Dla poszukiwaczy spokoju

sezon: cały rok (najlepsza pora: lato i jesień)

czas: 1 dzień

Kaszubski spokój

Wellbeing tourism

Wybierz się na wycieczkę wellbeing

Podróżowanie to doświadczenia, regeneracja, przyjemność, poczucie harmonii, szczęścia, ekscytacji, a czując się dobrze dodatkowo można również czynić dobro.

Poznaj Kaszuby jako swoje miejsce wellbeing
Nasza trasa została tak zaprojektowana, aby mogła cieszyć oko i pozwalać na aktywny wypoczynek. Starannie ją wybraliśmy, aby zainspirować Ciebie do doświadczania uczciwych ofert wellbeing, które dodatkowo są zrównoważone.

Gościnni gospodarze oraz zapierające dech w piersiach widoki pozwolą Ci zbudować wyjątkowe wspomnienia.

Turystyką wellbeing określa się zrównoważoną turystykę, wspierającą harmonię i równowagę ciała, umysłu i duszy u gości oraz gospodarzy. Kiedy postępujesz właściwie, czujesz się dobrze i rozwijasz swoje wellbeing.

Dlaczego powinniśmy wybierać usługi wellbeing?

Firma wellbeing chroni i dba o dobre samopoczucie lokalnej ludności, swoich pracowników i gości, uwzględniając tradycje, dziedzictwo naturalne i kulturowe. Chętnie udostępnia swoją wiedzę zainteresowanym osobom, traktuje ich z życzliwością i radością. Więcej informacji o firmach i miejscach wellbeing, można znaleźć na stronie **www.wellbeingtourism.com**

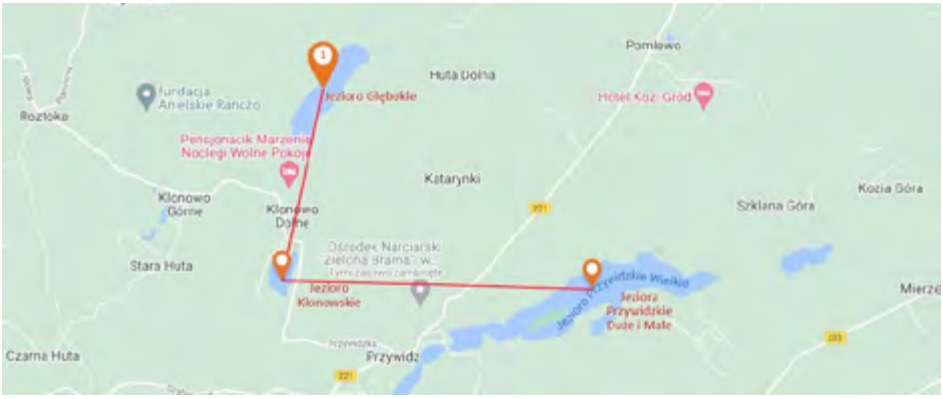
Szlakiem wzdłuż Kaszub – trasa dla poszukujących harmonii – daj się zahipnotyzować charakterystycznemu krajobrazowi i wyjątkowemu pięknu.

Aby w pełni docenić urok Kaszub, warto wybrać się na krótką wycieczkę, na przykład do pobliskiego Przywidza.

Wybierając się tą trasą można poznać piękne i różnorodne miejsca przyrodnicze, takie jak lasy i jeziora. Miejscowi rolnicy oferują tu swoje produkty i usługi, takie jak ekologiczne jaja, grzyby, miód, sery, warzywa, wypożyczają także rowery, kajaki czy łodzie, oferują jazdę konną, kąpiele w baliach, saunę, wędkowanie itp.

Wycieczkę rozpoczynamy nad Jeziorem Głębokim otoczonym lasami i małymi wioskami z cienistymi alejami drzew. Drzewa ściśle oplatają ulicę tworząc nad nią baldachim. To bardzo charakterystyczny element pejzażu Kaszub. Obecnie, drzewa nie tylko stanowią istotną barierę dla hałasu, ale są też niezwykle cennymi siedliskami dla ptaków: kań, myszołowów, szczygłów, krasek, zięb, owadów: np. pachnicy dębowej, porostów, a także korytarze wędrówek dla nietoperzy. Szczególnie piękne są najbardziej rosłe, rozłożyste, najstarsze drzewa z dziuplami.

Zimą ze względu na liczne wzniesienia i dość specyficzny klimat spowodowany wyższym poziomem terenu niż np. w Gdańsku, a także tarczą drzewną, pokrywa śnieżna utrzymuje się tu dłużej niż w okolicy. Kaszuby dzięki wyciągom i dobrze oświetlonym trasom stają się dobrym miejscem do uprawiania takich sportów zimowych tj. narciarstwo biegowe i zjazdowe.



Przystanek 1.

Jezioro Głębokie

Jezioro Głębokie położone jest obok wsi Gałęzów. Jest otoczone pięknymi lasami, dzięki czemu można w pełni korzystać z walorów przyrodniczych Kaszub. Poznaj te tereny podczas pięknego spaceru lub wejdź w harmonię z naturą spokojnie sunąc po wodzie na desce SUP.

W tej okolicy można znaleźć wiele spokojnych miejsc, gdzie można odpocząć na kocu, zabrać ze sobą książkę, krzyżówki lub sudoku i świadomie oddać się rekreacji – to idealny przepis na relaks! Na północno-wschodnim krańcu jeziora znajdziemy przytulną plażę wśród drzew, gdzie jezioro jest płytkie. To kolejne doskonałe miejsce na odpoczynek, piknik lub ćwiczenia jogi, w zależności od upodobań.

Okolice Jeziora Głębokiego to doskonała okazja do rozpoczęcia „mindful hiking" – uważnej wędrówki (patrz karta aktywności). Ponadto, przy odrobinie szczęścia, można z daleka obserwować łosie, jelenie, sarny, daniele i borsuki, żyjące w lasach wokół Przywidza.

2 godziny

Przystanek 2.

Jezioro Klonowskie

Jezioro Klonowskie to spokojne, urzekające jezioro usytuowane wśród malowniczych wzgórz.

To idealne miejsce na letnie i zimowe aktywności oraz spacery z dala od zgiełku dużych kurortów. Ta okolica wygląda wyjątkowo o każdej porze roku. Wybierz się na spacer wokół jeziora, a potem usiądź na kocu i po prostu odpocznij z rozkoszną książką lub gazetą.

Spacer wzdłuż jeziora zaprowadzi Cię do wsi Klonowo Dolne. Jeśli odwiedzisz tą okolicę między marcem a sierpniem, na pewno wypatrzysz bociany w ich gniazdach. Bociany białe chętnie korzystają z okolic, gdzie nie ma dużego zagęszczenia gospodarstw, występują pola uprawne i łąki. Bociany najczęściej można spotkać budujące gniazda lub na polach.

2 godziny

Przystanek 3.

Jeziora Przywidzkie Duże i Małe

Jeziora Przywidzkie to dwa piękne jeziora: Przywidzkie Wielkie i Przywidzkie Małe, oba otoczone piękną malowniczą plażą, lasami sosnowymi i dębowymi na Pojezierzu Kaszubskim.

Po znalezieniu się nad brzegiem jeziora można przejść wzdłuż południowego brzegu lub wybrać się na krótszą wycieczkę wzdłuż słonecznego północnego brzegu. Zanim pójdziesz dalej, zrób sobie przerwę na rozległej, przybrzeżnej polanie, na której postawiono ławki i stoły. To dobre miejsce na odpoczynek, piknik, biwak, czy praktykę jogi.

Zarówno wokół jeziora Przywidzkiego Wielkiego, jak i Przywidzkiego Małego znajdują się niewielkie, piaszczyste plaże idealne dla miłośników letnich i zimowych kąpieli. Są tutaj wypożyczalnie kajaków i łodzi. Z jeziora Przywidzkiego Wielkiego warto odwiedzić wyspę, na której występuje rezerwat przyrody chroniący las bukowo-dębowy.

Jadąc dalej, przez kanał między jeziorami, dotrzesz do mostu. Po jego przekroczeniu należy skręcić w prawo w leśną drogę prowadzącą wzdłuż ośrodków wypoczynkowych, oferujących wiele zimowych atrakcji. Gdy droga zbliży się do Jeziora Przywidzkiego Małego, zobaczysz przyjemny widok na Przywidz, z ceglaną wieżą kościoła, błękitem wody i nieba oraz kolorowymi drzewami. Jeziora są nadzwyczajnie piękne wiosną, kiedy są porośnięte bujną zielenią, ale także w październiku, kiedy na drzewach widać wszystkie kolory jesieni. Zabierz ze sobą zestaw malarski, aby przenieść na płótno tak piękne widoki.

2,5 - 3 godziny

Po więcej inspiracji zajrzyj do naszego Wellbeing Atlas: **wellbeingtourism.com** lub do **kart aktywności**.

Sposób twojego podróżowania ma znaczenie!

Integralną częścią podróżowania jest dotarcie z jednego miejsca w drugie, niezależnie od tego, czy jesteś za granicą, czy podróżujesz lokalnie. Do wyboru jest wiele możliwości, ale jako gość wellbeing, z zamiarem czynienia dobra, warto, abyś wybrał zrównoważony środek transportu. Zrównoważony transport wpływa pozytywnie na środowisko, społeczność i gospodarkę. Na poniższym przykładzie można zobaczyć, jak przemyślany wybór transportu przyczynia się do zmniejszenia emisji CO_2 w przeliczniu na pasażerokilometry. Mamy nadzieję, że taka wiedza przyczyni się do zmiany Twojego podróżowania.

Uwaga: Poniższe opcje transportu służą do celów porównawczych. Sprawdź ich dostępność w miejscu docelowym. W zależności od środka transportu wpływ na sugerowaną długość trasy jest różny.

Wybierz mądrze i zredukuj swój ślad węglowy!

Rower
- 0 g/CO_2
NAJLEPSZY WYBÓR, NIEWIELKI WPŁYW

Rower elektryczny
- 22g/CO_2
NIEWIELKI WPŁYW

Transport publiczny
- 129g/CO_2
UMIARKOWANY WPŁYW

Samochód na biopaliwo
- 68 g/CO_2
UMIARKOWANY WPŁYW

Samochód elektryczny
- 99 g/CO_2
UMIARKOWANY WPŁYW

Samochód
- 259 g/CO_2
WYSOKI WPŁYW

Niniejsza broszura została opracowana w ramach projektu SB WELL – Wellbeing Tourism in the South Baltic Region – Guidelines for Good Practices & Promotion (SB WELL – Turystyka Wellbeing w Regionie Południowego Bałtyku – Przewodnik po Dobrych praktykach i Promocja), współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Interreg Południowy Bałtyk 2014-2020.

Interreg South Baltic

EUROPEAN UNION

European Regional Development Fund

SB WELL

Wyłączną odpowiedzialność za treść niniejszej publikacji i związanych z nią materiałów ponoszą autorzy. Treści te nie stanowią odzwierciedlenia stanowiska Unii Europejskiej, Instytucji Zarządzającej ani Wspólnego Sekretariatu Programu Interreg Południowy Bałtyk 2014-2020.

Zdjęcia: Monika Dmitrzak, Katarzyna Kucharek, Joanna Kohnen, Justyna Janczak, worldisbeatutiful.eu.