości ekologicznej, a 42% (25 mln) szuka noclegu w miejscu, gdzie dba się o środowisko,
- połowa turystów angielskich wybiera podróż z firmą, która stosuje kodeks etyczny (dba o środowisko, pracowników i wspiera lokalne społeczności).

Z przeprowadzonych przez organizację LOHAS w 2010 r. badań w Stanach Zjednoczonych wynika że już 19% rynku stanowią klienci o głębokich przekonaniach proekologicznych, którzy na co dzień wybierają produkty przyjazne dla środowiska. Kolejne 35% to osoby zainteresowane takimi produktami i usługami. Oznacza to, że ponad 50% Amerykanów wybierze produkt czy usługę przyjazną dla środowiska, jeżeli przedstawi się im odpowiednią ofertę.

Coraz więcej turystów deklaruje i poszukuje miejsc o ciekawych walorach przyrodniczych, chcą podczas swych podróży poznawać lokalną historię, kulturę, chcą poznawać ciekawych ludzi, lokalnych artystów, chcą odpoczywać w przyjaznej atmosferze. Jest to powrót do źródeł turystyki. Tendencje te wzmacniają się, więc przedstawienie działalności turystycznej na zaspokojenie potrzeb rosnącej grupy ekoturystów na pewno przyniesie wymierne korzyści w niedalekiej przyszłości. Specjaliści twierdzą, że ci, którzy najszybciej przejdą na ekoturystykę, osiągną największe zyski, dzięki hossie na eko-obiekty i turystykę przyrodniczą, bo będą pierwsi na rynku.

III .Jak zostać ekoturystą?

Ekoturysty to szczególnie wymagająca grupa turystów, którzy łączą chęć odpoczynku z ciekawością poznania miejsc i ludzi. Nie zadawala ich bierne oglądanie świata, oczekują kontaktu z przyrodą, atrakcji kulturowych, czystego i przyjaznego otoczenia. Pragną dowiedzieć się jak najwięcej o miejscach, które odwiedzają i o ludziach, których spotykają.

Chociaż ekoturysty dbają o naturę i dokonują świadomych wyborów związanych z działaniami przyjaznymi dla środowiska, to nie zawsze znaczy, że chcą spać w namiocie i jeść z menażki. Oczekują dobrego standardu usług niezależnie od tego, czy nocują w ośrodku turystyki wiejskiej, gospodarstwie agroturystycznym czy w domku kempingowym.

Ekoturysty to ludzie wykształceni, o wysokim stopniu świadomości ekologicznej i poczuciu odpowiedzialności.

Ekoturysta = świadomy wybór

Jeżeli uważasz się za świadomego obywatela, interesuje cię otaczający świat, masz ochotę żeby wydane przez ciebie pieniądze polepszały, a nie pogorszały jego stan, to już jesteś, albo zaraz będziesz ekoturystą.

Ekoturystyka nie jest trudna: wystarczy być aktywnym, wymagającym i kreatywnym. Gwarantujemy, że w taki sposób spędzone wakacje dadzą więcej satysfakcji, niż „oddanie” się w ręce agencji turystycznych.

Bądź świadomym ekoturystą

Wybieraj możliwie przyjazne sposoby transportu, jeżeli jeździsz samochodem, używaj go tylko wtedy kiedy konieczne.

Wybieraj noclegi raczej w małych obiektach. Wspieraj gospodarstwa ekologiczne, obiekty które podejmują wyraźne działania ochrony środowiska, gospodarzy którzy aktywnie współpracują z lokalną społecznością.

Nie dawaj wiary hałaśliwym reklamom, często główne atrakcje są prze-reklamowane. Daj sobie czas, a odkryjesz więcej.

Pytaj zawsze o to, skąd pochodzi jedzenie. Jeżeli nie jesz mięsa, nie pijesz alkoholu, lub nie podoba ci się szynka ze sklepu- odmawiaj grzecznie lecz stanowczo.

Kupuj produkty z oznakowaniem ekologicznym lub ze sprawdzonych źródeł, najlepiej lokalnych. Zamiast robić zakupy w supermarkecie, by-



Prawdziwy ekoturysta poszukuje lokalnych pamiątek. Wyplatanie wikliny na festynie w Zaręczach Kościelnych i wyroby garncarskie na sobotnim kiermaszu w gospodarstwie agroedukacyjnym w Glinie



waj na targach, jarmarkach i wypytuj rolników, co mają na sprzedaż. Na targu pytaj się skąd pochodzą jajka czy warzywa, często sprzedawcy nie są producentami i kupują je w hurtowniach. Najlepiej kupuj bezpośrednio od gospodarza.

Nie żałuj pieniędzy na ekologiczne jedzenie. Certyfikacja żywności ekologicznej w Polsce jest bardzo surowa i zupełnie wiarygodna-pod warunkiem że rolnik naprawdę taki certyfikat posiada.

Jeżeli jesteś letnikiem dbaj o kontakt z lokalną społecznością. Nie hałasuj kiedy sąsiad musi się wyspać, bo cały dzień pracował w polu.

Kupując pamiątki pytaj, gdzie są wyprodukowane; kupuj tylko wyprodukowane lokalnie, a przynajmniej polskie.

Staraj się płacić rzetelną cenę za produkt czy usługę, pomyśl że lepiej kupić droższy wyrób lokalnego rzemieślnika niż tani gadżet z Chin.

Jeżeli Pani w sklepie pakuje swoje zakupy do torebki foliowej, zaprotestuj! Noś własną torbę również na chleb.

Zwracaj uwagę na sortowanie odpadów, dawaj przykład, jeśli widzisz, że lokalni tego nie robią.

Robisz piknik w lesie – koniecznie sprawdź, czy nie pozostawiłeś za sobą pustych butelek, puszek, opakowań.

Nie używaj jednorazowych niebiodegradowalnych naczyń i sztuców, jeżeli są proponowane pytaj, czy nie ma „prawdziwych”, staraj się ograniczać ilość produkowanych odpadów.

Nigdy nie pal śmieci; zaprotestuj, jeśli zobaczysz takie praktyki i wytłumacz dlaczego nie wolno tego robić. Jeżeli delikwent nie chce zrozumieć, poinformuj służby gminne.

Zwracaj uwagę na dobrostan zwierząt domowych i gospodarskich. Pytaj i tłumacz.

Dbaj o obszary cenne przyrodniczo - nie zbaczaj z wytyczonych ścieżek, nie niepokój zwierząt, nie zrywaj chronionych roślin. Pomyśl, że Twoje wnuki też chciałyby mieć możliwość skorzystania z bogactwa przyrody.

Szanuj również „zwykłe” drzewa, kwiaty, zwierzęta, ptaki.

Bierz udział w lokalnych wydarzeniach - świętach, festynach, odpustach. Odwiedzaj domy kultury. Szanuj tradycje - jest ich coraz mniej.

Zachowuj się z szacunkiem w miejscach kultu i historii.

Szanuj zabytki. Szanuj nie tylko własność prywatną, ale również własność publiczną.

Pytaj i rozmawiaj - ludzie na ogół są przyjaźni, niezmiernie rzadko zdarza się, by ktoś nie chciał pomóc turyście. W Polsce nadal marnie działa informacja turystyczna, ale mieszkańcy danego terenu na pewno powiedzą, co ciekawego jest w ich gminie, a nawet zaprowadzą tam osoby.

Chwal, jeśli zauważysz pozytywne działania, niezależnie od tego, czego dotyczą.

Pomyśl o tym, komu i za co płacisz – pamiętaj, że Twoje pieniądze kształtują świat!

Na świecie powstaje nawet ruch zrzeszający świadomych turystów, którego celem jest wpływanie na politykę rządów: jeżeli w danym kraju zabija się lwy albo nie respektuje zasad demokracji, odpowiedzialni turyści mogą zasygnalizować, że nie zamierzają zostawiać tam pieniędzy dopóty, dopóki się to nie zmieni. Na stronie www.ethicaltraveller.org publikowane są corocznie listy najbardziej i najmniej „etycznych” destynacji.

W Internecie znajdziecie wiele przyjaznych stron dla ekoturystów, niestety głównie w języku angielskim. Jest też coraz więcej przedsiębiorców i organizacji oferujących etyczne i ekologiczne podróże, w Polsce ten ruch dopiero się rozwija.

Przykłady ze świata:

- www.greentraveller.co.uk - strona pomagająca ekoturystom z Anglii dotrzeć wszędzie w sposób niezmotywowany.
- www.ecotourism.org - strona Międzynarodowej Organizacji Ekoturystyki.
- www.planeterra.org - strona organizacji, która oferuje pobyty dla wolontariuszy w małych społecznościach.
- www.ethicaltraveller.org - organizacja promująca „etyczne” podróżowanie

Jako wymagający klient, też masz wpływ na otaczającą rzeczywistość.

Jeżeli jakaś usługa nie spodobała ci się i nie zamierzasz z niej więcej korzystać – powiedz o tym osobie, która ją dostarczyła, wytłumacz dlaczego.

Zwracaj uwagę w sposób taktowny. Być może nie wiele wskórasz, ale może dzięki Tobie świat stanie się ciut lepszy. Pamiętaj jednak, że najwięcej uczy dobry przykład, niż słowa i że pochwała jest skuteczniejsza od krytyki.

Bądź przygotowany na to, że... będziesz zaskoczony (często pozytywnie).

Wyzbądź się uprzedzeń na temat lokalnej społeczności. Spotkasz fantastycznych ludzi.

NIGDY NIE TRĄĆ POCZUCIA HUMORU!

III. Ekoturystyka między Bugiem a Narwią - lokalna sieć i certyfikat

Sieć Ekoturystyczna Między Bugiem a Narwią powstała w roku 2010. Do utworzenia sieci doprowadziły działania, które Społeczny Instytut Ekologiczny realizował przez półtora roku na terenie 13 gmin położonych na obszarze województwa Mazowieckiego między rzekami Bug i Narew. Projekt zrealizowano w ramach wsparcia udzielonego przez Islandię, Lichtenstein i Norwegię poprzez dofinansowanie ze środków Mechanizmu Finansowego EOG oraz norweskiego Mechanizmu Finansowego, a także ze środków budżetu Rzeczypospolitej Polskiej w ramach Funduszu dla Organizacji Pozarządowych.

Gminy, które brały aktywny udział w projekcie, to gminy wiejskie lub miejsko-wiejskie:

- Brańszczyk
- Brok
- Długosiodło
- Łochów
- Małkinia Górna
- Nur
- Obryte
- Ostrów Mazowiecka
- Rząśnik
- Sadowne
- Somianka
- Zaręby Kościelne
- Zatory

Obszary te charakteryzuje małoobszarowa gospodarka rolna, brak dużych zakładów produkcyjnych oraz bogate zasoby przyrodnicze, które w dużej mierze objęte są ochroną w ramach europejskiej sieci Natura 2000. Pięć takich obszarów znajduje się na terenie wymienionych gmin:

- Puszcza Biała (obszar ochrony ptaków)
- Dolina Dolnego Bugu (obszar ochrony ptaków)

- Ostoja Nadbużańska (obszar ochrony siedlisk)
- Bagno Pulwy (obszar ochrony ptaków)
- Dolina Liwca (obszar ochrony ptaków)

Świadczy to wyjątkowych walorach przyrodniczych tego regionu w skali Europy, szczególnie związanych ze światem ptaków, ale również bogactwem fauny i flory. Występują tu rzadkie i chronione gatunki, stanowiąc one wartość dla ornitologów i miłośników przyrody.

Spółeczny Instytut Ekologiczny (organizacja pożytku publicznego założona w 1990 r.), zaprosił wszystkich chętnych do udziału w działaniach na rzecz rozwoju ekoturystyki na tym terenie. W wyniku wspólnej pracy zawiązała się grupa lokalnych przedsiębiorców, gospodarzy, artystów, działaczy społecznych, którzy zdecydowali się na działanie w duchu ekoturystyki. Członkowie sieci współpracują ze sobą, wspierają się nawzajem, dbają o jakość usług, tworzą wysokiej jakości ofertę i monitorują wdrażanie standardów ekologicznych. We wrześniu 2010 do sieci należało 26 różnych obiektów świadczących rozmaite usługi turystyczne na terenie 13 gmin.

Regulamin sieci ekoturystycznej "Między Bugiem a Narwią" w następujący sposób definiuje ekoturystykę:

Ekoturystyka to wzbogacające doświadczenia z naturą i kulturą, organizowane przez odpowiedzialnych przedsiębiorców dbających o środowisko, swoich gości oraz lokalną społeczność, której są częścią.

Działalność członków sieci respektuje podstawowe światowe zasady ekoturystyki:

- oferta oparta na naturze, kulturze, lokalnej wyjątkowości, promocja, ochrona i szacunek dla środowiska przyrodniczego i kulturowego;
- dbałość o przyrodę i lokalne społeczności, ochrona środowiska i bioróżnorodności, wspieranie lokalnej gospodarki;
- pozytywne poszerzające wiedzę i podnoszące świadomość doświadczenie, zarówno dla gości jak i gospodarzy.

Część obiektów sieci uzyskała Polski Certyfikat Ekoturystyczny, przyznawany przez Społeczny Instytut Ekologiczny i zarządzany wspólnie przez SIE oraz dwa stowarzyszenia - Mazowiecko-Podlaskie Stowarzyszenia agroturystyczne i Stowarzyszenie gospodarstw agroturystycznych "Mazowieckie Wierzby". Obiekty te spełniają listę ponad 100 rygorystycznych kryteriów* ekologii i ekoturystyki dotyczących w szczególności:

- wyżywienia na bazie produktów lokalnych i ekologicznych oraz

*pełna lista spełnianych kryteriów i zasad certyfikacji dostępna jest na stronie www.sie.org.pl

”Fair Trade”,

- minimalizacji wpływu działalności na środowisko (gospodarstwa prowadzone jako ekologiczne lub zrównoważone, nie używa się chemicznych środków czystości, dba o oszczędności wody i energii, segreguje odpady, nie używanie niebiodegradowalnych opakowań jednorazowych, nie stosuje chemicznych środków ochrony roślin w ogrodzie),
- dbałości o dziką przyrodę (udział w projektach ochrony lub edukacji ekologicznej, wiedza na temat flory, fauny, terenów chronionych, ograniczenie transportu zmotoryzowanego podczas wycieczek),
- propagowania lokalnej kultury i tradycji, wysokich standardów wiedzy gospodarzy i przewodników,
- przejrzystości i czytelności oferty.

We wrześniu 2010 osiem obiektów otrzymało
Polski Certyfikat Ekoturystyczny:



Ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne ”Bielińska Góra” i wypożyczalnia kajaków (gm. Brańszczyk) - opis na stronie X



Gospodarstwo agroturystyczne ”Noclegi u Alicji” w Długosiodle - opis na stronie X



Hodowla kóz i gospodarstwo agroedukacyjne w Glinie (gm. Małkinia Górna) - opis na stronie X



Prywatne Muzeum Etnograficzne w Prostyni (gm. Małkinia Górna) - opis na stronie X



Gospodarstwo agroturystyczne ”Stary Młyn” i hodowla ryb w Ołtarzach Gołaczach (gm. Nur) - opis na stronie X



Gospodarstwo agroturystyczne ”Dom nad Wierzbami” w Jackowie Dolnym (gm. Somianka) - opis na stronie X



Kuźnia Kurpiowska - Izba Regionalna w Pniewie (gm. Zatory) - opis na stronie X



Ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne ”Dąbrówka” w Hołowienkach (gm. Sabnie) - opis na stronie X

Wszystkie oznaczone są opatentowanym logo. Certyfikat weryfikowany jest co rok.

Szczegółowe opisy wszystkich obiektów stanowiących sieć ekoturystyczną znajdują się w Rozdziale VI zawierającym podział na gminy. Mapa terenu znajduje się na stronie x.

IV. Obiekty w sieci ekoturystycznej – podstawowe elementy oferty
Niniejsza tabela przedstawia podstawowe elementy oferty, szczegółowe opisy obiektów znajdują się w rozdziale VI

IV Tematyczna lista obiektów

Nr na mapie	Nazwa obiektu	Opis na stronie nr	Miejscowość/gmina	Certyfikat eko-turystyczny	Certyfikat ekologiczny	Nocleg	Wyżywienie	Sprzedaż produktów i przetworów	Rower	Kajaki	Jazda konna	Rzemiosło/rzemiosło artystyczne	Zajęcia dla dzieci, edukacja	Zajęcia kulinarne	Odkrycia kulturowe i poznawanie historii	Inne zajęcia i atrakcje dla dorosłych
1	Ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne i wypożyczalnia kajaków „Bielńska Góra”		Brańszczyk	X	X	X	X		X	X						X
2	Wypożyczalnia rowerów Kafilkowie		Brańszczyk					X	X							X
3	Gospodarstwo agroturystyczne „Nad Bugiem”		Brok			X	X	X								X
4	Dom wczasowy „Nadrzecz”		Brok			X	X									
5	Gospodarstwo agroturystyczne „Dajana”		Brok			X	X					X				
6	Gminne Centrum Informacji Kultury i Sportu		Długosiodło										X			X
7	Noclegi „u Alicji”		Długosiodło			X			X							
8	Pracownia rzeźbiarska Kazimierz Sikorski		Długosiodło									X				X
9	Leśniczówka „Pod Jaworem”		Przetycz-Folwark, gm. Długosiodło			X					X					X
10	Muzeum Gwizdka		Gwizdały, Łochów										X			
11	Izba Pamięci Paderewskich		Kalisza, Łochów												X	
12	Stajnia Kaliska		Kalisza, Łochów					X			X		X			
13	Hodowla kóz i agroedukacja w Glinie		Glina, Małkinia Górna					X					X			
14	Muzeum Etnograficzne Andrzeja Kongiela		Prostyń, Małkinia Górna	X								X	X		X	

VI. Gminy, krok po kroku

Gmina Brańszczyk

Oficjalna strona gminy: www.branszczyk.pl

Liczba mieszkańców: 8 tys.

Gospodarka: w gminie znajduje się około 1700 gospodarstw rolnych o średniej powierzchni 4 ha; główne uprawy to zboża i ziemniaki. Duża grupa mieszkańców pracuje w Warszawie lub Wyszku. Jest około 1000 działek letniskowych, głównie nad Bugiem w miejscowości Brańszczyk.

Dojazd: z Warszawy 70 km trasą szybkiego ruchu S8 na Wyszki; bezpośrednia linia PKS z Warszawy; pociąg do Wyszki (sporo połączeń z Warszawy, godzina jazdy), następnie parę kilometrów autobusem PKS.

Widokówka

Gminę Brańszczyk dzieli na pół trasa szybkiego ruchu S8. Jadąc z Warszawy, po lewej stronie znajdują się tereny leśne - Puszcza Biała i interesujące łowisko Jegiel, zaś po prawej - tereny zamieszkałe, centrum gminy, pola i łąki nadbużańskie.

Im bliżej Bugu tym bardziej sielsko i pięknie. To wymarzone miejsce na wycieczki rowerowe. Na pastwiskach pasą się krowy, nad łąkami krążą bociany, jest też sporo starych sadow. Wzdłuż Bugu jest parę ładnych plaż, jednak bystry nurt rzeki nie pozwala na bezpieczną kąpiel, za to można wylegiwać się na piasku. Niestety, część brzegu jest zajęta przez działki letniskowe; spacerowicze muszą się zadowolić wąską ścieżką. Im dalej od miasta, tym więcej przestrzeni i pięknych łąk (np. w miejscowości Tuchlin). W gminie jest jedno gospodarstwo z wypożyczalnią kajaków, a nieopodal kościoła przystań, gdzie taki kajak łatwo „zaparkować”. Centrum Gminy to ładnie zadbane plac z ławkami i zielenią oraz ciekawy zabytkowy kościół i pojedyncze domy drewniane. Są sklepiki spożywcze, niestety bardzo średnio zaopatrzone. Informacje i ofertę prawdziwych lokalnych produktów znajdą turyści w lokalnej agroturystyce. Gmina wyróżnia się dużą liczbą gniazd bocianich, a w rozległych lasach gniazduje rzadki bocian czarny. Specyfiką gminy są dwa duże domy opieki społecznej. W jednym z nich odbywa się co roku zjazd ludzi małego wzrostu.

Piknik nad Bugiem



Nasze wrażenia

Idealna gmina na wypad weekendowy (tylko godzina drogi od stolicy szybką trasą wyszkowską), wszelkie sielskie atrakcje pod ręką (łąki, łowiska, rowery, kajaki), a w razie tęsknoty za cywilizacją dwa kroki do Wyszkowa na większe zakupy (można tam dostać towary, których w Warszawie nie uświadczysz - np. ubrania i buty polskiej produkcji mało znanych marek).

W Brańszczyku daje się wyczuć energię miasta (wielu mieszkańców pracuje w pobliskich miastach), co stwarza interesującą mieszankę - jest to miejsce, gdzie spotykają się dwa światy. Jeśli szukacie większej izolacji polecamy dalej położone tereny. Warto podkreślić, że w Brańszczyku naprawdę można być eko: dojazd pociągiem i autobusem, a na miejscu wynajęcie roweru i już kilometr dalej od głównej drogi zaczyna się inny świat...

Noclegi

Agroturystyka w gospodarstwie ekologicznym Bielińska Góra w Brańszczyku, ul Bielińska 88, tel. 29 679 41 71, pełen opis w sekcji ekoturystyka poniżej.

Agroturystyka u Lucyny Ponichtery: Brańszczyk, Nadbużna 19, tel. 660 612 490. Dobrze wyposażone, czyste pokoje z osobnym wejściem i aneksem kuchennym, można korzystać z ogródka.

Jeżeli wolicie nocować w miejskich warunkach - Hotel Kamiza przy trasie S8, Turzyn 192, tel. 297424198, www.kamiza.oit.pl. Cena pokoju od 150 zł, pod warunkiem, że nie są zajęte przez gości weselnych.

Gastronomia

Niestety, brak jest w gminie placówek gastronomicznych naprawdę godnych polecenia, z wyjątkiem budki z lodami obok Urzędu Gminy. Lody są jednak wyjątkowe i własnej produkcji.

W Porębie znajduje się bardzo dobra piekarnia, jeżeli nie możecie już patrzeć na chleb z supermarketu, warto zrobić zapas i zamrozić. Tym bardziej, że piekarni wiejskich jest coraz mniej. Również w centrum Brańszczyka (druga ulica w prawo, za Urzędem Gminy) jest piekarnia, gdzie można kupić dobry chleb.

Dla tych, którzy muszą wypić kawę w barze i nie przeżyją bez restauracji jest hotel Kamiża w Turzynie (przy trasie S8 – duży ruch),

Nadbużańska łąka w miejscowości Tuchlin





Zabytkowy młyn wodny
w Brańszczyku

gdzie jest spory wybór typowych potraw restauracyjno-barowych.

„Bar u Jana” J. Wyszyński, J. Falba również w Turzynie (nr 195) przy trasie S8, tel. 297430188.

W gospodarstwach agroturystycznych u Pani Ponichtery i u Państwa Rykaczewskich (centrum Brańszczyka) można naprawdę dobrze zjeść, należy jednak umówić się wcześniej, bo Panie nie zawsze mają czas na gotowanie.

Natura

Na terenie gminy znajdują się aż trzy obszary Natury 2000: Puszcza Biała i Dolina Dolnego Bugu (obszary ptasie) oraz Ostoja Nadbużańska (obszar siedliskowy). Oznacza to niezwykle ciekawy świat ptasi (bielik, orlik krzykliwy, żuraw, derkacz, bąk, puchacz), bogatą florę i faunę (bobry, wydry). Można też trafić na rzadkie gatunki ryb (np. koza złotawa, kielb białopłetwy), bezkręgowców i ...pająków! Tak więc, zarówno ornitolodzy i grzybiarze, jak i wielbicieli ichtiofauny znajdą tu coś dla siebie. Uwaga! Rzadkie gatunki są pod ścisłą ochroną!

Kultura i zabytki

Interesujący kościół z 1833 r. w Brańszczyku oraz kaplica cmentarna.

Stary młyn i mini muzeum młynarstwa. Właściciel Grzegorz Depta, który nadal mieli mąkę w nowoczesnym młynie w swojej firmie, z przyjemnością oprowadzi po młynie i opowie o historii młynarstwa. Młyn znajduje się zaraz za UG, jednak brama posesji jest często zamknięta, dlatego lepiej umówić się na telefon: 29 645 75 99, 602 557 932.

Domy drewniane rozmieszczone w całej gminie.

Kościół z 1863 r. w miejscowości Poręba.

Atrakcje i udogodnienia

W Gminnym Domu Kultury (tel. 29 679 40 45) przy samym UG znajduje się pracownia komputerowa i bezpłatny Internet (czynna pn-pt. 14.00-19.00).

Atrakcją jest niedawno uruchomiona przeprawa promowa do Kamieńczyka.

Wędkarze odnajdą swoje miejsce na dużym i ładnie położonym łowisku Jegiel (tel. 668-413-583, 602-267-097), jest tam również bar.

Ogród w ekologicznym gospodarstwie agroturystycznym „Bielińska Góra”



Imprezy i wydarzenia cykliczne

Dom kultury organizuje rajd rowerowy szlakiem gniazd w połowie lipca. Podobnie jak w większości gmin odbywają się tradycyjne odpusty i dożynki.

Szczególnie warto...

Zrobić wycieczkę rowerową z koszem piknikowym. Rowery można wynająć w obiektach sieci ekoturystycznej wraz z dokładną mapką, jak również zamówić kosz piknikowy u Pani Rykaczewskiej. Przejechać się traktem napoleońskim wśród lasów.

Zorganizować spływ kajakowy - wszystko załatwią Państwo Rykaczewscy (dane poniżej).

Przeprowadzić się promem do Kamieńczyka (jak za dawnych czasów) uruchomionym po latach wysiłków lokalnych władz.

Zjeść lody z budki obok UG (czynne tylko latem). Jest budka i dzwonek - może ktoś przyjdzie. Obsługa jak za PRL-u, ale dla takich lodów warto! Chyba najlepsze lody na Mazowszu, chociaż w Broku i Sterdyni znajduje się konkurencyjnych producentów.

Ekoturystyka w Brańszczyku

Na terenie gminy znajdują się dwa obiekty należące do sieci ekoturystycznej. Właściciele z pewnością dostarczą wielu dodatkowych informacji o tym, co można zobaczyć, zrobić i co nowego dzieje się w gminie.

1 (mapa str.)

Ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne i wypożyczalnia kajaków Joanny i Wojciecha Rykaczewskich, Brańszczyk, ul Bielińska 88, tel. 29 679 41 71, 516 24 74 48



Obiekt otrzymał w 2010 Polski Certyfikat Ekoturystyczny. Posiada również certyfikat ekologiczny.

Gospodarstwo znajduje się przy małej ruchliwej ulicy, na wzgórzu, stąd nazwa „Bielińska Góra”; z domu nie słychać przejeżdżających aut, należy jednak uważać przy przechodzeniu przez ulicę. Gospodarstwo oferuje noclegi (pokój z łazienką) przez cały rok w przestronnym domu gospodarzy. W okresie letnim można również wynająć drewniany domek (z 1946 r.); warunki niestety są bar-

dziej spartańskie, ale domek ma swój urok oraz ładny drewniany taras.

Gospodyni gotuje głównie dla większych grup, ponieważ pracuje również poza domem. Warto jednak umówić się na obiady, bo ma talent kulinarny. Jeżeli jednak chcecie zaoszczędzić (naszym zdaniem nie warto oszczędzać w ten sposób) do dyspozycji jest kuchnia - zarówno w domu gospodarzy, jak i w domku. W domu gospodarzy goście mają do swojej dyspozycji przyjemną salę z kominkiem, biblioteczkę i bezprzewodowy internet. Za domem znajduje się duży teren otoczony lasem, gdzie można grać w piłkę, badmintona, koszykówkę. Grill dla gości zainstalowano w ładnej, kamiennej wacie.

Część produktów pochodzi z własnych ekologicznych upraw, można też zakupić przetwory.

W gospodarstwie można wynająć rowery. Główną atrakcją są jednak kajaki - gospodarze organizują spływy na Bugu. Ponadto gospodarze organizują zajęcia dla grup (dzieci i dorośli) np. kulinarne i manualne, gry zręcznościowe, poznawanie prac gospodarskich itp.

2 (mapa str.)

Wypożyczalnia Rowerów Justyny i Grzegorza Kaflików, Brańszczyk, ul Nadbużna 39, tel. 503 98 16 71

Interesują Was szlaki rowerowe, wspólne grillowanie, bryczka, kuligi, a może wędzenie wędlin? Justyna i Grzegorz doradzą, co, gdzie i jak! Oferują możliwość zakupu warzyw z gospodarstwa, a w najbliższym czasie planują uruchomienie kilku miejsc noclegowych.

Gmina Brok

Oficjalna strona gminy: www.brok.pl

Liczba mieszkańców: 3 tys.

Gospodarka: głównie rolna, jednak Brok wyróżnia posiadanie praw miejskich (nadanych w 1501 r.) oraz nadal spora liczba miejsc noclegowych. Do końca lat 80. było tu wiele ośrodków wypoczynkowych dla zakładów pracy, miasteczko tętniło życiem turystyczno-wypoczynkowym. W okresie transformacji zakłady pracy zmuszone były do likwidacji ośrodków wypoczynkowych, część z nich przejęli prywatni inwestorzy.

Dojazd: odległość od Warszawy wynosi 90 km. Przez Brok przebiega trasa krajowa nr 50 Ostrów Mazowiecka – Mińsk Mazowiecki oraz trasa 694 w kierunku Ciechanowca i Białowieży.

Widokówka

Gmina położona jest wzdłuż dość ruchliwej trasy nr 694, jednak rekompensuje to położenie na wysokim prawym brzegu Bugu, otoczenie Puszczy Białej i Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego. Na terenie znajduje się nadal sporo ośrodków wczasowych, rozbudowano też promenadę wzdłuż Bugu. Przepiękny widok z mostu na płynącą szerokim nurtem rzekę psują (niestety) jeżdżące na trasie Warszawa-Ostrów Mazowiecka TIR-y. Wystarczy jednak pójść dalej wzdłuż brzegu, aby uciec od hałasu i docenić malownicze piękno Bugu. W gminie jest również parę interesujących zabytków i oznakowany szlak rowerowy biegnący lasami aż do Ostrowi Mazowieckiej.

Nasze wrażenia

Brok, pomimo chaosu architektonicznego związanego z rozwojem nowych inwestycji, potrafi zauroczyć nostalgicznym klimatem podupadłego kurortu. Jest tu spory wybór





miejsz noclegowych i atrakcji oraz (co rzadkie nad Bugiem) miejska plaża i kąpielisko. Nie polecamy spacerów główną ulicą ze względu na ruch, ale boczne dróżki, leśne trasy i nadbużańska promenada oferują wystarczająco możliwości.

Noclegi

Trzy polecane przez nas obiekty należą do sieci ekoturystycznej (opisy w sekcji ekoturystyka poniżej):

- Pensjonat „Nadrzecze”, Brok, ul Brzostowa 5, tel. 29 745 70 11, www.nadrzecze.pl.
- Gospodarstwo agroturystyczne Małgorzaty Rojek, Brok, ul Brzostowa 19, tel. 745 76 44.
- Gospodarstwo agroturystyczne „DAJANA”, Brok, ul Małkińska 33A, tel. 29 745 71 53.

Ponadto:

- Ośrodek Szkoleniowo-Wypoczynkowy „Rzemieślnik”, Brok, ul Brzostowa 28, tel. 29 745 70 39.
- Ośrodek Wypoczynkowy „Wiktoria”, Brok, ul Brzostowa 21, tel. 29 745 70 24, www.wiktoria-brok.pl.

Obydwa ośrodki są częściowo odnowione i położone nad rzeką w cichej okolicy.

- Ośrodek „Binduga”, Brok, ul. Przyszań 2, tel. 29 745 79 06. Oferuje „chaty weselne” i małe domki kempingowe oraz noclegi w nowo wybudowanym wiatraku z widokiem na most; ośrodek jest bardziej nastawiony na potrzeby gości weselnych, niż na indywidualny wypoczynek.

Gastronomia

Lody (doskonale!) własnej produkcji w lodziarni na przeciwko kościoła przy ul. Warszawskiej (niestety czynne tylko w okresie letnim, nad czym ogromnie ubolewamy). Właściciele sympatyczni, firma z długoletnią tradycją (rok założenia 1969).

Zajazd „Kormoran”, ul. Szosowa niedaleko mostu przy trasie na Ostrów Mazowiecką. Jedzenie barowe, wystrój lata 90., szybka obsługa, pstrąg smaczny, tel. 29 745 75 68.

Bar Kufelek, ul. Przyszań, tel. 29 745 75 22.

Dwie piekarnie/ciastkarnie w Broku przy ul Dąbrowskiego i Jana Pawła II.

Naprawdę smacznie i dobrze zjeść można w „Nadrzeczu” i lokalnej agroturystyce, pod warunkiem wcześniejszego zamówienia (opis w sekcji ekoturystyka).



Widok na szeroki nurt Bugu

Natura

Bogactwo przyrody znajdzie turysta w Nadbużańskim Parku Krajobrazowym, Puszczy Białej, Dolinie Dolnego Bugu i Ostoi Nadbużańskiej. Szerokie koryto Bugu i wysokie skarpy stwarzają dobre warunki do obserwacji ptaków: Dolina Bugu jest największą ostoją w Polsce dla rybitwy białoczelnej i czarnej, sieweczki rzecznej i obrożnej. Występują tu też unikatowe gatunki związane z terenami podmokłymi jak kszysk, samotnik, krwawodziób, zielonka, wodnik, błotniak stawowy. Na nadbrzeżnych skarpach gniazda zakładają zimorodki.

Plaża miejska i kąpielisko strzeżone w okresie letnim.

Promenada nad Bugiem.

Stadnina koni, Brok, ul. Brzostowa 23, tel. 29 745 77 29.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Dni Broku i Puszczy Białej na początku lipca (impreza weekendowa) to duży festyn z fajerwerkami nad samym Bugiem. Festyn uatrakcyjniamy znane lub bardziej przygłasy gwiazdy estrady. Dokładna data festynu ogłaszana jest na stronie UG.

Kultura i zabytki

Kościół Św. Andrzeja Apostoła w Broku z 1560 r. Malowniczy, z czerwonej cegły, otoczony parkową zielenią.

Ruiny pałacu Biskupów Płockich. Ruiny położone na wzgórzu warto zobaczyć zanim zupełnie znikną, niestety idea zagospodarowania ich upadła z braku środków.

Cmentarz żydowski.

Ratusz na małym rynku i otaczające go zabytkowe drewniane domy.

Kurhan.

Kościół parafialny pod wezwaniem Św. Andrzeja Apostoła



Atrakcje i udogodnienia

Trasa rowerowa im Bogumiła Jastrzębowskiego z Broku do Ostrowi Mazowieckiej.

Ekoturystyka w Broku

Aż trzy obiekty w Broku należą do Sieci Ekoturystycznej:



3 (mapa na stronie X)

Gospodarstwo agroturystyczne „Nad Bugiem” Małgorzaty Rojek. Brok, ul. Brzostowa 19, tel. 29 745 76 44 (rano lub wieczorem), www.agroturystyka_m.rojek@wp.pl

Przestronny dom z widokiem na Bug oferuje pięć wygodnych pokoi każdy z drewnianymi podłogami, łazienkami oraz balkonami. Pani Małgosia jest uroczą osobą i wyśmienitą kucharką, niestety oprócz gości ma na głowie całe gospodarstwo i hodowlę krów. Dzięki temu jednak zagwarantowane jest świeże mleko. Można gotować we własnym zakresie lub umówić się na wyżywienie. Z jednej strony domu rozciąga się widok na rzekę, z drugiej zaczynają się lasy.

4 (mapa na stronie X)

Dom wczasowy „Nadrzecz” Łucji i Krzysztofa Jóźwik. Brok, ul Brzostowa 5, tel. 29 745 70 11, 604 40 47 13, www.nadrzecz.pl, nadrzecz@nadrzecz.pl

„Nadrzecz” to bardziej wygodny pensjonat, niż dom wczasowy, oferujący noclegi zarów-

Szczególnie warto...

Zjeść lody i... jeszcze raz prawdziwe, śmietankowe lody lokalnej produkcji bez konserwantów i innych dodatków.

Skosztować naleśników z serem w Dajanie i przy okazji poznać Pana Jacka - męża gospodyni, który potrafi zbudować dom, naprawić samochód, wyrzeźbić komodę i drewniane zabawki. Właściwie zastanawiamy się czego nie potrafi?

Zamówić obiad z deserem w Nadrzecz - prawdziwa kuchnia domowa i lokalne specjalności!

Przejechać trasą rowerową do Ostrowi-Mazowieckiej.

no w pokojach (całorocznie) jak i domkach nad Bugiem (w okresie letnim). Minusem jest położenie blisko mostu, gdyż trochę słychać ruch samochodowy. Tę niedogodność rekompensują komfortowe warunki: nowoczesny, ale ciepły wystrój i naprawdę dobra domowa kuchnia, która obfituje we własne przetwory, mięsa pieczone, paszety, konfitury, grzyby. W „Nadrzecz” jest też duża wygodna sala, są tu często organizowane szkolenia, wczasy dla joginów (z wyżywieniem wegetariańskim), warsztaty tańca czy zielone szkoły. Jedna z sal jest przeszklona z widokiem na ogród. Jest również siłownia, rowery, ping-pong, bilard, sauna. Latem wy-



Gospodarstwo
agroturystyczne
Małgorzaty Rojek



stawiane są stoliki, można wypić kawę lub coś zimnego. Kuchnia jest czynna od maja do października, poza sezonem lepiej zadzwonić wcześniej. Dla grup organizowane są wycieczki po okolicy.

5 (mapa na stronie X)



Gospodarstwo agroturystyczne „DAJANA” i zakład produkcyjno-usługowy „JACEK” Danuty i Jacka Grabowskich. Brok, ul Małkińska 33A, tel. 29 745 71 53

Trzy pokoje dla gości oraz pięknie wykończona łazienka mieszczą się w przestronnym, zadbanym i wygodnie urządzonej domu gospodarzy. Jest dostęp do internetu, TV, biblioteki. Podziwiać można posadzki i meble drewniane osobiście wykonane przez gospodarza i utwierdzić się w przekonaniu, że można mu powierzyć wszelkie prace w domu, w ogrodzie, w drewnie i w metalu. Gospodarstwo jest położone przy drodze 694, jednak okna dobrze izolują od hałasu. Za domem jest spory teren, huśtawki i plac zabaw dla dzieci; są też kozy, króliki i ozdobne kurki, wkrótce do nowej stajni wprowadzi się konik. Do plaży nad Bugiem są dwa kroki (trzeba jednak przejść przez drogę, są pasy dla pieszych). Pani Danuta po latach pracy na ważnych i odpowiedzialnych stanowiskach wróciła do młodzieńczej pasji - agroturystyki i ogromnie się z tego cieszymy, bo to bardzo przyjazne miejsce, gdzie dowiedziecie wszystkiego o Broku, okolicy oraz możliwościach spędzenia wolnego czasu. Koniecznie trzeba spróbować specjałów gospodyni - kugla i wspaniałych ciast. Można też zakupić pamiątki lokalnej produkcji - rękodzieło drewniane, ze słomy i wikliny oraz produkty i przetwory z gospodarstwa.

Gmina Długosiodło

Oficjalna strona gminy: www.dlugosiodlo.pl

Liczba mieszkańców: 8 tys.

Gospodarka: jest to gmina rolnicza (gospodarstwa małoobszarowe), rozwija się również sektor usług budowlanych. Dużo mieszkańców dojeżdża do pracy do miasta.

Dojazd: siedziba gminy, miejscowość Długosiodło, znajduje się w odległości 25 km od Wyszkowa, 34 km od Ostrowi Mazowieckiej, 44 km od Ostrołęki i 82 km od Warszawy. Prawie cała gmina położona jest w Puszczy Białej. Bliskość ważnych szlaków drogowych (droga krajowa nr 8 i nr 60) oraz kolejowych (Ostrołęka-Tłuszcz-Warszawa) zapewnia dobrą komunikację z ważnymi ośrodkami gospodarczymi i kulturalnymi kraju. Na głównej drodze przecinającej gminę ruch osobowy jest dość natężony, omija ją jednak ciężki transport. Z drogi S8 trzeba skręcić w lewo na wysokości Brańszczyka, mijamy łowisko Jagiel i po 15 minutach dojeżdżamy do centrum gminy. Są też dogodne połączenia autobusowe z Warszawą i Wyszkiem.

Widokówka

Długosiodło to bardzo zadbana i prężnie rozwijająca się gmina. Władze dbają nie tylko o chodniki, estetykę i zielen, ale również inwe-





Jeden z malowanych domów w centrum gminy

stują w energię odnawialną (panele słoneczne), oczyszczalnie przydomowe czy ścieżki rowerowe. W centrum gminy jest spory ruch, dużo małych sklepików i firm świadczących różne usługi. Jednocześnie udało się zachować charakterystyczne drewniane budynki, część z nich pomalowano w ludowe wzory i kwiaty. Mieszane lasy otaczające gminę obfitują w grzyby i jagody. Prężnie działa Dom Kultury, w którym znajduje się też Gminne Centrum Informacji. Ponadto gmina jest świetnie oznakowana (rzadkość!), tak więc bez problemu trafić można do wszystkich miejsc i atrakcji.

Nasze wrażenia

Jedną z bardziej nowoczesnych i przyjaznych gmin wiejskich. W zależności od tego, co kto lubi: gmina tętni życiem w centrum lub zaprasza do ostoji leśnych. Tereny nad Narwią okupowane są przez działki letniskowe. Polecamy pobyt w Długosiodle zapalonym grzybiarzom i rowerzystom – trasy rowerowe są ładne i dobrze oznakowane. Ponadto warto tu być na rozmaitych imprezach plenerowych - od czerwca do września. Jest w czym wybierać!

Noclegi

Agroturystyka „U Alicji”, Długosiodło, ul. Poniatowskiego 34, tel. 504 24 76 66, www.noclegiualicji.pl (opis w sekcji ekoturystyka).

Agroturystyka Domek do wynajęcia dla 2-4 osób, tel. 602 264 970, 662 203 844, kurowski.j@aster.pl.

Agroturystyka „Ekorelaks” Anna Matusik, Długosiodło, ul. Ostrołęcka 48, tel. 504 176 349.

Leśniczówka „Pod Jaworem” z możliwością jazdy konnej w stylu „West”, tel. 604 43 29 04 (opis w sekcji ekoturystyka)

Hotel Centrum Konferencyjne Lipnik Park, Długosiodło, Lipnik, tel 29 741 26 96, www.lipnik-park.pl. Pokoje w stylu pałacowym, w odrestaurowanych budynkach (w czasach PRL był tu ośrodek kolonijny) wśród wiekowych drzew dawnego parku dworskiego. Ceny są przystępne: od 120zł/osoba ze śniadaniem. W hotelu jest również stylowa jadalnia, duża sala konferencyjna bar, bilard i sauna, a parku odkryty basen czynny latem.



Konie w leśniczówce „Pod Jaworem”

Gastronomia

Nie ma wielkiego wyboru, ale w centrum Długosiodła znajduje się restauracja/bar „U Maliny”, godne polecenia są pierogi i zupy.

Pub motocyklowy „Sokół 1000”.

Natura

Ogólna powierzchnia lasów wokół Długosiodła wynosi około 6500 ha. Są to obszary Puszczy Białej. Przeważającymi typami siedlisk leśnych jest bór świeży i bór mieszany. W drzewostanach dominującym gatunkiem jest sosna. Na piaszczystych wymach spotkać można samotnie rosnące sosny z rozłożystymi koronami. W leśnych kniejach zamieszkują: sarna, dzik, lis, jeleń, wędrowny łoś oraz zające. W centrum gminy, przy kościele rośnie najstarsze i najęźsze drzewo Puszczy Białej. Jest to dąb szypułkowy „Jan” posadzony w 1481 roku. Mierzy 25 metrów, a w obwodzie ma ponad 650 cm. Osobliwością przyrodniczą są Bagna Pulwy rozciągające się w zachodniej części gminy, pomiędzy rzeką Narew a linią kolejową. Większa część bagien znajduje się na terenie sąsiedniej gminy Rząśnik.

Kultura i zabytki

Kościół pod wezwaniem Wniebowzięcia NMP z 1912 r. i mini skansen przy kościele w centrum Długosiodła.

Malowane domy drewniane – promocja kurpiowskiej tradycji w nowoczesnym wydaniu.

Atrakcje i udogodnienia

Pracownia rzeźby ludowej Kazimierza Sikorskiego (opis w sekcji ekoturystyka).

Gminne Centrum Kultury Rekreacji i sportu (opis w sekcji ekoturystyka).

Oznakowane ścieżki piesze i rowerowe.

Jazda konna w leśniczówce „Pod Jaworem” (opis w sekcji ekoturystyka).

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Festyn „Powitanie Lata” (czerwiec).

Zlot motocyklowy (lipiec).

Zawody jeździeckie „West Point Cup” (lipiec).

Szczególnie warto...

Wziąć udział w Wielkim Grzybobraniu, obejrzeć malowane domy w centrum, znaleźć swojego anioła w pracowni rzeźbiarskiej Kazimierza Sikorskiego, spróbować jazdy konnej w stylu western w leśniczówce „Pod Jaworem”.

Dożynki Gminne (sierpień).

Plenery malarskie (sierpień).

„Wielkie Grzybobranie” (koniec września-początek października) to coroczne zawody w grzybobraniu z udziałem znanych aktorów i dziennikarzy, połączone z festynem, edukacją ekologiczną, degustacją potraw z grzybów i konkursami.

„Bieg Gwiazdzisty” związany z miejscami pamięci narodowej gminy (wrzesień).

Gminne rozgrywki sportowe dla dzieci, młodzieży i dorosłych (m.in. tenis stołowy, piłka nożna, siatkówka).

Ogród w gospodarstwie agroturystycznym „Noclegi u Alicji”



Ekoturystyka w Długosiodle

Aż cztery obiekty należą do sieci ekoturystycznej „Między Bugiem a Narwią”:

6 (mapa na stronie X)

Gminne Centrum Informacji, Kultury, Sportu i Rekreacji, Długosiodło, ul. Mickiewicza 15, tel. 29 741 21 87



Znajdziecie tu pracownię komputerową, internet oraz przyjazny i kompetentny personel, który wie wszystko o gminie. GCIKSiR zajmuje się organizacją imprez gminnych, wydarzeń artystycznych oraz rozgrywek sportowych. Czynne: pn.-pt. 8.00-16.00.

7 (mapa na stronie X)



Agroturystyka „Noclegi u Alicji” i wypożyczalnia rowerów Alicji Paradowskiej, Długosiodło, ul. Poniatowskiego 34, tel. 504 24 76 66, www.noclegiualicji.pl



Obiekt otrzymał w 2010r. Polski certyfikat ekoturystyczny.

To ciekawe miejsce jest położone niedaleko centrum gminy, w cichej uliczce. Za domem (niech nie przeraża Was szara bryła z poprzedniej epoki) znajduje się ładnie urządzonego ogródek z małym oczkiem wodnym oraz mini muzeum wsi, a w osobnym parterowym budynku pokoje do wynajęcia. Wystrój jest artystyczny i nietypowy, nawiązujący do malowanych domów w centrum gminy. Do dyspozycji gości jest taras, kuchnia (Pani Alicja nie oferuje wyżywienia) oraz położony za budynkiem przyjemny i cichy ogród. Można kupić od właścicielki (i sąsiadów) domowe przetworów lub świeże produkty. Właścicielka pomoże też rozeznac się w ofercie. Są również rowery dla gości i do wynajęcia.



SIEĆ EKOTURYSTYCZNA (na zielono zaznaczono gospodarstwa posiadające polski certyfikat ekoturystyczny)

Gmina Brańszczyk

1. Gospodarstwo agroturystyczne „Bielnińska Góra” i wypożyczalnia kajaków, Joanna i Wojciech Rykaczewscy, ul. Bielińska 88, Brańszczyk, +48 29 679 41 71, +48 516 24 74 48
2. Wypożyczalnia rowerów - Justyna i Grzegorz Kaflikowie, ul. Nadbużna 39, Brańszczyk, +48 503 98 16 71

Gmina Brok

3. Gospodarstwo agroturystyczne nad Bugiem, Małgorzata Rojek, ul. Brzostowa 19, Brok, +48 29 745 76 44
4. Dom Wczasowy „Nadrzecze” - Łucja i Krzysztof Jóźwik, ul. Brzostowa 5, Brok, +48 29 745 70 11
5. Gospodarstwo agroturystyczne DAJANA i rzemiosło, Danuta i Jacek Grabowsky, ul. Małkińska 33a, Brok, +48 29 745 71 53, +48 502 53 67 87

Gmina Długosiodło

6. Gminne Centrum Informacji, Kultury, Sportu i Rekreacji, ul. Mickiewicza 15, Długosiodło, +48 29 741 21 87
7. „Noclegi u Alicji” i wypożyczalnia rowerów, Alicja Paradowska, ul. Poniatowskiego 34, Długosiodło, +48 504 24 76 66

8. Pracownia rzeźbiarska-Kazimierz Sikorski, ul. Kardynała
9. Leśniczówka „Pod Jaworem” i jazda konna, Maciej Za

Gmina Łochów

10. Szkolne Muzeum Gwizdka w Zespole Szkół w Gwizdka
11. Izba Pamięci Paderewskich i Izba regionalna, Kaliska
12. Stajnia Kaliska- Maria i Waldemar Konarzewscy, Kaliska

Gmina Małkinia Górna

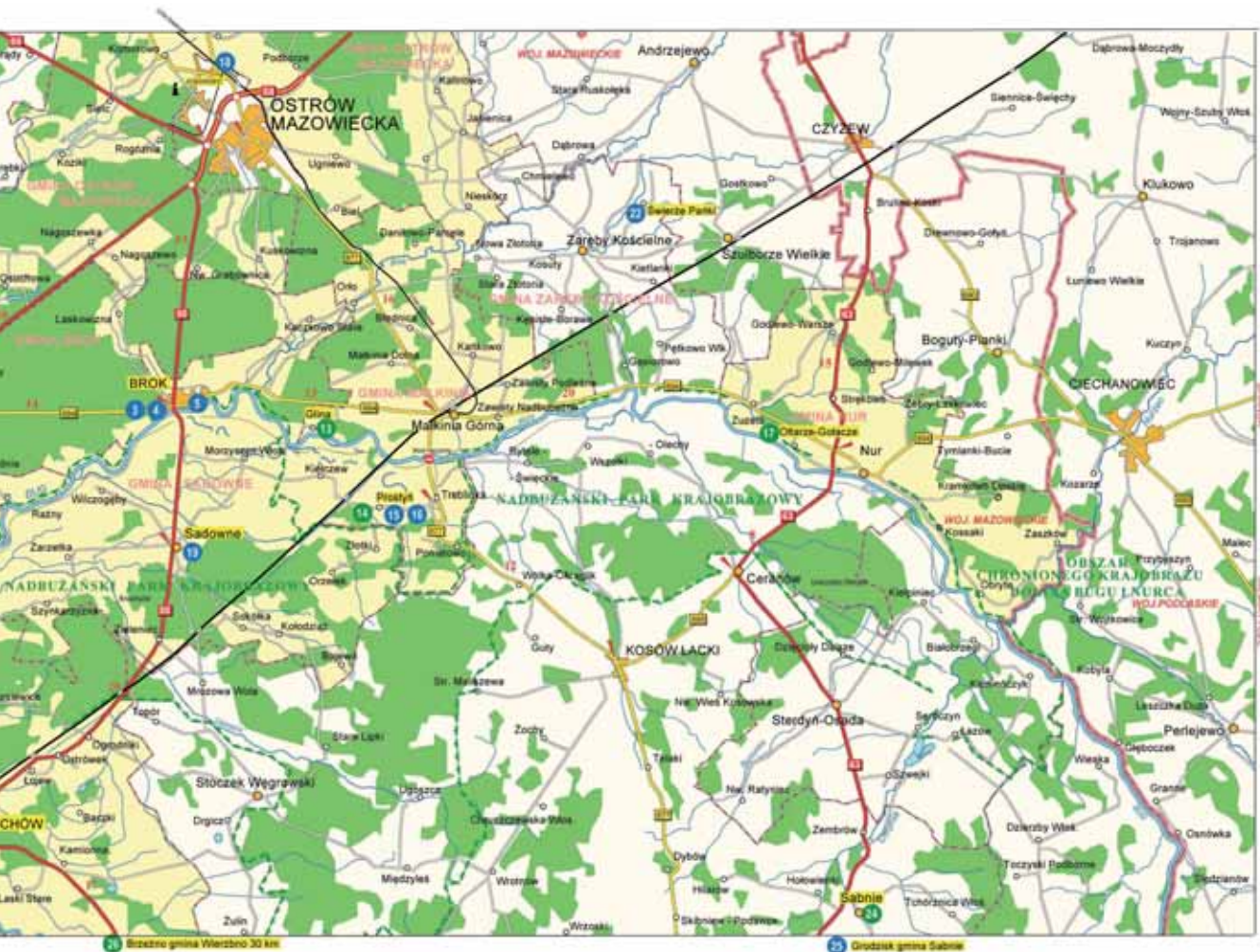
13. Hodowla kóz i gospodarstwo agroedukacyjne w Glińcu, +48 29 647 73 96
14. Prywatne Muzeum Etnograficzne Andrzeja Kongiela
15. Gospodarstwo agroturystyczne „Kozie Sióło” Marta i
16. Wyroby wędlin i domowe obiady, Ewa Rudo, Prostynia

Gmina Nur

17. Gospodarstwo agroturystyczne „Stary Młyn” i hodowla, +48 515 23 56 19

Gmina Ostrów Mazowiecka

18. Usługi Hotelowe 17, Zbigniew Banaszek, ul. Lubiejewski



Kardynała Wyszyńskiego 1, Długosiodło, +48 660 74 75 68
Maciej Zalega, Przetycz-Folwark, +48 29 741 27 77

Śl w Gwizdałach, Gwizdały 89, +48 25 675 11 46
Głina, Kaliska 50, +48 509 72 83 87, +48 510 58 27 30
ewsky, Kaliska 66, +48 25 675 27 59, +48 500 27 12 63

ynne w Glinie, Zofia i Jerzy Kolanowscy, Głina 13, +48

ja Kongiela, Prostyń 186, +48 663 50 49 22
o" Marta Deniszewska, Prostyń 89, +48 29 644 91 88
do, Prostyń 184, +48 29 644 90 63, +48 728 72 27 19

yn" i hodowla ryb, Andrzej Sosirski, Ołtarze Gołacz 65,

Lubiejewska 158, Ostrów Mazowiecka, +48 29 745 12 77

Gmina Sadowne

19. Muzeum Ziemi Sadowieńskiej, ul Kościuszki 74, Sadowne, +48 25 791 91 44, +48 603 51 00 90

Gmina Somianka

20. Wypożyczalnia rowerów i Gminny Ośrodek Kultury, Somianka 21, +48 741 87 60, +48 501 37 39 36
21. Gospodarstwo agroturystyczne „Dom nad Wierzbami” Barbara Polak, Jackowo Dolne 11A, +48 29 596 02 81

Gmina Zareby Kościelne

22. Gospodarstwo ekologiczne „Za Brzozami”, Świerże-Panki 25, +48 604 90 98 61;

Gmina Zatory

23. Kuźnia Kurpiowska – Izba Regionalna, Pniewy Kolonia 15, +48 691 19 32 69, +48 500 52 82 25

Gmina Sabnie

24. Gospodarstwo agroturystyczne „Dąbrówka” Małgorzata i Tadeusz Dąbrowscy, Hołowienki 66b, +48 503 38 39 82
25. Gospodarstwo ekologiczne Marianna Kuźma, Grodzisk 88, +48 514 75 20 64

Gmina Wierzbno

26. Gospodarstwo gościnne „BANIA” - Barbara i Waldemar Roman, Brzeźnik 2a, +48 25 791 91 79, +48 602 41 07 20

8 (mapa na stronie X)



Pracownia rzeźbiarska Kazimierza Sikorskiego, Długosiodło, ul. Kardynała Wyszyńskiego 1, tel. 660 74 75 68

Zwierzęta, ludzie, świętki, diabły, anioły i bajkowe stwory czekają w czarodziejskim ogrodzie i w niewielkiej wiacie. Pan Kazimierz rzeźby się nie uczył, odkrył swoją pasję w wieku dorosłym. Spod jego dłuta wychodzą proste, ale urzekające charakterem i duszą ludowe rzeźby. Każda ma swoją historię, o której autor chętnie opowie. Można obejrzeć, kupić, zamówić według własnego projektu - do domu, ogrodu, firmy. Kto chce, niech spróbuje swoich sił w rzeźbieniu - wcale nie jest to łatwe, trzeba nauczyć się wybrać odpowiedni rodzaj drewna i techniki. Pan Kazimierz prowadzi również warsztaty dla dzieci i dorosłych (do 20 osób).



W ogrodzie u rzeźbiarza Kazimierza Sikorskiego

9 (mapa na stronie X)



Leśniczówka „Pod Jaworem” i jazda konna Macieja Zalegi, Długosiodło, Przetycz Folwark, tel. 29 741 27 77, 604 43 29 04

Leśniczówka jest magicznym miejscem ukrytym w głębi lasu. Trzeba umówić się telefonicznie, bo trafić tu nie jest łatwo, a gospodarz nie mieszka na miejscu. W bajkowym otoczeniu turysta ma niezwykłą okazję nauczania się jazdy konnej w stylu western. Zajęcia prowadzi wykwalifikowany instruktor, mistrz jazdy West i Rodeo. Specjalne lekcje przewidziane są dla niepełnosprawnych i dzieci z rodzin patologicznych. Drewniany budynek leśniczówki jest śliczny, ale w środku przydałby się remont, tak więc noclegi w nim polecamy tym, którzy lubią historyczne klimaty. Do dyspozycji są cztery pokoje i dwie łazienki. W ofercie nie ma wyżywienia, ale na miejscu jest kuchnia, można się umówić na dowożenie produktów spożywczych. Jeżeli jesteście grupą możecie umówić się na zorganizowany pobyt z atrakcjami: kuligiem, ogniskiem, rajdami konnymi.

Gmina Łochów

Oficjalna strona gminy: www.gminalochow.pl

Liczba mieszkańców: 17 tys., w tym miasto Łochów ok. 6,5 tys.

Gospodarka: na terenie gminy brak jest dużych przedsiębiorstw produkcyjnych. Struktura agrarna charakteryzuje się bardzo dużym rozdrobnieniem; gospodarstwa powyżej 10 ha stanowią jedynie 4% ogółu gospodarstw. Około 40% ogółu pracujących zatrudnionych jest w małych zakładach i budownictwie.

Dojazd: na terenie gminy krzyżują się drogi krajowe nr 50 i 62 umożliwiające dogodny dojazd do Warszawy, Ostrowi Mazowieckiej, Siedlec, Mińska Mazowieckiego, Wyszki i Węgrowa. W Łochowie zatrzymuje się pociąg linii kolejowej Warszawa - Białystok. Natężony ruch samochodowy jest dużą uciążliwością dla gospodarstw położonych wzdłuż głównych dróg; polecamy pociąg jako bardziej ekologiczny środek transportu!

Widokówka

Łochów to gmina miejsko-wiejska. Znajdziecie tu wszelkie usługi i ruch charakterystyczny dla niewielkiego miasta położonego przy ruchliwej drodze, jak i dużo terenów typowo wiejskich, lasów i pięknych miejsc nad Liwcem i Bugiem. Zabudowa miasta jest dosyć chaotyczna i mało estetyczna, jednak znaleźć można parę perełek, jak np. stary dworzec kolejowy (szkoda, że ciągle niewyremontowany). Natomiast tereny wiejskie urzekają dziką przyrodą, a większość gminy pokrywają lasy.

Nasze wrażenia

Łochów to dobry kompromis dla tych, którzy chcą wypocząć, a jednocześnie nie lubią być „z dala od cywilizacji”. W odległości paru kilometrów od ruchliwego centrum znajdują się gospodarstwa ukryte wśród lasów tuż nad brzegiem Liwca. Jest sporo rozrywek (szczególnie w lecie), są festiwale muzyczne, imprezy oraz znacznie więcej punktów gastronomicznych niż w gminach typowo wiejskich. To dobre miejsce na wyjazd z młodzieżą - skorzystać można z bogatej oferty zajęć (kajaki, rowery, trasy piesze i rowerowe, jazda konna, obiekty kultury), jest gdzie wpaść na pizzę i gdzie zrobić zakupy.

Noclegi

Agroturystyka „Stajnia Kaliska”, pokoje, kajaki i jazda konna, Kaliska 66, tel. 25 675 27 59, 500 27 12 63, www.stajniakaliska.pl.tl, (pełen opis w sekcji ekoturystyka).

Pałac w Łochowie, Łochów, ul. Marii Konopnickiej 1, tel. +48 25 675 11 14, www.palaclochow.pl. Pięknie odnowiony historyczny zespół dworski oferuje noclegi, sale konferencyjne, kawiarnię, zorganizowane pobyty, pracownię ceramiczną i koncerty. Pokoje z wszelkimi wygodami są urządzone w stylu podlaskiej estetyki ludowej; taką prostotę wystroju z wieloma elementami ceramicz-



Tradycyjny ogródek w gospodarstwie agroturystycznym „Stajnia Kaliska”

nymi, metalowymi i drewnianymi rzadko można spotykać w naszym kraju.

Ośrodek Wypoczynkowy „Koszelanka”. Informacje ZOŚS al. Pokoju 75, tel. 25 675 1388, 504 155 325, 509 639 938, www.gminalachow.pl/koszelanka.html.

Ośrodek jest czynny tylko w lecie; nie jest nowy, a ponieważ ma niskie ceny, to obsługuje głównie kolonie. Położony jest nad Liwcem, ma w ofercie sprzęt sportowy i wodny. Można wynająć kajaki lub poprosić o organizację spływu.

Ośrodek Wypoczynkowy „Kamieńczyk”, Brzuza, tel. 25 792 35 66, 608 191 645. Domki do wynajęcia w okresie letnim.

Agroturystyka

Gospodarstwo agroturystyczne „Kozłówka”, Dariusz Kozioł, Łazy 202, tel. 25 675 06 10. Bardzo ładnie położone gospodarstwo wśród sosnowego lasu nad brzegiem Liwca. Czyste pokoje o dobrym standardzie „hotelowym”, kuchnia we własnym zakresie.



Konie w „Stajni Kaliskiej”

Gospodarstwo agroturystyczne „Pod Lasem”,
Krystyna Sobolewska, Łazy 144, tel. 515 237
511, 25 675 05 44

Babie Lato, Łazy 141a, tel. 25 675 05 92, 515
195 960, www.ekoturystyka.mazowsze.pl.
Była karczma (ładnie położona) przekształ-
cona w trzy pokoje do wynajęcia; na dole
bar, wystrój wnętrza jest rzeczą gustu.

Agroturystyka w siodle „Radziówka”, Woj-
ciech Idzi, Budziska 7, tel. 25 6752348,
69200202, kontakt@radziowka.pl, [www.ra-
dziowka.com.pl](http://www.ra-
dziowka.com.pl). Pokoje w urokliwym dREW-
nianym domu z 1926 r., niestety przy ru-
chliwej trasie. Dom ma autentyczny klimat,
przysłałby się wprowadzić remont, ale wystrój
ma charakter, a pokoje łazienki. Okna wy-
chodzą na stajnię i tym sposobem jesteśmy
zaraz w siodle.

Gastronomia

Restauracja M3, Łochów, ul. 1 Maja 2a, tel.
25 753 14 68.

Bar u Ani, Łochów, Al. Łochowska, tel. 25
675 02 99.

Bar u Iskry, Łochów, Al. Laskowa 4, tel. 504
19 06 02.

Bar po schodkach, Łochów, Al. Łochowska,
tel. 25 675 18 09.

Pub „Viking”, Łochów, ul. Długa 14, tel. 25
675 26 90.

Restauracja no1 Pizzeria, Łochów, ul. 1 Maja,
tel. 25 675 12 17.

Natura

Znaczna część obszaru gminy (ok. 75%.) po-
łożona jest w otulinie Nadbużańskiego Parku
Krajobrazowego. Inne obszary chronione ze
względu na walory fauny i flory to rezerwa-
ty leśne Jegiel, Czapłowizna i Wilcze Błota.
Całkowita powierzchnia obszarów chronio-
nych stanowi prawie 55% powierzchni gmi-
ny. Dodatkowym atutem są przygotowane
przez gminę szlaki turystyczne i rowerowe.
Również miłośnicy sportów wodnych znaj-
dą dla siebie ciekawe szlaki kajakowe na
Bugu i Liwcu (kajaki można wypożyczyć
w OW „Koszelanka”). Wzdłuż rzeki Liwiec
wytyczono obszar chroniony Natury 2000
„Dolina Liwca”.

Kultura i zabytki

Pałac Łochów (Centrum Konferencyjno-
Wypoczynkowe) z pierwszej połowy XIX
wieku, dawna posiadłość Hornowskiego,
Dernałowicza, a następnie Zamoyskiego.

Budynek stacji PKP; do II wojny światowej
był parowozownią.

Kapliczka św. Jana Nepomucyna.

Atrakcje i udogodnienia

Jazda konna oraz spływy kajakiem, Stajnia
Kaliska Marii Konarzewskiej, Kaliska 66, tel.
25 675 27 59, 500 27 12 63, [www.stajniakali-
ska.pl](http://www.stajniakali-
ska.pl), (opis w sekcji ekoturystyka).

Muzeum Gwizdka w Gwizdałach, tel. 25 675
11 46 (opis w sekcji ekoturystyka).

Szczególnie warto...

Udać się na koncert szopenowski do Pałacu w Łochowie.

Wsiąść na konia i spróbować koziego sera w Stajni Kaliskiej.

Izba regionalna i Izba pamięci Paderewskich w szkole w Julinie, Kaliska 50 (opis w sekcji ekoturystyka).

Jazda konna w Radziówce, Budziska 7, tel. 25 6752348, 692002027, kontakt@radziowka.pl, www.radziowka.com. pl

Spływy kajakowe organizuje OW „Koszelanka”, tel. 25 6751388, 504 155 325, 509 639 938.

Szlaki turystyczne:

„Szlak słoneczny”: rozpoczyna się w Uralach, w sąsiedniej gminie Jadów i biegnie na północ wzdłuż Liwca.

„Okreżny szlak Leśny” - Topór, uroczysko Kuźniarki, Czaplowizna, uroczysko Chomąta, Topór. (16 km).

„Szlak im. Juliana Ejsmonda”: rozpoczyna się w Łochowie biegnąc początkowo skrajem dużego kompleksu leśnego, następnie przez wieś Jerzyska i rezerwat Jegiel do Nadkole i dalej do Kamieńczyka poza granicami gminy.

„Szlak wielkiej przygody”: biegnie na terenie gminy w kierunku wschód-zachód, niemal w całości przez tereny leśne.

„Szlak zabytków przyrody”: w granicach gminy przechodzi przez tereny leśne, na pozostałym odcinku głównie przez otwartą dolinę Bugu.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Rodzinny Piknik bezalkoholowy „Anioły w Łochowie” (czerwiec).

Dni Łochowa (początek lipca).

Summer Sound Carnival, duży festiwal muzyczny (sierpień).

Jeżyki – uroczyste obchody upamiętniające walkę specjalnych oddziałów AK Jeżyki (niedziela po 15 sierpnia).

Ekoturystyka w Łochowie

10 (mapa na stronie X)

Szkolne muzeum Gwizdka w zespole Szkół w Gwizdałach, Gwizdały 89, tel. 25 675 11 46, 694 908 556



Jedynie takie muzeum w Europie! Muzeum składa się wprawdzie tylko z jednej izby, ale dzieci będą zachwycone – kolekcja gwizdków jest imponująca! Przy Muzeum działa również pracownia ceramiczna, gdzie każdy pod okiem doświadczonego garncarza może ulepić swój własny gwizdek lub garnek. Podczas zwiedzania muzeum dowiemy się wszystkiego o powstaniu muzeum, historii gwizdków i miejscu ich pochodzenia. Muzeum jest czynne od godz. 8.00 do 17.00, w weekendy i wakacje po uzgodnieniu telefonicznym, wstęp bezpłatny. Na zamówienie organizowane są warsztaty z garncarstwa i ceramiki oraz zajęcia plastyczne dla wszystkich grup wiekowych zarówno dzieci, młodzieży i dorosłych (dla grup do 20 osób) w roku szkolnym po godz. 14.00

Wejście do muzeum gwizdka przy szkole podstawowej w Gwizdałach





Zbiory Izby regionalnej w szkole podstawowej „Julin”

11 (mapa na stronie X)



Wiejska Izba Pamięci Paderewskich i Izba Regionalna, Katolicka Publiczna Szkoła Podstawowa „Julin”, Kaliska 50, Łochów, tel. 25 6752 152, 509 72 83 87, 510 58 27 30

To odpowiednie miejsce dla wielbicieli historii i tropienia jej śladów. Izba znajduje się w Katolickiej Szkole Podstawowej „Julin” i prezentuje życie i działalność Heleny i Ignacego Paderewskich. W Izbie Regionalnej zostały zgromadzone przedmioty codziennego użytku wsi polskiej z przełomu XIX i XX wieku. Możemy tu zobaczyć: żelazka na dusze, cepy, sierpy, maglownice, tary, niecki itp. Izba powstała dzięki pasji nauczycielki, dla której te przedmioty wiązały się ze wspomnieniami z lat dziecięcych. Pragnęła ocalić je od zapomnienia. Izba jest czynna w roku szkolnym od godz. 12.00 do 15.00, w wakacje po wcześniejszym umówieniu.

12 (mapa na stronie X)



Stajnia Kaliska Marii i Waldemara Konarzewskich, Kaliska 66, tel. 25 675 27 59, 500 27 12 63, www.stajniakaliska.pl

Gospodarstwo ukryte wśród lasu, mieszka w nim 10 szczęśliwych koni i niezliczona liczba innych zwierząt. Lekcje jazdy prowadzone są dla każdego poziomu umiejętności i dla osób niepełnosprawnych. Jest tu piękna drewniana stajnia zbudowana przez gospo-

darza, ogródek owocowo-ziółowo-warzywny, są też kozy. Można zakupić produkty i przetwory, zdecydować się na pobyt z wyżywieniem lub wykupić pobyt dla malucha. Od niedawna do dyspozycji gości są pokoje i łazienka. Pan Waldemar poczęstuje dorosłych gości nalewką z mirabelek. Pani Maria zaprosi do degustacji wspaniałego sera koziego, a na deser będzie szarlotka z antonówki. Pani Maria prowadzi też zajęcia edukacyjne: uczy jak sadzić rośliny w ogródku, jak zebrać plony i zaprzyjaźnić się z kozami. Przyjmowane są grupy na trzygodzinne warsztaty „Pory roku w wiejskiej zagrodzie”. Pani Maria ma kwalifikacje pedagogiczne również w pracy z dziećmi „z problemami” - potwierdzone dyplomem oraz doświadczeniem (wychowała siedmioro dzieci). Rzeczywiście, aż trudno uwierzyć, że przy takiej liczbie osób i zwierząt udaje się jej utrzymać porządek i upiec ciasto! Rodzice mogą spokojnie zostawić swoje pociechy pod czujnym okiem takiego pedagoga, a sami mogą skorzystać z nauki jazdy konnej lub wybrać się na przejażdżkę po lesie. Gospodarze organizują również spływy Liwcem i Bugiem, jest sześć kajaków do wynajęcia.

Gmina Małkinia Górna

Oficjalna strona gminy: www.malkiniagorna.pl

Liczba mieszkańców: około 12 tys.

Gospodarka: gmina typowo rolna, wyróżnia ją fakt, że jest największą gminą wiejską w Polsce. Są tu duże zakłady: Rockwool Polska Sp. z o.o., SAMSMAX Foods Sp. z o.o., J.S. Energy S.A. Gmina sama określa się jako „krajina rolniczo-przemysłowa o walorach rekreacyjno-turystycznych”.

Dojazd: Małkinia Górna to ważny węzeł kolejowy, leżący na szlaku komunikacyjnym wschód - zachód (Moskwa-Warszawa-Berlin) oraz Warszawa-Białystok. Dojazd pociągiem jest bardzo dobry. Gmina położona jest wzdłuż drogi 694 na Ciechanowiec.

Widokówka

Gminę wyróżnia duża liczba punktów usługowych i gęste zaludnienie nietypowe dla gminy wiejskiej. Główna miejscowość (Małkinia Górna) to rozciągnięte wzdłuż głównej drogi małe miasto; są tu supermarkety, sklepy, restauracje oraz zabudowa blokowa - pozostałość po PGR. Równoległe do głównej ulicy ciągną się piękne tereny spacerowe nad rzeką Bug, która przepływa przez całą gminę. Drugą ważną i malowniczą rzeką jest Brok. Inne miejscowości w gminie, takie jak Glina, Prostyn lub Orle, to już prawdziwa mazowiecka wieś. Władze gminy dbają o rozwój - sadzą drzewa, inwestują w energię odnawialną, współpracują z innymi gminami, również zagranicą.

Nasze wrażenia

Małkinia to jedyna gmina wiejska o charakterze miejskim. Jedną z nielicznych, gdzie bez problemu można dojechać pociągiem prawie do samego centrum, a ponieważ leży obok głównych szlaków komunikacyjnych, to panuje tu przyjemna atmosfera turystyczno-rekreacyjna. Każda miejscowość w gminie jest trochę inna, można więc spędzić tu sporo czasu i wcale się nie nudzić.

Noclegi

Mało miejsc noclegowych, można jednak zatrzymać się w „Dajanie” (Brok) lub „Starym Młynie” (Ołtarzach Gołaczach, gmina Nur) – stąd do Małkini jest niedaleko.

Motel Zajazd „Pod Sosnami” oferuje noclegi typowo motelowo i nie specjalnie tanie.

Agroturystyka Kozie Sioło w Prostyni, Marta Deniszewska, Prostyn 184, tel 29 644 91 88, 519 13 63 70. Cztery pokoje, drewniane podłogi i duże łazienki (opis w sekcji ekoturystyka).



Sanktuarium Trójcy Przenajświętszej w Prostyni

Gastronomia

Zajazd pod Sosnami, Małkinia Górna, ul. Nurska 23, tel. 29 745-55-65, 708 477 500, 703 400 440. Wystrój można określić jako „oldschoolowy” (zwróćcie uwagę na interesujący drewniany bar - autentyczny zabytek). Bardzo dobra domowa kuchnia (zupa dnia - nie z papierka, świeżo utarte placki ziemniaczane, naleśniki, pierś drobiowa z grilla), szybka i miła obsługa, porcje solidne, a ceny tak niskie, że aż dziwnie. Jest też bilard, ale lepiej skupić się na jedzeniu.

Pizzeria, Małkinia Górna, ul. Przedszkolna (naprzeciwko Domu Kultury), tel. 29 644-87-39. Wszelkie rodzaje pizzy, kawy, drinki i koktajle, nowoczesny wystrój w stylu metal i szkło, jak to w wielkim mieście!

Kawiarnia przy ul. Leśna 14a, tel. 606 171 678.

Natura

Na terenie gminy znajdują się dwa obszary Natury 2000 - Ostoja Nadbużańska i Dolina Dolnego Bugu. Projektowane jest utworzenie rezerwatu przyrody, który będzie obejmował starorzecze Bugu (zwane „Bużyskiem”) z przylegającymi łąkami. Tereny wokół rezerwatu to jedne z najciekawszych obszarów pod względem faunistycznym, florystycznym i krajobrazowym. Na terenie projek-



Kąpielisko na rzece Brok, w miejscowości Orle

towanego rezerwatu występują trzy gatunki roślin objętych całkowitą ochroną: storczyk szerokolistny, grąźel żółty i grzybień białe. Na starorzeczu pojawiają się rybitwy czarne i białoskrzydła - gatunki bardzo rzadkie w Polsce. Na łąkach licznie występują brodzce krwawodziobe, rycyki, derkacze i czajki. W lasach, z przewagą drzew liściastych, żyją łosie, jelenie, sarny, dziki, lisy, jenoty, zające i bażanty. We wsi Podgórze Gazdy można podziwiać pomniki przyrody: sześć topoli, każda o wysokości 30 metrów i aż do sześciu metrów w obwodzie pnia.

Kultura i zabytki

Sanktuarium Trójcy Świętej i św. Anny w Prostyni, www.parafiaprostyn.pl. Kościół z 1954 r. wybudowany na miejscu poprzednich zburzonych świątyń jest ciekawym przykładem architektury, również wystrój wnętrza jest unikalny. Sanktuarium jest miejscem pielgrzymek ze względu na cudowną drewnianą statuetkę - Wizerunek Trójcy Przenajświętszej. Jej liczne cuda udokumentowane są w najstarszych inwentarzach i w dokumentach z XX w. Z Prostynią związana jest historia objawień Świętej Anny, a w kościele znajduje się srebrna korona z 1514r., w

której zamknięto cztery wieńce otrzymane podczas jednego z objawień.

Parafia p.w. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Małkini Górnej, kościół przy ulicy Kościelnej. Przepiękny stary kościół z czerwonej cegły. Zastanawiamy się, dlaczego nowoczesne kościoły budowane w latach 90. nie czerpały wzorców z takich zabytków.

Treblinka, były obóz zagłady znajduje się cztery kilometry od centrum Małkini Górnej.

Atrakcje i udogodnienia

Prywatne Muzeum Etnograficzne w Prostyni Andrzeja Kongiela, Prostyn 186, tel. 663 50 49 22 (opis w sekcji ekoturystyka).

Gospodarstwo Agro-edukacyjne z hodowlą kóz w Glinie, sery kozie i atrakcje dla dzieci, Kaliska 66, tel. 500 75 34 26 (opis w sekcji ekoturystyka).

Kąpielisko na rzece Brok w miejscowości Orle, otoczone zielenią, położone nieopodal mostu, gdzie rzeka rozlewa się tworząc mały wodospad. W letnie weekendy są tu tłumy.

Gminny Ośrodek Kultury i Sportu, obok UG, ul. Przedszkolna 2, tel. 29 745 50 62, www.gok.malkinia.com, gokmalkinia@wp.pl. Znajduje

Szczególnie warto...

Skosztować mleka koziego w gospodarstwie agro-edukacyjnym w Glinie i koniecznie zrobić tam zakupy na jednym z letnich, sobotnich kiermaszy.

Dokładnie obejrzeć Kościół w Prostyni, zwracając uwagę na szczegóły architektoniczne.

Posłuchać, jak Andrzej Kongiel - właściciel muzeum etnograficznego - opowiada o swoich znaleziskach archeologicznych.

Zjeść pomidorową i placki ziemniaczane w „Zajeździe pod sosnami”.

się tu dobrze wyposażona kawiarenka internetowa czynna codziennie, organizowane są kursy taneczne, koła zainteresowań i zawody sportowe. Tuż obok w plenerze zainstalowano ogólnodostępne urządzenia do ćwiczeń fizycznych - dobra zabawa dla dzieci i dorosłych, przy okazji można popracować nad sylwetką!

Koło Wędkarskie PZW 42, ul. Leśna 1, zarząd @pzw42.malkinia.com, www.pzw42.malkinia.com. Bardzo aktywne koło, organizuje zawody, przyucza młodych wędkarzy i dba o ochronę środowiska na lokalnych wodach.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Nadbużańska Noc Świętojańska (koniec czerwca) to duża weekendowa impreza plenerowa nad Bugiem z udziałem popularnych gwiazd polskiej estrady.

Gospodarstwo agro-edukacyjne w Glinie zaprasza w każdą sobotę lipca i sierpnia na kiermasz ciekawostek i smakołyków, można dobrze zjeść, zaopatrzyć się w przetwory i wytwory lokalnego rzemiosła; organizowane są zabawy dla dzieci i dorosłych.

Kozy w gospodarstwie agroedukacyjnym Państwa Kolanowskich w Glinie

Ekoturystyka w Małkini Górnej

13 (mapa na stronie X)



Hodowla Kóz i gospodarstwo agroedukacyjne w Glinie Zofii i Jerzego Kolanowskich, Głina 13, tel. 29 647 73 96, 500 75 34 26, www.agroedukacja.edu.com.pl, agroedukacja@gmail.com



Gospodarstwo otrzymało w 2010 r. Polski Certyfikat Ekoturystyczny.

Gospodarstwo mieści się na skraju Puszczy Białej, dwa kroki od rzeki Bug. Warto tu zajrzeć, chociażby dlatego, by podziwiać bardzo ładnie zagospodarowany teren, odnowione i dobudowane budynki gospodarcze - zgodnie z tradycyjnym charakterem lokalnej drewnianej architektury.

Państwo Kolanowscy są wykształconymi pedagogami i od wielu lat prowadzą zajęcia edukacyjne dla dzieci klas 0-III i starszych grup przedszkolnych. W sposób ciekawy i oparty na interaktywnej zabawie przybliżają dzieciom ważne zagadnienia ekologiczne, tradycje i obrzędy ludowe, przyrodę i pracę w gospodarstwie. W zależności od pory roku



i wybranego tematu zajęcia trwają od 2,5 do 4,5 godz. Przyjmowane są grupy do 50 dzieci. Gospodarstwo ma w ofercie również organizację pikników, ognisk, przejażdżek bryczką i kuligi. Można spróbować mleka koziego, twarogu i jogurtów, a jeżeli zasmakują, zakupić. W lecie (każda sobota lipca i sierpnia) gospodarze na terenie swojego gospodarstwa kiermasze „Smakołyki i ciekawostki z Gliny”, na których rolnicy ekologiczni, rzemieślnicy i twórcy ludowi oferują swoje produkty i wyroby. Pogoda jest gwarantowana, bo Pani Zofia potrafi wyczarować słońce!



Andrzej Kongiel właściciel Muzeum w Prostyni opowiada o swoich zbiorach

14 (mapa na stronie X)



Prywatne Muzeum Etnograficzne Andrzeja Kongiela, Prostyn 186, tel. 663 50 49 22

Andrzej Kongiel to barwna postać - emerytowany żołnierz, pletwonurek, gawędziarz, świetny kucharz, znawca historii tych terenów, artysta rzeźbiarz, gitarzysta... Można obejrzeć bogate zbiory narzędzi rolnych i użytkowych nawet z czasów prehistorycznych, można umówić się na warsztaty rzeźby, malarstwa lub rysunku (warsztaty odbywają się na dworze, więc tylko w od maja do października). Pan Andrzej uczy dzieci i dorosłych, jak piec racuchy, podplomyki i szare kluski. Jeżeli ktoś nie lubi gotować, może po prostu dobrze zjeść. Na zamówienie gospodarz przygotowuje specjały kuchni regionalnej, albo obiad biesiadny z rożna lub grilla dla całej grupy (gotowanie również odbywa się na powietrzu). Ciekawi historii niech koniecznie poproszą o oprowadzenie po okolicy, a dowiedzą się wielu interesujących szczegółów, o których milczą podręczniki. W gospodarstwie można również zakupić lokalne pamiątki, m.in. słynne kozy prostyńskie wypiekane z chleba.

15 (mapa na stronie X)



Gospodarstwo agroturystyczne „Kozie Sioło” Marty Deniszewskiej, Prostyn 89, tel. 29 644 91 88

Pani Marta od wielu lat aktywnie działa jako prezes Stowarzyszenia Miłośników Ziemi Prostynskiej. Jej wkład w aktywizowanie lokalnej społeczności i rozwój lokalnej kultury jest bezcenny. Organizuje lokalne festyny i święta w „Prostyńskim Kozim Grodzie”. Kiedy została sama w dużym domu zdecydowała się podjąć jeszcze jedno wyzwanie - rozpoczęła działalność agroturystyczną nie rezygnując z prowadzenia cztero hektarowego gospodarstwa i hodowli kóz. W domu goście mają do dyspozycji cztery duże pokoje (10 miejsc noclegowych), salon z kominem oraz wygodne duże łazienki. Gospodarstwo oferuje przetwory z mleka koziego, jajka od własnych kur, a na życzenie potrawy regionalne (również na wynos). Nieopodal znajduje ogólnodostępna nowa hala sportowa i boisko. Dla chętnych organizowane są wycieczki z przewodnikiem (Treblinka, sanktuarium, okoliczne zabytki, trasy piesze i rowerowe). Można korzystać z rowerów, bryczki konnej i grillować w ładnym ogródku lub na łące.

16 (mapa na stronie X)



Wyroby wędlin i domowe obiady oraz usługi stolarsko-budowlane Ewy i Andrzeja Rudo, Prostyn 184, tel. 29 644 90 63, 728 72 27 19

Pani Ewa specjalizuje się w domowej produkcji wędlin według starych receptur oraz obiadach na zamówienie z lokalnych surowców, również dla większych grup. Otrzymała Dyplom Marszałka Województwa Mazowieckiego dla producentów żywności. W gospodarstwie można również zakupić sezonowe warzywa, owoce i drób. Pan Andrzej oferuje szeroki zakres usług stolarsko-budowlanych, w tym meble nowe i renowację starych, domy drewniane, meble ogrodowe m.in. altany itp.

Gmina Nur

Oficjalna strona gminy: www.gminanur.pl

Liczba mieszkańców: 3 tys.

Gospodarka: Nur jest gminą typowo rolniczą. Na terenie gminy nie ma zakładów przemysłowych, ani wytwórczych na większą skalę.

Dojazd: Przez teren gminy przebiegają ważne trasy komunikacyjne – droga krajowa nr 63 oraz droga wojewódzka nr 694. Odległość

od większych ośrodków jest stosunkowo niewielka: 16 km od Ciechanowca, 33 km od Ostrowi Mazowieckiej, 65 km od Siedlec, 36 km od Zambrowa, 120 km od Warszawy. Do Warszawy, Ciechanowca, Lublina i Białowieży istnieją bezpośrednie połączenia regularnymi liniami PKS.

Widokówka

Położony trochę na uboczu Nur jest z jednej strony gminą rolniczą, przeważają tu krajobrazy pól, łąk i pastwisk, z drugiej atrakcyjną pod względem przyrodniczym. Dwie trzecie gminy leży nad Bugiem. Na jej terenie jest obszar Natura 2000 i Nadbużański Park Krajobrazowy.

W centrum siedziby gminy jest bardzo ładnie odnowiony plac, z fontanną, ławeczkami i latarniami w stylu retro. Tuż pod UG jest zagospodarowana przestrzeń, gdzie w piątki można zrobić zakupy na lokalnym targu. Gmina słynie z miejscowości Zuzela, gdzie urodził się i spędził dzieciństwo kardynał Stefan Wyszyński.

Nasze wrażenia

Nur to dobre miejsce dla wędkarzy i osób, które chcą naprawdę odetchnąć od miejskiego zgiełku. Przyroda, cisza i spokój.

Widok na rzekę Bug z platformy widokowej za Urzędem Gminy



Noclegi

W gminie są trzy gospodarstwa agroturystyczne:

Stary Młyn w Ołtarzach Gołaczach, Ołtarze Gołacze 65, tel. 515 23 56 19 (opis w sekcji ekoturystyka).

Gospodarstwo Elżbiety i Tadeusza Niemyjskich, Nur, ul. Brokowska 5, tel. 86 275 50 03 (po godz. 20.00), 86 478 19 30, 604 567 515. Położone w centrum gminy na skarpie.

Gospodarstwo Pana Koryckiego, Zaszaków 28, tel. 604 531 660.

Gastronomia

Bar „Vegas” na rynku, z przyjemnym tarasem.

Świeża Ryba w Starym Młynie w Ołtarzach Gołaczach (zobacz w sekcji ekoturystyka).

Natura

Dolina Bugu na wysokości gminy Nur ma szerokość ok. 4-6 km, a głębokość wcięcia w wysoczyznę morenową wynosi 30 m. Teren gminy obejmują obszary objęte ochroną:

Nadbużański Park Krajobrazowy, Obszar Chronionego Krajobrazu Doliny Bugu i Nurca,



Muzeum lat dziecięcych Kardynała Wyszyńskiego w Zuzeli

Obszary Natury 2000 Dolina Dolnego Bugu i Ostoja Nadbużańska.

Kultura i zabytki

Wizytówką historycznej architektury Zuzeli jest Zespół Sakralny murowanego kościoła parafialnego wzniesionego w latach 1908-13.

Muzeum lat dziecięcych Kardynała Stefana Wyszyńskiego, w pięknie odrestaurowanym domu drewnianym w Zuzeli.

Kościół Św. Jana Apostoła w Nurze i znajdująca się przy kościele zabytkowa drewniana plebania z 1929 r.

Stawy hodowlane wokół gospodarstwa agroturystycznego „Stary Młyn” w Ołtarzach Gołaczach





Agroturystyka „Stary Młyn”

Atrakcje i udogodnienia

Hodowla Ryb w „Starym Młynie” Ołtarzach Gołaczach (opis w sekcji ekoturystyka).

Punkt Widokowy - skarpa nad Bugiem za Urzędem Gminy.

Dobrze zaopatrzona biblioteka przy UG, z dostępem do Internetu i wyborem pozycji książkowych dla dzieci, zbiory są regularnie uaktualniane.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Zawody Wędkarskie.

Festyn na rynku (lipiec).

Szczególnie warto

Wypożyczyć dobry kryminał z biblioteki i zaszyć się na dłuuuugi weekend w Starym Młynie.

Ekoturystyka w Nurze

17 (mapa na stronie X)

Logo certyfikatu

Gospodarstwo agroturystyczne „Stary Młyn” i hodowla ryb Andrzeja Sosińskiego, Ołtarze Gołacze 65, tel. 515 23 56 19



Obiekt otrzymał w 2010 r. Polski Certyfikat Ekoturystyczny.

Właściciel prowadził kiedyś dużą firmę turystyczną, był myśliwym i zjeździł cały świat. Dzisiaj u Andrzeja Sosińskiego znajdziecie kuchnię opartą na rybach z własnej hodowli. Specjalnością kulinarną jest również dziczyzna i ciasta z owocami sezonowymi. Gospodarz jest ichtiologiem z wykształcenia i pasji. Jest wesołym i pogodnym człowiekiem, który rozbawi Was swoim poczuciem humoru. Stary Młyn znajduje się na rozległym terenie otoczonym stawami i lasami. W środku czekają wygodne pokoje z łazienkami oraz sympatyczna sala z kominkiem, gdzie można delektować się smażonym pstrągiem i wsłuchiwać w szum przepływającej rzeki. Zwierzęta domowe są tu również mile widziane. Stary Młyn to także świetne miejsce na pobyty i spotkania towarzyskie dla grup (ok. 20 osób) w niepowtarzalnej atmosferze. Można również wpaść tu prosto z drogi tylko po to, żeby zakupić świeżego jesiota lub pstrąga.

Gmina Obryte

Oficjalna strona gminy: www.obryte.pl

Liczba mieszkańców: 5 tys.

Gospodarka: na terenie gminy nie działają żadne zakłady przemysłowe, jest to gmina typowo rolnicza; 80% osób czynnych zawodowo zatrudnionych jest w rolnictwie (ok. 1200 gospodarstw); 230 podmiotów gospodarczych prowadzi działalność w takich



Jedna z tras przez Puszcę Białą

branżach jak: handel artykułami spożywczo przemysłowymi, usługi ogólnobudowlane, transportowe, leśne, stolarskie itp.

Dojazd: gmina sąsiaduje z Pułtuskim położonym 60 km od Warszawy przy trasie 61. Z dworca PKS w Pułtusku do bazy biwakowej Popławy idzie się tylko pół godziny.

Widokówka

Prawie 40% powierzchni gminy znajduje się w pierwszej strefie atrakcyjności o wysokich walorach przyrodniczych. Duży wpływ na rozwój gminy ma bliskość ośrodka miejskiego jakim jest Pułtusk ze swoim odrestaurowanym Zamkiem („Dom Polonii”) i jednym z najpiękniejszych w Europie zabytkowych rynków. Obryte jest swego rodzaju „bramą wjazdu” na obszar „Między Bugiem a Narwią”.

Nasze wrażenia

W gminie na razie brak typowo turystycznych usług i atrakcji, jednak są piękne tereny leśne, nadnarwiańskie szlaki i dróżki świetnie nadające się do weekendowych wyjazdów rowerowych. Jest tu wiele ciekawych i zabytków – kościoły i kapliczki. Szczegóło-

we mapy wielu łatwiejszych i trudniejszych, dłuższych i krótszych szlaków na tym terenie opracowało Stowarzyszenie Harcerskie. W bazie harcerskiej można przenocować za grosze, lub zamówić nocleg w komfortowych warunkach w „Domu Polonii” w Pułtusku.

Noclegi

„Popławy” Harcerska Baza Biwakowa, tel. 23 692 14 75, 609 330 369, poplawy@sh.org.pl, www.poplawy.sh.org.pl. Baza znajduje się przy drodze z Pułtuska w głębi sosnowego lasu – na polu namiotowym można rozstawić namiot (własny lub wypożyczony na miejscu) lub zamówić nocleg na strychu w kurpiowskiej chacie.

Gastronomia

Brak usług z tej branży, ale gmina graniczy z miastem Pułtusk, gdzie wybór restauracji, barów i kawiarni jest duży i na każdą kieszeń... chyba że zdecydujemy się na biwakowanie i będziemy „pichcić” w bazie harcerskiej Popławy.

Natura

Północną granicę gminy wyznacza rzeka

Chata Kurpiowska w Bazy
Biwakowej Popławy



Narew na długości 15 km, zaś część południową gminy stanowi centrum Puszczy Białej. Jest to kompleks leśny o powierzchni około 2000 km², położony na wysoczyźnie wyszkowskiej i objęty ochroną w ramach Natury 2000.

W gminie znajdują się rezerваты: „Bartnia” (starodrzew sosnowy), „Popławy” (starodrzew sosnowy z bogatym nie zniekształconym runem i bogatą fauną), „Wielgolas” (las mieszany) – Okolice Narwi charakteryzują liczne ekosystemy wodne, łąkowe i bagienne, siedliska ptactwa i zwierzyny.

Kultura i zabytki

Kościół murowany z 1851 r. i stara część cmentarza rzymsko-katolickiego w miejscowości Obryte.

Kościół pod wezwaniem św. Rocha i dzwonnica w miejscowości Sadykierz.

Drewniany kościół pod wezwaniem N.M.P. (XVII w.) i dzwonnica w miejscowości Sokołów Włosciański.

Kościół parafialny p.w. św. Wojciecha z 1890 r. w miejscowości Zambski Kościelne.

Atrakcje i udogodnienia

Wiejski Dom Kultury w Obrytem.

Gminna Biblioteka Publiczna w Obrytem posiada ponad 11000 księgozbiorów (stan 2009 r.).

Na stronie bazy biwakowej „Popławy” www.poplawy.sh.org.pl znajdziecie opis wielu tras pieszych i rowerowych.

Na terenie bazy biwakowej znajduje się leśna ścieżka edukacyjna - Jeż Tupteusz dostarczy wiele ciekawych informacji nie tylko dzieciom.

Szczególnie warto

Zostać znowu harcerzem i spędzić tydzień w bazie biwakowej, koniecznie z rowerem, a gdy już znudzą się leśne ostępy skorzystać z bogactwa kulturowego przylegającego Pułtuska. Przy okazji koniecznie odwiedzić piękny zabytkowy rynek w dzień targowy (wtorki i piątki).

Ekoturystyka w Obrytem

Ekoturystyka w Obrytem

W Obrytem nie ma obiektów należących do sieci ekoturystycznej, ale przejeżdżając lub przebywając na terenie „Między Bugiem a Narwią”, warto spędzić tu trochę czasu. Stowarzyszenie Harcerskie świetnie opracowało szlaki piesze i rowerowe, dokładne opisy znajdują się na stronach www.poplawy.sh.org.pl i www.puszczabiala.pl. Miłośnikom biwakowania polecamy bazę Biwakową Popławy, prowadzoną według zasad harcerskich i ekologicznych (tel. 23 692 14 75, 609 330 369). Dla tych, którzy łączą poznawanie przyrody z poznawaniem kultury i historii tuż za rzeką Narew jest Pułtusk.

Gmina Ostrów Mazowiecka

Oficjalna strona gminy: www.gminaostrowmaz.home.pl (gmina wiejska), www.ostrowmaz.pl (miasto), również www.ostrowmaz.com (bogate informacje o wydarzeniach i usługach).

Liczba mieszkańców: 22,5 tys. miasto, 13 tys. gmina wiejska

Gospodarka Na terenie miasta Ostrów Mazowiecka znajduje się 60% potencjału przemysłowego powiatu. Są to m.in.: fabryka mebli FORTE, zakłady produkujące urządzenia radiolokacyjne, fabryka koncentratów spożywczych, zakłady tworzyw sztucznych, firma produkująca kosmetyki i farmaceutyki. Gmina wiejska Ostrów Mazowiecka jest gminą typowo rolniczą. Większość z 2 tys. gospodarstw w gminie (średnia powierzchnia 9 ha) to gospodarstwa wielokierunkowe, ich podstawową działalnością rolniczą jest produkcja roślinna, głównie uprawa zbóż, na lepszych glebach rolnicy prowadzą hodowlę bydła mlecznego i trzody.

Dojazd

Miasto Ostrów Mazowiecka położone jest przy trasie S8 z Warszawy do Białegostoku, w odległości 95 km od Warszawy i 100 km od Białegostoku. Dzięki obwodnicy ciężki transport omija centrum, często korkuje się jednak wyjazd w stronę Łomży.

Widokówka

Pomimo trochę chaotycznej zabudowy, w mieście jest sporo odrestaurowanych budynków o charakterze zabytkowym, jak ratusz lub starostwo. Dominuje zabudowa jednorodzinna, w tym sporo starych chat drewnianych. Bloki są na szczęście niewysokie, uwagę zwraca też ładnie zagospodarowany park ze stawem oraz zrekonstruowany drewniany gród książąt mazowieckich, który największe wrażenie robi na dzieciach. Miasto płynnie przechodzi w tereny wiejskie.

Nasze wrażenia

W Ostrowi Mazowieckiej znajdziemy wszystkie potrzebne usługi i produkty. Dla mieszkańca Warszawy atrakcją mogą być zakupy: są tu sklepy z meblami produkcji krajowej, są sklepy odzieżowe z ciekawą cenowo ofertą garniturów i sukien dla pań (szczególnie polecamy polskie produkty). Możemy wybrać się do kina lub na przedstawienie teatralne, możemy popływać w krytym basenie, albo wypić kawę w jednej z wielu restauracji. Jeżeli spędzamy urlop w okolicy, to wypad do Ostrowi dostarczy nam miejskich atrakcji bez pośpiechu charakterystycznego dla większych miast. A kiedy już znudzą się nam zakupy, wrócimy do naszej „wakacyjnej bazy” bez korków i bez stresu.

Noclegi

„Usługi hotelowe 17”, ul. Lubiejewska 158, tel. 29 745 12 77, 601 61 03 44, www.uslugihotelowe17.pl, (opis w sekcji ekoturystyka).

Spotkanie członków sieci „Między Bugiem a Narwią” w ciekawym wnętrzu „Usług Hotelowych 17” w Ostrowi Mazowieckiej



Gospodarstwo Agroturystyczne Zygi Ranch, Ugniewo, ul. Podmiejska 17, tel. 29 745 37 30, 886 477 277, 668 013 644, zyga@zygi-ranch.com, www.zygiranch.com.

Hotelowe Usługi, Ostrów Mazowiecka, ul. Akacyjowa 4, tel. 29 644-11-97, www.hotel-ostrowmaz.com. Niewielki, przyjazny pensjonat typu „bed and breakfast”, w małej uliczce, z ogródkiem.

Usługi Hotelowe Waleria, Ostrów Mazowiecka, ul. Warchalskiego 3, tel. 29 745 34 12.

Dwa zajazdy hotelowo- restauracyjno-weselne przy głównej trasie:

Zajazd Mazowiecki, Ostrów Mazowiecka, ul. Warszawska 106, 29 74 620 48, biuro@zajazdmazowiecki.pl, www.zajazdmazowiecki.pl.

Zajazd Skalny ul. Warszawska 85, 029 74 63 135, 604 505 578, www.zajazdskalny.fdf.pl.

Gastronomia

Restauracja w „Usługach Hotelowych 17”, Ostrów Mazowiecki, ul. Lubiejewska 158, tel. 29 745 12 77, 601 61 03 44, www.uslugihotelowe17.pl. Piękne wnętrza, kuchnia polska i dania regionalne (opis w sekcji ekoturystyka).

Pięć Barów, w tym jeden azjatycki (w centrum).

Piekarnia-ciastkarnia naprzeciwko ratusza, ciasta, lody, kawa.

Pizzeria Da Grasso, ul. Wiejska 6, tel. 724 00 57 17.

Restauracja Tandem, ul. Kościuszki 38F, tel. 29 746 12 97, www.tandem-ostrowmaz.com. Dania kuchni włoskiej, nowoczesne wnętrza.

Restauracja Ratuszowa, ul. 3 Maja 37, 29 745 41 01, www.restauracja-ratuszowa.com.pl, biuro@restauracja-ratuszowa.com.pl. Restauracja w centrum, vis a vis Ratusza. Tradycyjna kuchnia polska, wystrój „oldschoolowy” w stylu starej karczmy. Nie jest tanio i czasem trzeba dłużej poczekać, za to spory wybór i smacznie.

Pizzeria New York, ul. Warszawska 102, 29 746 34 33.

Zajazd Skalny, restauracja i hotel, ul. Warszawska 85, tel. 29 74 63 135, 604 505 578, www.zajazdskalny.fdf.pl.

Zajazd Mazowiecki, ul. Warszawska 106, tel. 29 74 620 48, biuro@zajazdmazowiecki.pl, www.zajazdmazowiecki.pl.

Natura

Gmina położona jest w Dolinie Dolnego Bugu, w pobliżu ciągów ekologicznych o znaczeniu regionalnym (rzeki Narew i Bug) oraz częściowo na terenie Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego i jego strefy ochronnej. Jest to teren równinny, poprzecinany pradoliną-

mi rzek. Wody powierzchniowe obejmują trzy niewielkie rzeczki: Wymakracz, Tuchołkę i Strugę z licznymi dopływami bez nazwy. Na odcinku kilku kilometrów płynie wzdłuż gminy rzeka Brok.

Kultura i zabytki

Kościół neogotycki.

Zrekonstruowany drewniany Ostrowski Gród Książąt Mazowieckich otoczony parkiem.

Atrakcje i udogodnienia

Trasa rowerowa im. Wojciecha Bogumiła Jastrzębowskiego, łącząca 13 km odcinek od miasta Ostrów Mazowiecka przez gminę Ostrów Mazowiecka aż do gminy Brok.

Druga oznakowana trasa rowerowa biega tylko przez teren gminy Ostrów Mazowiecka: 33 km szlak rekreacyjny rozpoczyna się w Rogóźnie i biegnie przez przepiękne leśne tereny sołectw Wiśniewo, Nowa Osuchowa i Nagoszewka.

Kryta Pływalnia (czynna codziennie godz. 6.00-22.00) i kręgielnia (rezerwacja telefoniczna tel. 29 645 21 31) w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji, ul. Trębskiego 10 i ul. Warchalskiego 3, tel. 29 645 21 31, www.mosir.ostrowmaz.pl. W ofercie również zajęcia fitness i jogi.

Kino Ostrovia (nieczynne w lipcu).

Miejski Dom Kultury, www.mdk.ostrowmaz.com.

Teatr amatorski Scena Kotłownia.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Piknik Radia Dla Ciebie (koniec lipca).

Konkurs na najładniejszą posesję i ogród (wrzesień).

Dni Ostrowi Mazowieckiej (czerwiec).

Duże targowisko przy ulicy Broniewskiego, każdy poniedziałek w godz. 5.00-15.00.

Szczególnie warto

Zajść do piekarni-ciastkarni w centrum, naprzeciwko ratusza. Duży wybór ciast, bułek, lodów, można też usiąść i wypić kawę. Wybrać się w ciepły, poniedziałkowy dzień na wielkie targowisko, buszować wśród tysiąca produktów (nie tylko chińskich) – polskie rowery, kury, kaczki, widły, kosze... i cieszyć się przystępnymi cenami.

Ekoturystyka w Ostrowi Mazowieckiej



18 (mapa na stronie X)

Usługi Hotelowe 17, Zbigniew Banaszek, ul. Lubiejewska 158, tel. 29 745 12 77, 601 610 344, www.uslugihotelowe17.pl, kontakt@uslugihotelowe17.pl

Stylowa restauracja i hotel w odrestaurowanym budynku przeładowni z 1942 r. Wewnątrz zachowano wiele oryginalnych elementów m.in. windy towarowe. Obiekt oferuje usługi bankietowo-konferencyjne oraz nocleg w trzy gwiazdkowych pokojach, ale można również po prostu wejść i zjeść obiad lub napić się kawy podziwiając oryginalny wystrój. Hotel położony jest przy jednej z głównych dróg, wyróżnia go historyczny charakter obiektu. Właściciele starają się zaopatrywać kuchnię w lokalne surowce i produkty, w menu są tradycyjne i regionalne dania. Właściciele organizują wycieczki z przewodnikiem po najciekawszych obiektach powiatu, przejazdy bryczką i kuligi wśród wiekowych grabów w dworskim parku w Komorowie, występy zespołów regionalnych i imprezy integracyjne.

Gmina Rząśnik

Oficjalna strona gminy: www.rzasnik.pl

Liczba mieszkańców: 7 tys.

Gospodarka: gmina ma charakter typowo rolniczym, dla około 70% mieszkańców rolnictwo jest jedynym źródłem utrzymania. Na terenie gminy działają trzy większe zakłady zatrudniające do 100 osób (Komplex, Folwex, Tartak).

Dojazd: z Warszawy do Wyszkowa można dojechać pociągiem, z Wyszkowa jeżdżą do centrum Rząśnika autobusy PKS (17 km).

Widokówka

Gmina leży na terenie Puszczy Białej w malowniczej dolinie Narwi z dala od głównych tras. Znajdziemy tu wiele ciekawych zabytków, władze gminy inwestują w infrastrukturę sportową i edukację - jest nowoczesna hala sportowa, siłownia i nowy stadion przy szkole, obszerna biblioteka w jednym z bardziej estetycznych i sympatycznych budynków Urzędów Gminy, plac targowy, odkryty basen oraz kilka ciekawych zabytków. Niestety brak w gminie zaplecza noclegowego i gastronomicznego, jeżeli jednak uda się Wam znaleźć nocleg w okolicy, nie omijajcie tej sympatycznej gminy. Szczęśliwym posiadaczom domków letniskowych nad Narwią radzimy: zamiast zamykać się na własnej posesji wsiadajcie na rower i podziwiajcie jej krajobrazy.

Nasze wrażenia

Zadbana i pięknie położona gmina, idealna na długie wycieczki rowerowe i wypoczynek z dala od zgiełku. Unikatowa jest otwarta przestrzeń Bagna Pulwy, gdzie przelatują tysiące ptaków, gdzie nadal zbiera się siano tradycyjną metodą i wypasa krowy. Warto tu spędzić chociaż jeden dzień.

Noclegi

Gospodarstwo Agroturystyczne Mieczysława Dziubely, Wincentowo 10, tel. 29 741 98



Kościół w Nowym Lubielu

10, 507 167 068 (zakładka na stronie www.rzasnik.pl). Do wynajęcia nowy domek drewniany: trzy pokoje, duży salon, kominek i wygodna kuchnia. Można wynająć cały dom lub jeden pokój. Za płotem - mini skansen. Gospodarz kolekcjonuje stare powozy i oferuje przejazdy bryczką, można umówić się na wyżywienie lub zakup produktów od lokalnych rolników. Gospodarstwo jest bardzo ładnie położone nad rzeczką, wśród rozległych pól, z widokiem na bagno Pulwy.

Dom weselny Sonata, Rząśnik, ul. Wyszowska 54b, tel. 503 160 783, 29 679 18 72, www.salasonata.pl. W zasadzie tylko dla gości weselnych, jednak w tygodniu mogą być wolne pokoje.

Gastronomia

Turyści mogą się zaopatrzyć w niewielkich sklepach spożywczych, lub zasięgnąć informacji u Mieczysława Dziubely, gdzie zakupić produkty od rolników.

Natura

Tereny gminy Rząśnik należą do jednych z atrakcyjniejszych przyrodniczo w powiecie wyszkowskim - ponad 30% powierzch-



Na Bagnie Pulwy latem

ni gminy zakwalifikowana jest do obszaru chronionego Natura 2000. Wyjątkowym miejscem przyrodniczym jest Bagno Pulwy (4000 ha), dla którego utworzono osobny obszar Natury 2000. Pulwy to jedno z najlepszych na Mazowszu miejsc do obserwacji ptaków: spotyka się tu stada czajek, siewek złotych oraz liczone nieraz w dziesiątkach myszolewy i myszolewy włochate. Podczas wiosennych rozlewisk spotkać można kilka gatunków kaczek oraz bekasowatych, ponadto gniazdują tu błotniaki, jastrzębie, krogulce, kropiatki, derkacze, gąsiorki, i dziesiątki innych. Ornitolodzy znajdą tu swój raj, a turyści docenią niesamowity i magiczny krajobraz, ogromną wolną od upraw i zabudowań przestrzeń, gdzie można napawać się ciszą, obserwować leniwe krowy i krążące nad łąkami bociany.

Miejscowościami wczasowymi stały się: Nowy Lubiel, Rogóźno i Wólka Wojciechówek. Narew, choć jest rzeką niespokojną, przyciąga amatorów kąpeli i rybołówstwa, a nad wodą wykupiono już wszystkie tereny. Dziś coraz większym powodzeniem cieszą się działki na terenie zalesionym, zwłaszcza w Porządziu, Ochudnie, Plewicy i w Ostrówku. W gminie jest ok. 1700 działek letniskowych.

Kultura i zabytki

Kościół p.w. św. Anny z 1890 r. z dzwonnica oraz plebania z 1926 r. w Nowym Lubielu, obok kościoła na cmentarzu znajduje się

grób żołnierzy AK oraz lotnika, który podczas II wojny światowej został zestrzelony w Drozdowie.

Kościół drewniany p.w. św. Teresy od Dzieciątka Jezus w Porządziu – to wyjątkowy zabytek klasy „zero”. Obok kościoła znajduje się Dom Rekolekcyjny „Dolina Miłości Bożej” – oferuje noclegi dla pielgrzymek z całej Polski na organizowane w kościele rekolekcje.

Atrakcje i udogodnienia

Plaża nad Narwią w Nowym Lubielu - w centrum największego skupiska działek letniskowych.

Prom (obok plaży) przewożący ludzi i samochody na drugą stronę Narwi, gdzie znajduje się gmina Rzewnie.

Basen odkryty na terenie Centrum Kultury. W wakacje czynny jest codziennie w godz. 10.00-18.00, dzieci mogą z niego korzystać bezpłatnie, pod czujnym okiem ratownika (wymiar basenu: 10 x 5 m; głębokość - 1,40 m).

Biblioteka i punkt informacyjny w Urzędzie Gminy.

Bagno Pulwy (opis powyżej).

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Letnie festyny organizowane w Rząśniku, Nowym Lubielu, Porządziu.

Odpusty:

Rząśnik – drugi Dzień Zielonych Świątek w



Jesienne mgły- widok ze skarpy na Bagno Pulwy

Święto Matki Boskiej Kościoła.

Pniewo – w czerwcu na Św. Piotra i Pawła.

Wola Mystkowska – 10 maja na Izydora i pod koniec marca w Święto Serca Jezusowego.

Porządzie – w pierwszą niedzielę po Bożym Ciele i 3 października na Św. Teresy.

Nowy Lubiel – 8 maja na Św. Stanisława i 26 lipca na Św. Anny.

Szczególnie warto

Przejechać rowerem lub bryczką (zamówić u Mieczysława Dziubely) przez niesamowite Bagno Pulwy lub wybrać się tam na obserwację ptaków.

Przeprowadzić się promem przez Narew w miejscowości Nowy Lubiel, jak za dawnych czasów.

Ekoturystyka w Rząśniku

W Rząśniku nie ma obiektów należących do sieci ekoturystycznej, polecamy jednak gospodarstwo Mieczysława Dziubely, właściciel ma szacunek do ekologii, kolekcjonuje stare pojazdy i specjalizuje się w budownictwie drewnianym (domki letniskowe). Bagno Pulwy to perła, którą doceni każdy ekoturysta.

Gmina Sadowne

Oficjalna strona gminy: www.sadowne.pl

Liczba mieszkańców: 6 tys.

Gospodarka: typowo rolnicza gmina wiejska (ponad 1400 gospodarstw rolnych), przeważa uprawa zbóż, głównie żyta, w produkcji zwierzęcej przeważa hodowla bydła.

Dojazd: Przez gminę przebiega linia kolejowa Małkinia-Warszawa.

Widokówka

Typowa gmina wiejska położona w całości w granicach Nadbużańskiego Parku Krajo-
brazowego, przecięta dosyć ruchliwą drogą z Łochowa do Ostrowi Mazowieckiej.

Charakteryzują ją rozproszone gospodarstwa rolne, łąki i lasy. Ze względu na walory przyrodnicze tereny gminy stały się atrakcyjnym miejscem dla rozwoju turystyki; obserwuje się coraz częstsze transakcje zakupu zagrod rolniczych z przeznaczeniem na indywidualny wypoczynek.

Nasze wrażenia

Gmina przyjazna dla niezmotoryzowanych: dobre połączenie PKP umożliwia szybką i wygodną podróż. Centrum gminy ma charakter małomiasteczkowy: są tu sklepiki i usługi, szkoda, że mały wybór. Atutem są

tereny przyrodnicze, oznakowane szlaki piesze, lasy, cisza i spokój. Prężnie działające koło wędkarskie i klub rowerowy zapraszają do siebie mieszkańców i turystów.

Noclegi

Hotel-Dom Weselny „Zaścianek Nowy Styl”, Henryk Klimek, ul. Kościuszki 10A, tel. 25 67 53 314, 502 583 300 zascianek@zascianeknowystyl.pl, www.zascianeknowystyl.pl. Hotel przeznaczony głównie dla gości weselnych, ale można przenocować.

Agroturystyka:

Gospodarstwo „Przy lesie” Iwony i Piotra Olkowskich, Ocięte 28a, tel. 606 273 905, zakładka na stronie www.sadowne.pl. Ładne pokoje w cichej okolicy, można również zakupić produkty z gospodarstwa.

Gospodarstwo Krystyny i Jan Puścion, ul. Łochowska 33, tel. 25 675 33 21, 516 540 504, zakładka na stronie www.sadowne.pl. Sympatyczne na dużej działce z zapleczem rekreacyjnym, ale przy ruchliwej drodze z Łochowa.

Gospodarstwo Haliny Gabelskiej, ul. Słoneczna 1, tel. 25 675 32 42.

Gastronomia

Niestety Sadowne świeci pustkami - znajduje się tu tylko jeden Bar typu „Kebab”, cukiernia i parę sklepików spożywczych. Dobrze, że dwa kroki dalej jest Brok, gdzie mamy już spory wybór. Warto natomiast zakupić świeże warzywa od gospodarzy na dobrze zaopatrzonym lokalnym targu.

Natura

Walorami przyrodniczymi gmina są: Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego, Dolina Dolnego Bugu i Ostoja Nadbużańska. Duże kompleksy leśne stanowią pozostałość daw-

nych puszczy. Na terenie gminy znajdują się liczne dęby szypułkowe chronione jako pomniki przyrody, użytek ekologiczny „Torfowisko Kuleś” ze ścieżką przyrodniczą oraz rezerwat przyrody „Mokry Jegiel”.

Kultura i zabytki

Najważniejsze zabytki znajdziemy w centrum gminy:

Neogotycki kościół z 1906-1909r., z cennym wyposażeniem z XVIII i XIX w.

Stara plebania z 1828 r.

Kapliczka arkadowa z figurą Matki Bożej Niepokalanie Poczętej z 1909 r.

Ponadto :

Austriacka komora celna z 1806 -1809r w miejscowości Morzyczyn Włościański.

Kapliczka św. Jana Nepomucena z II połowy XVIII w miejscowości Grabiny.

Atrakcje i udogodnienia

Muzeum Ziemi Sadowieńskiej, Sadowne (obok szkoły), ul Kościuszki 74, tel. 25 791 91 44, 603 51 00 90 (opis w sekcji ekoturystyka).

W parowozowni Muzeum Ziemi Sadowieńskiej można podziwiać dawne bryczki





Niepozorny budynek Muzeum Ziemi Sadowieńskiej kryje niezliczone skarby

Gminna Biblioteka Publiczna, Sadowne, ul. Kościuszki 51, tel. 25 675 32 72, biblioteka.sad@neostrada.pl.

Teatr „Czwarta ściana” przy LO w Sadownem.

Gminna Hala Sportowa w Sadownem.

Boisko do piłki nożnej w Sadownem.

Boisko do piłki ręcznej w Sadownem.

Boisko do siatkówki i koszykówki w Sadownem.

Odkryty basen kąpielowy w Sadownem (czynny w sezonie letnim).

Mini jezioro Kotło w Wilczogębach.

Ścieżka przyrodnicza wokół torfowiska Kuleś. Na jej trasie (1600 m) znajduje się osiem przystanków z bogato ilustrowanymi tablicami tematycznymi.

Rezerwat Przyrody Mokry Jegiel.

Szlaki piesze: czerwony - do stacji Sadowne Węgrowskie (8,2 km); żółty (szlak okrężny) - do Toporu przez Kozie Góry (8 km); do Toporu przez uroczysko Bor (8 km).

Koło wędkarskie, koło łowieckie oraz klub rowerowy.

Szczególnie warto

Zakupić pomidory i kosz wiklinowy na wiejskim targu w piątek, w centrum koło kościoła

Odwiedzić Muzeum Ziemi Sadowieńskiej - pomimo kiepskich warunków ekspozycji, zbiory nie do przeoczenia dla amatorów historii.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Odpust św. Jana w Sadownem (czerwiec).

Ekoturystyka w Sadownym

19 (mapa na stronie X)

Muzeum Ziemi Sadowieńskiej, ul. Kościuszki 74, Sadowne, tel. 25 791 91 44, 603 51 00 90



Otwarte: wt.-czw. 8-16, pt. 8-12, w pozostałe dni po uzgodnieniu.

Muzeum zlokalizowane jest przy szkole w niepozornym budynku. Posiada jednak cenne zbiory, które zachwycą amatorów historii i archeologii. Znajdują się tam nie tylko narzędzia rolnicze czy dawne narzędzia i artykuły użytku domowego, ale również rekwizyty z czasów wojen, mundury, listy, zdjęcia, stroje ludowe i naprawdę stare artefakty np. osiemset letnia barć. Dyrektor muzeum Janusz Urbankowski z przyjemnością opowie o całej kolekcji. Zbiory są bardzo bogate, niestety miejsca na ekspozycję jest mało. Jest jednak szansa, że w najbliższym czasie muzeum otrzyma nową salę w budującym się domu kultury. Wstęp do muzeum jest bezpłatny.



Widok z Tarasu „Domu nad Wierzbami” na starorzecze Bugu i urokliwe wierzby

Gmina Somianka

Oficjalna strona Gminy: www.somianka.pl

Liczba mieszkańców: 5 tys.

Gospodarka: na terenie gminy jest ponad 1000 gospodarstw rolnych, średnia powierzchnia wynosi 7 ha. Wiodącymi kierunkami produkcji roślinnej są uprawy żyta i ziemniaków, wiodącymi kierunkami produkcji zwierzęcej są hodowla trzody chlewnej i bydła.

Dojazd: gmina Somianka leży w środkowej części woj. mazowieckiego, południowo-zachodniej części powiatu wyszkowskiego, nad rzeką Bug, przy węzłach komunikacyjnych z Wyszkowa do Wierzbicy i z Wyszkowa do Pułtuska. Gminę przecina trasa Wyszków-Serock, (natężony ruch samochodów ciężarowych), która oddziela obszary zabudowane, tereny nadbużańskie i lasy od pól uprawnych.

Widokówka

Zabudowania w gminie ciągną się wzdłuż mniej ruchliwej drogi równoległej do trasy Wyszków-Serock i rzeki Bug. Widok nadbużańskich łąk, płynącej szerokim nurtem rzeki, starorzeczy i rosochatych wierzb na długo

zostaje w pamięci. Są też kompleksy leśne i parę ciekawych zabytków.

Nasze wrażenia

Cały urok mazowieckiej wsi jest na wyciągnięcie ręki - zaledwie 60 km od Warszawy. Dobre drogi ułatwiają zwiedzanie; starorzecza i rozlewiska Bugu wyciszają, mazowieckie wierzby przypominają muzykę Chopina. Somianka jest jedną z niewielu gmin, gdzie znajdziecie oznakowane szlaki rowerowe oraz wypożyczalnię sprzętu pływackiego (OW w Popowie Parcele).

Noclegi

Gospodarstwo agroturystyczne „Dom nad Wierzbami” Barbary Polak, Jackowo Dolne 11 A, tel. 29 596 02 81, www.domnadwierzbami.pl, b.polak@plenery-gardens.pl (opis w sekcji ekoturystyka).

Po za tym ośrodki wczasowe, oferujące lepsze lub gorsze warunki:

OW „Dźwigar”, Huta Podgórna, tel. 29 742 16 97, www.dzwigar.pl. Domki kempingowe do wynajęcia, ale tylko w lecie.

OW „REKREACJA”, Kępa Barcicka, tel. 29 741 87 66. Ośrodek położony w kompleksie

leśnym, 100 m od rzeki Bug, trzy km od wsi Somianka. Czynny od maja do września.

Ośrodek Doskonalenia Kadr Służby Więziennej, Popowo Parcele, tel. (022)782-71-62, www.popowo.com. Odrestaurowane budynku zabytkowego pałacu znajdują się w odległości 100 m od rzeki Bug. Ośrodek jest często zajęty na szkolenie i imprezy rządowe, jednak do dyspozycji jest aż 135 pokoi (w tym o wysokim standardzie) oraz domki kempingowe. Jest tu przystań z wypożyczalnią sprzętu pływackiego, kort tenisowy, mini golf, boisko do gry w siatkówkę i piłkę nożną. Ośrodek czynny cały rok.

Gastronomia

Agroturystyka "Dom nad Wierzbami" (uprzedni kontakt telefoniczny, opis w sekcji ekoturystyka). Polecamy!

Kawiarnia w OW w Popowie Parcele.

Natura:

Obszar chronionego krajobrazu zajmuje 20% powierzchni gminy. Dolina Dolnego Bugu objęta jest ochroną w ramach Natury 2000. Nieuregulowany brzeg rzeki Bug kryje w sobie różnorodność dziko żyjącego ptactwa, zwierzyny oraz rzadkich okazów roślin.

Kultura i zabytki

Pałac parterowy z drugiej połowy XIX w. - Somianka.

Drewniany, barokowy kościół z 1758 r. zaliczany do zabytków klasy zerowej – Barcice.

Neogotycki pałacyk z XVIII w. przebudowany w II połowie XIX w. - Popowo-Parcele.

Kościół w stylu neogotyckim z 1900 r. - Popowo Kościelne.

Neorenesansowy dwór z pierwszej połowy XIX w. – Kręgi.

Atrakcje i udogodnienia

Stowarzyszenie „SOMA” wytyczyło i oznakowało ścieżki turystyczne na terenie gminy Somianka:



Drewniany kościół w Barcicach

Trzy szlaki rowerowe - czerwony (główny), zielony (leśny), niebieski (ptasi) i żółty (polny).

Dwa szlaki piesze – czarny (15 km) i niebieski (15 km).

Jeden szlak konny (17 km).

Specjalistyczne gospodarstwo rolne "HODOWLA KONI" Beaty i Rafała Gajewskich, Popowo Parcele, tel. 22 7932246, organizuje naukę jazdy konnej, przejażdżki bryczką, kuligi, czynne cały rok.

Wypożyczalnia rowerów w Somiance - znajduje się w budynku Gminnego Ośrodka Kultury. Czynna pn-pt 8:00-20:00, sb-nd 16:00-20:00 (opis w sekcji ekoturystyka).

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Dożynki gminne, hucznie obchodzone (sierpień, wrzesień).

Gminny Festyn z okazji Dnia Dziecka (czerwiec).

Gminne Obchody Konstytucji 3 Maja.

Cykl imprez promujących stare zwyczaje i obrzędy organizowany przez Dom Kultury w Somiance.

Szczególnie warto

Zatrzymać się w Domu nad Wierzbami, wynająć rower w domu kultury i wybrać się na wycieczkę po oznakowanych szlakach.



Agroturystyka „Dom nad Wierzbami” w Jackowie Dolnym

Ekoturystyka w Somiance

20 (mapa na stronie X)



Wypożyczalnia rowerów i Gminny Ośrodek Kultury, Somianka 21, tel. 741 87 60, 501 37 39 36, goksasomianka@go2.pl, www.stowarzyszeniesoma.pl

Dyrektor GOK Hania Główny jest nieustraszoną społeczniczką i animatorką lokalnej kultury. W obiekcie znajduje się wypożyczalnia rowerów (czynna pn-pt godz. 8:00-20:00, sb-nd godz. 16:00-20:00) oraz kawiarenka internetowa i biblioteka. Organizowane są zajęcia sportowo rekreacyjne, teatralne (szczególnie związane ze wskrzeszaniem dawnych obrzędów) i plastyczne, konkursy z nagrodami oraz pokazy filmów.

W GOK-u dowiedzie się o wszelkich aktualnościach w gminie i kalendarium imprez (dożynki, Dni Pola, Sobótka, Pożegnanie Zimy, Przywitanie Wiosny...).

21



Gospodarstwo agroturystyczne „Dom nad Wierzbami” Barbary Polak, Jackowo Dolne 11 A, tel. 29 596 02 81, www.domnadwierzbami.pl, b.polak@plenery-gardens.pl



Obiekt otrzymał w 2010 r. Polski Certyfikat Ekoturystyczny.

Noclegi w pięknym drewnianym domu, przeniesionym z Wysokiego Mazowieckiego. Dom został przeprojektowany tak, aby oferować pełen komfort. Wnętrza artystycznie urządzone, na ścianach obrazy, które powstały podczas plenerów malarskich organizowanych przez gospodynię (obrazy można również zakupić). Do dyspozycji jest pięć wygodnych pokoi z balkonami, dwie duże łazienki, drewniany taras i ogród wychodzący na starorzeczne Bugu. W menu jest kuchnia polska z przewagą regionalnej, oparta na surowcach lokalnych i ekologicznych, z ofertą dla wegetarian. Posiłki spożywane są w dużym salonie z kominkiem. Oprócz działalności związanej ze sztuką właścicielka aktywnie angażuje się w ochronę przyrody i obszaru Natury 2000 w ramach Ogólnopolskiego Towarzystwa Ochrony Ptaków, jest również prezesem stowarzyszenia gospodarstw agro i ekoturystycznych „Mazowieckie Wierzby”. Dla chętnych są organizowane wycieczki przyrodnicze z przewodnikiem, wycieczki łódką, kuligi. W domu są dwa koty i przyjazny pies, można również przyjechać (po uzgodnieniu) z własnym zwierzęciem.

Gmina Zaręby Kościelne

Oficjalna strona gminy: www.zareby-kosc.pl

Liczba mieszkańców: 3,8 tys.

Gospodarka: gmina rolnicza, rozdrobnione gospodarstwa rolne, handel i usługi, wiele osób dojeżdża do pracy w Ostrowi Mazowieckiej lub innych ośrodkach miejskich.

Dojazd: gmina położona w odległości 20 km od Ostrowi Mazowieckiej, jest na uboczu głównych dróg, dzięki temu omija ją ciężki transport. Przez gminę przebiega linia kolejowa Warszawa-Białystok, w tej chwili zatrzymuje się tam jeden pociąg dziennie.

Widokówka

Skręcając z drogi 694 na Ciechanowiec w kierunku Zaręb Kościelnych opuszczamy gęściej zabudowane tereny, wjeżdżamy w krajobraz pól, łąk, lasów i rozproszonej zabudowy wiejskiej. Przez gminę przepływa rzeka Brok, która wiosną rozlewa się szeroko na łąki. Na polach rośnie mniej wierzb, za to sporo brzoź i topoli. Na wielu łąkach pasą się nie tylko krowy, ale i konie. W gminie jest sporo domów drewnianych o zabytkowym charakterze, są również ciekawe obiekty sakralne. Układ przestrzenny Zaręb Kościelnych (siedziba gminy) wyróżnia się miejskim charakterem (czworobok). Są tu

sklepy spożywcze, dobrze zaopatrzona apteka, ośrodek zdrowia, biblioteka, niestety brakuje punktów gastronomicznych.

Nasze wrażenia

Typowo wiejska gmina pozbawiona właściwie infrastruktury turystycznej. Jej urok polega na położeniu z dala od ruchliwych tras, sielskich krajobrazach i typowej zabudowie siedliskowej. Jest jedną z niewielu gmin, gdzie prawie nie ma działek lotniskowych, dzięki czemu, niezależnie od sezonu, życie ma tu autentycznie lokalny charakter i toczy się rytmem zgodnym z porami dnia i roku.

Noclegi

W budowie jest dom weselny z noclegami (w centrum przy UG), oferty agroturystycznej na razie brak.

Gastronomia

W centrum Gminy znajdziemy jedynie słabo zaopatrzone sklepy spożywcze i pijalnię piwa.

Centrum Gastronomiczne u Sarnowskich, Nienalty Brewki 1a, tel. 668 010 439, 603 050 298, jarek_sarnowski@wp.pl.

W budowie jest dom weselny z restauracją, nieopodal urzędu gminy.

Defilada kawalerii
na uroczystościach
gminnych 15 sierpnia



Natura

Gmina znajduje się częściowo na terenie Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego, przepływa przez nią rzeka Brok.

Kultura i zabytki

Kościół murowany, neogotycki p.w. św. Stanisława Biskupa wzniesiony w latach 1882–1900 z kamienia polnego i cegły - Zaręby Kościelne.

Barokowy kościół z 1763 r. i klasztor reformatów – Zaręby Kościelne.

Ponadto wiele rozproszonych obiektów zabytkowych - zespoły podworskie, domy drewniane, krzyże i kapliczki przydrożne.



Jedna z wielu kapliczek przydrożnych

Atrakcje i udogodnienia

Biblioteka gminna oraz Gminne Centrum Informacji naprzeciwko UG.

Ogólnodostępny kort tenisowy przy ośrodku zdrowia.

Pokazy i zawody ułańskie w wykonaniu kawalerzystów Pułku Ułanów Zarębskich odbywają się podczas ważniejszych świąt.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

Uroczyste obchodzone jest święto 3 Maja, odbywają się pokazy taneczne, rekonstrukcje historyczne i pokazy kawalerii.

Corocznie odbywa się festyn rodzinny uświetniony defiladą Kawalerii i pokazy jazdy konnej (w połowie sierpnia).

W każdą środę rano można zrobić zakupy na gminnym targowisku (godz. 5.00-10.00).

Rekonstrukcja historyczna z okazji Święta Konstytucji 3 maja



Szczególnie warto

Podziwiać defiladę Pułku Ułanów Żarebskich i poloneza podczas obchodów 3 Maja.

Ekoturystyka w Żarebach

22 (mapa na stronie X)



Gospodarstwo ekologiczne „Za Brzoza-mi”, Świerże-Panki 25, tel.604 909 861, 792 47 00 76

W gospodarstwie można zakupić sezonowe owoce i warzywa, które zostaną zebrane na waszych oczach. W ofercie są jabłka, śliwki, maliny, porzeczki, marchew, sałata (wiele odmian), buraki, zioła, truskawki, słoneczniki, dynie, cukinie, ogórki... wszystko ekologiczne, ale w ograniczonych ilościach! Gospodarze posadzili również duży sad dawnych odmian grusz i jabłoni (malinówki, papierówki, kronselki...), jednak plonów można się spodziewać dopiero za parę lat. Lepiej umawiać się telefonicznie, bo nie zawsze ktoś jest w

domu. Można również skosztować świeżego mleka od krowy sąsiada wypasanej na ekologicznej łące.

Gmina Zatory

Oficjalna strona gminy: www.zatory.pl

Liczba mieszkańców: 4,8 tys.

Gospodarka: brak przemysłu sprawia, że podstawową funkcją gminy jest produkcja żywności, głównie na potrzeby aglomeracji warszawskiej.

Dojazd: Z Warszawy trasą na Serock, potem na Wyszków, odległość od Warszawy zaledwie 55 km. Dogodne połączenia z Pułtuskim i Wyszkowem autobusem PKS.

Widokówka

Gmina położona jest wzdłuż rzeki Narwi, większość obszaru pokrywają lasy Puszczy Białej. Chociaż jest typowa gmina wiejską, to znacznie więcej tu lasów niż pól. Charakterystyczne dla tej gminy są liczne zabytki i zespoły podworskie oraz budownictwo drewniane. Tereny nad Narwią są w dużej mierze zajęte przez działki letniskowe.



Degustacja dań regionalnych podczas jednej z imprez plenerowych w Kuźni Kurpiowskiej

Nasze wrażenia

W Zatorach można poczuć klimat dawnych osad puszczańskich i zobaczyć parę wyjątkowych zabytków dawnej kultury. Największym minusem jest brak oferty noclegowej, tak więc jeżeli ktoś nie jest szczęśliwym posiadaczem działki letniskowej, pozostaje próbować szczęścia w sąsiednich gminach.

Noclegi

Brak oferty noclegowej (do czasu).

Gastronomia

Nie ma typowych placówek z ofertą gastronomiczną, ale są dwa obiekty, dla których warto przyjechać:

Wędzarnia wędlin Krystyny i Andrzeja Marcycjańskich, Lutobrok 3 (kilometr od Kuźni Kurpiowskiej) tel. 29 791 79 17, 503 913 203. Wędliny wędzone są w olchowej wędzarni na dymie z drewna olchowego i w tradycyjny sposób. Polecamy.

Kuźnia Kurpiowska, Pniewy Kolonia 15, tel. 691 19 32 69, 500 52 82 25, www.kuzniakurpiowska.com, e-mail kuzniakurpiowska@wp.pl. Oferta regionalnych dań (dla grup) i możliwość zakupu produktów od rolników, po wcześniejszym zamówieniu (opis w sekcji ekoturystyka).

Natura

Gmina leży w południowo-wschodniej części powiatu pułtuskiego. Malownicze usytuowanie między Narwią i Puszcą Białą decyduje o jej turystycznym charakterze.

Wieś Stawinoga położona w dolinie dolnej Narwi jest rezerwatem ornitologicznym. Ten leśno-stawowy teren jest ostoją licznych gatunków ptaków lęgowych i przelotnych: łąbędzia, krzyżówki, derkacza, perkoza, mewy, rybitwy, bekasa, brodzieca, remiza, płaskonos, czernicy i innych. Rezerwat jest również

mezolitycznym obozowiskiem otwartym z pozostałościami osadnictwa myśliwych i rybaków sprzed 9 tys. lat.

Kultura i zabytki

Kościół p.w. Św. Piotra i Pawła – Pniewo.

Kościół parafialny p.w. Św. Małgorzaty z 1915 r., odrestaurowane i oryginalne wnętrze - Zatory.

Dwór w miejscowości Zatory wraz z pięknym przyległym parkiem wiekowych drzew (w tej chwili w remoncie, brak możliwości zwiedzania) oraz zespół przestrzenny zabudowań folwarcznych z XIX w.: gorzelnia, młyn, magazyn spirytusowy, spichlerz, wozownia i stajnie. Zwiedzać na razie nie można, ale warto obejrzeć chociaż z zewnątrz.

Zespół podworski – Gładczyn.

Imprezy i wydarzenia cykliczne

ramka

Szczególnie warto

Odwiedzić Kuźnię Kurpiowską z bardzo wielu powodów - najprostszym niech będzie zakup haftowanego ręcznie lnianego obrusa. Skosztować wędlin Krystyny Marcycjańskiej w Lutobroku. Podziwiać malowidła w kościele w Zatorach.

Tu logo sieci (obok tytułu?)

Ekoturystyka w Zatorach

numer 23 (mapa na stronie X)

logo certyfikatu

logo obiektu

Kuźnia Kurpiowska Izba Regionalna, siedziba stowarzyszenia Puszcza Biała – Moja Mała Ojczyzna, Pniewy Kolonia 15, tel. 691 19 32 69, 500 52 82 25, www.kuzniakurpiowska.com, e-mail kuzniakurpiowska@wp.pl

Obiekt otrzymał w 2010 r. Polski Certyfikat

Ekoturystyczny.

To wyjątkowe miejsce, stworzone przez wyjątkowe kobiety, członkinie Stowarzyszenia Puszcza Biała - Moja Mała Ojczyzna. Prezesem Stowarzyszenia jest Halinka Witkowska, która od lat promieniuje i zaraża entuzjazmem i niespożytą energią. W budynku starej szkoły z czerwonej cegły (przeznaczonej początkowo do rozbiórki) członkinie stowarzyszenia odtworzyły historię kurpiowskiej wsi. W trzech pomieszczeniach znajdują się pięknie wyeksponowane zbiory prezentujące wystrój dawnej izby, stroje, narzędzia, ozdoby kurpiowskie, wycinanki, meble. Można zakupić dzieła lokalnych twórców ludowych - haftowane obrusy, zakładki, ozdoby choinkowe, tradycyjne palmy, pisanki. Można nawet zamówić haftowaną w kurpiowskie wzory koszulę. W czwartej izbie znajduje się sala spotkań ogrzewana kominkiem, tutaj odbywają się warsztaty kulinarne i rękodzielnicze dla dzieci i dorosłych (pieczenie chleba, haftowanie, ozdoby bożonarodzeniowe, wyplatanie wiklinowych koszyków itp.), przyjmowane są grupy na spotkania okolicznościowe i lekcje muzealne. Panie z wielką radością serwują regionalne i tradycyjne smakołyki: kugiel, pempuchy, fafernuchy, sodziaki, ciasta drożdżowe i inne specjały. A na deser każdy usłyszy historię o Puszczy Białej i dowie się, co dziś można w niej zobaczyć i spotkać. Kuźnia otwarta jest od maja do października, od poniedziałku do piątku w godz. 10.00 - 14.00, poza sezonem trzeba umawiać się telefonicznie. Zajęcia dla grup (od 5 do 20 osób) z wyżywieniem i zakup produktów z gospodarstw również należy zamawiać telefonicznie.



VII. Po drugiej stronie Bugu...

Opisaliśmy dokładnie 13 gmin obszaru Między Bugiem a Narwią, jednak do naszej sieci ekoturystycznej dołączyły kolejne dwa obiekty znajdujące w równie pięknie położonej po drugiej stronie Bugu gminie Sabnie. Mamy nadzieję, że zachęcimy Was do częstszego odwiedzania tych jeszcze mało turystycznie rozpoznanych obszarów północno-wschodniego Mazowsza i Doliny Dolnego Bugu. Na tym terenie prężnie działa również Mazowiecko-Podlaskie Stowarzyszenie Agroturystyczne, które wspólnie ze Społecznym Instytutem Ekologicznym i Stowarzyszeniem Gospodarstw agro i ekoturystycznych „Mazowieckie Wierzby” propaguje wdrażanie ekoturystycznych standardów i zarządza Polskim Certyfikatem Ekoturystycznym. Więcej o stowarzyszeniu na www.nawsi.pl

Ekoturystyka w gminie Sabnie

numer 24 (mapa na stronie X)

logo certyfikatu

Ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne „Dabrowka” Małgorzaty i Marka Dąbrowskich, Sabnie, Hołowienki 66 b, tel. 503 38 39 82, 25 787 42 34, www.dabrowscy.agro.pl, mit.dabrowski@interia.pl

Gospodarstwo otrzymało w 2010 r. Polski Certyfikat Ekoturystyczny.

To prawdziwe gospodarstwo rolne z uprawą zbóż, warzyw i hodowlą zwierząt, od lat prowadzone metodami ekologicznymi (certyfikowane przez AgroBiotest od 2003 roku). Agroturystyka jest dodatkiem do głównej działalności, czyli ekologicznej produkcji rolnej i przetwórstwa tradycyjnego. W 2008 r. gospodarstwo zajęło pierwsze miejsce w wojewódzkim konkursie na Najlepsze Gospodarstwo Ekologiczne w kategorii „ekologia-środowisko”. Wyżywienie w gospodarstwie jest oparte na własnych produktach. Specjal-

nością jest zarejestrowana jako produkt tradycyjny doskonała „Kiełbasa Nadbużańska jałowcowa sucha”, która otrzymała w 2006 r. „Perłę” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo”. Gospodarstwo otrzymało także wiele nagród w krajowych konkursach kulinarnych za takie produkty, jak podglebiaki, nalewki (Jarzębiak, Tarninówka), kapuśniak oraz wypieki. Specjały gospodyni to: sękacz wypiekany metodą tradycyjną, pierniki, baby i mazurki. Do dyspozycji gości są trzy wygodne pokoje; łazienka, kuchnia i jadalnia są wspólne. Wokół znajduje się duży teren, nieopodal las. Gospodarze doradzą, co zwiedzić w okolicy, do dyspozycji są rowery. W gospodarstwie można zakupić sezonowe warzywa (ziemniaki, marchew, buraczki, dynie), orkisz (cały rok) oraz orkiszowe poduszki i materace. Na zamówienie organizowane są warsztaty kulinarne dla grup, ponadto gospodarze prowadzą od lat edukację ekologiczną.

numer 25 (mapa na stronie X)

logo certyfikatu

Ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne Marianny i Marka Kuźmy, Sabnie, Grodzisk 88, tel. 514 75 20 64, m.kuzma1806@wp.pl

Gospodarstwo ekologiczne, specjalnością jest mleko kozie, krowie i nabiał - masło, śmietana, sery twarogowe. Produkty z gospodarstwa nagradzane były na wielu konkursach: ser biały otrzymał I miejsce w konkursie o Laur Marszałka Województwa Mazowieckiego i II nagrodę w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo”; sernik otrzymał I miejsce w konkursie na najciekawszy produkt regionalny w kategorii Chleby, Ciasta i Wypieki.

Pokoje dla gości są dopiero w planach, ale można odwiedzić gospodarstwo, spędzić tu cały dzień, zjeść domowy obiad, skosztować nagradzanych w konkursach serników Pani Marianny, wypożyczyć rowery, posiedzieć

przy ognisku lub obejrzyć pokaz wyrobu masła i sera, zwiedzić okolice z przewodnikiem. Należy umówić się telefonicznie.