

MoDa na MAZOWSZE



MROT

MAZOWIECKA REGIONALNA
ORGANIZACJA TURYSTYCZNA

egzemplarz bezpłatny
Wiosna 2017
[06/2017]

www.modanamazowsze.pl

MAZOWSZE.

serce Polski



PODRÓŻE

ŚLADAMI ZNANYCH
FILMÓW > 10

ROWEREM

PO MAZOWSZU
PŁOCKIM > 22

SMAKI

KOSZYKI

WARSZAWSKI TYGIEL > 26

MAZOWSZE Z WISŁĄ W TLE > 18



TARGI - REGIONY TURYSTYCZNE

NA STYKU KULTUR

17-19
MARCA | 2017
ŁÓDŹ



KALENDARIUM

4 KALENDARIUM MAZOWIECKIE

WYDARZENIA

6 NAJLEPSZE PRODUKTY TURYSTYCZNE
WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO W ROKU 2016

PODRÓŻE

- 8 BRWINÓW MIEJSCE Z TRADYCIĄ
- 10 ŚLADAMI ZNANYCH FILMÓW
– CZYLI PRZEWODNIK „MAZOWSZE NA FILMOWO”
- 14 GDZIE NA MAZOWSZU STRASZY?
- 17 KULTURALNE SIEDLCE
- 18 MAZOWSZE Z WISŁĄ W TLE
- 21 TOUR SALON 2017 – POWIEW LATA
W ŚRODKU ZIMY 17-19 LUTEGO 2017
- 22 ROWEREM PO MAZOWSZU PŁOCKIM

MIEJSCE

26 KOSZYKI – WARSZAWSKI TYGIEL

TRADYCJE I ZWYCZAJE

28 BURACZANE POWIDŁA

INFO

- 30 CZŁONKOWIE MAZOWIECKIEJ REGIONALNEJ
ORGANIZACJI TURYSTYCZNEJ
- 31 MAZOWIECKI SYSTEM INFORMACJI TURYSTYCZNEJ

ZDROWIE I URODA

32 UZDROWISKO KONSTANCIN-ZDRÓJ



Mazowiecka Regionalna Organizacja Turystyczna, ul. Nowy Świat 27/2, 00-029 Warszawa

REDAKTOR WYDANIA: Anna Somorowska,
tel.: +48 22 877 20 10, a.somorowska@mrot.pl

WSPÓŁPRACA – REDAKCJA MAGAZYNU ŚWIAT, PODRÓŻE, KULTURA: Robert Szewczyk, Paweł Klimek, J. A. Kwiatkowski,
REKLAMA: promocja@magazynswiat.pl, KOREKTA: Barbara Dybicz

© Copyright by Magazyn MODA NA MAZOWSZE

ZDJĘCIA: Archiwum MROT, Arch. U.M. w Brwinowie, Uzdrowisko Konstancin, T. Olendzki, P. Klimek, Fotolia.pl – Dejan Gospodarek, fotorince, Tartur Henryk Luckylmages, Andrey Shevchenko, kreatorex, Julia Sokolowska, G. Piaskowski, Michał Leja, Michał Zaranek, FilMOTEKA Narodowa, Farma Iluzji, Młyn Gąsiorowo, Park Rozrywki Julinek, Fundacja Shalom, Jacek Andrzej Kwiatkowski/GOODPRESS.

Niezamówionych materiałów redakcja nie zwraca, a w razie opublikowania zastrzega sobie prawo do ich skracania. Magazyn MODA NA MAZOWSZE® nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam i ma prawo odmówić publikacji bez podania przyczyny. Wszystkie materiały są objęte prawem autorskim. Przedruk materiałów w jakiegokolwiek języku bez wcześniejszej pisemnej zgody Wydawcy jest zabroniony. Wydawca zabrania bezumownej sprzedaży numerów bieżących i archiwalnych Magazynu MODA NA MAZOWSZE®. Działanie wbrew powyższemu zakazowi skutkuje odpowiedzialnością prawną.

WARSZAWA 2017



ZIMOWY POLAND BIKE MARATHON

Marki, Nieporęt, Kobylka

12.02, 19.02, 5.03.2017

Poland Bike Marathon po raz pierwszy startuje w tym roku także zimą! Organizatorem jest twórca letniego cyklu LOTTO Poland Bike Marathon – Grzegorz Wajs. Miłośnicy jazdy na rowerach górskich będą się ścigać w trzech podwarszawskich miejscowościach: 12 lutego w Markach, 19 lutego w Nieporęcie i 5 marca w Kobylce. Na każdym z trzech etapów można walczyć na dystansach FAN (4-7 km) dla dzieci i młodzieży oraz MINI (15-20 km) lub MAX (30-40 km) dla dorosłych.

Więcej informacji:

<http://www.polandbike.pl/news1.php>

IMIENINY KONSTANCJI

Konstancin-Jeziorna

18-19.02.2017

Imieniny Konstancji są obchodzone w Konstancin-Jeziornie co roku na cześć Konstancji z Potulickich Skórzewskiej, matki założyciela podwarszawskiego letniska – Witolda hr. Skórzewskiego. W tym roku będą świętowane wyjątkowo hucznie z okazji 120. rocznicy powstania Konstancina. W programie m.in. warsztaty zielarskie, plastyczne, wyrobu świec i biżuterii, wernisaz wystawy malarstwa i koncert muzyki klasycznej. Na wszystkie atrakcje organizowane w Konstancińskim Domu Kultury wstęp wolny.

Więcej informacji: konstancinskidomkultury.pl/index.php/archives/6554

Imieniny Konstancji

Warsztaty, pokazy, koncert, spotkanie z historią



GAŁA KURPIKÓW 2016

Ostrołęka

20.02.2017

Uroczystość wręczenia nagród osobom i instytucjom zasłużonym dla kultury i tradycji kurpiowskiej odbędzie się w Ostrołęckim Centrum Kultury. Nagrody zostaną przyznane w 10 kategoriach: talent, nauka i pióro, muzyka i taniec, twórczość ludowa, edukacja regionalna, działalność publiczna, pracodawca, promowanie regionu, budzenie tożsamości oraz ochrona dziedzictwa kulturowego.

Więcej informacji: www.kurpie.org



ZAPUSTY NA KURPIACH

Chudek w gminie Kadzidło, Wiejski Dom Kultury

23.02.2017, GODZ. 18⁰⁰

Zapusty na Kurpiach to impreza organizowana od siedmiu lat przez panie z Koła Gospodyń Wiejskich w Chudku, jednej z najstarszych wsi kurpiowskich. Gospodynie przygotowują zabawne scenki i skecze nawiązujące do tradycji i legend kurpiowskich lub satyrycznie komentujące codzienność. Na stołach pojawiają się ostatkowe regionalne pyszności: pączki, faworki, oponki, drożdżaki i pępuhy. Wstęp wolny.

Organizatorzy: Wójt Gminy Kadzidło; Publiczna Biblioteka w Kadzidło – Filia Biblioteczna w Chudku; Koło Gospodyń Wiejskich w Chudku

TROPEM WILCZYM

– BIEG PAMIĘCI ŻOŁNIERZY WYKLĘTYCH

Kozienice, Otwock, Wieliszew, Żyrardów i in.

26.02.2017

Bieg Pamięci Żołnierzy Wyklętych odbywający się pod hasłem „Tropem Wilczym” staje się tradycją. Od pięciu lat organizowany jest w niedzielę poprzedzającą Narodowy Dzień

Pamięci „Żołnierzy Wyklętych” obchodzony 1 marca. Co roku do organizacji Biegu Pamięci przyłączają się kolejne miejscowości. Na Mazowszu jest ich już kilkanaście, najbliższą lokalizację można znaleźć na stronie wydarzenia: tropemwilczym.pl



KONCERT CHOPINOWSKI

Sanniki

26.02.2017

Gwiazdami pierwszego w tym roku Koncertu Chopinowskiego w pałacu w Sannikach będą pianista Hartmut Schneider i wiolonczelista Reinhard Latzko. Widzowie będą mogli również wysłuchać recytacji w wykonaniu Wiktora Zborowskiego. Tradycyjnie koncertowi będzie towarzyszyła wystawa malarstwa. Kolejne wydarzenia w Europejskim Centrum Artystycznym im. Fryderyka Chopina zaplanowano na 5 marca i 2 kwietnia.

Więcej informacji: <http://www.ecasanniki.pl>

KUSAKI, CZYLI OBRZĘD ŚCIECIA ŚMIERCI

Jedlińsk

28.02.2017

Kusaki, czyli obrzęd Ściecia Śmierci, co roku w ostatkowy wtorek kończą na jedlińskim Rynku karnawał. Tradycja wywodzi się prawdopodobnie z „prawa miecza”, które Jedlińsk otrzymał przy lokacji miasta. Inni jako źródło wskazują wywodzący się jeszcze z XVI wieku zwyczaj „ścinania” zimy na zakończenie tej pory roku bądź na zakończenie karnawału. Obecnie Jedlińsk jest jedyną w Polsce i prawdopodobnie także w Europie miejscowością, w której taki obrzęd jest kultywowany.

Więcej informacji: jedlinsk.pl/59,jedlinskie-kusaki.html

KONCERT Z OKAZJI 207. ROCZNICY URODZIN FRYDERYKA CHOPINA

Żelazowa Wola

1.03.2017, godz. 12⁰⁰

Koncerty w rocznicę urodzin Fryderyka Chopina odbywają się co roku w Warszawie, a w 2017 zaplanowano także recital w Żelazowej Woli, w Domu Urodzenia Fryderyka Chopina. Mazurki Fryderyka Chopina wykona na instrumencie historycznym jeden z najwybitniejszych współczesnych pianistów polskich – Janusz Olejniczak. Koncert odbędzie się dzień po otwarciu Domu Urodzenia Fryderyka Chopina po kilkumiesięcznej przerwie związanej z pracami konserwatorsko-renowacyjnymi i będzie transmitowany przez Program 2. Polskiego Radia.

Więcej o koncertach urodzinowych: <http://pl.chopin.nifc.pl/institute/concerts/birthday>



X BIEG KAZIKÓW

Radom

5.03.2017

Bieg Kazików organizowany jest w ramach dni św. Kazimierza – patrona Radomia. Jak co roku trasa będzie prowadziła przez centrum miasta – dwie pętle po 5 km ze startem i metą na ul. Żeromskiego, przed budynkiem Urzędu Miejskiego. Zaplanowano także biegi dla dzieci i młodzieży na krótszych dystansach.

Więcej informacji: portal.radombiega.pl

SKARYSZEWSKI JARMARK KOŃSKI WSTĘPY

Skaryszew

6-7.03.2017

Jarmark Koński w Skaryszewie to największa tego typu impreza w Europie Środkowo-



Wschodniej, jej tradycja sięga XVII wieku. Jarmark przyciąga tysiące uczestników – rolników, hodowców i eksporterów koni oraz wytwórców akcesoriów rymarskich z Polski i zagranicy. Wstępy odbywają się raz w roku: we „wstępny” czyli pierwszy, poniedziałek Wielkiego Postu. W tym roku oddane zostanie do użytku nowe targowisko: ogrodzone, zadaszone, utwardzone i oświetlone, ale z pewnymi ograniczeniami przestrzennymi, stąd dwa dni targowe, czyli oprócz poniedziałku także wtorek.

Więcej informacji: skaryszew.pl



MISTERIUM MĘKI PAŃSKIEJ

Czerwińsk nad Wisłą

11.03-9.04.2017

Czerwińskie „Misterium Męki Pańskiej” należy do najsłynniejszych polskich misterii pasyjnych. W 2014 r. powróciło do Czerwińska nad Wisłą po latach przerwy i przyciąga pątników z całej Polski, którzy przyjeżdżają na wielkopostne rekolekcje u salezjanów z finałem w postaci blisko dwugodzinnego widowiska. We współczesnej inscenizacji klerycy zostali zastąpieni przez profesjonalnych aktorów i muzyków oraz zdolnych amatorów. Tegoroczna inscenizacja wzbogaci się o nowe sceny oraz muzykę wykonywaną na oryginalnych instrumentach pojawiających się na kartach Biblii.

Więcej informacji: misterium.bosko.pl

FESTIWAL MUZYKI JEDNOGŁOSOWEJ

Plock

31.03-2.04.2017

Festiwal prezentuje najstarsze zabytki chrześcijańskiej kultury muzycznej przechowywane w zaciścu klasztornej biblioteki w różnych częściach Europy. Na nowo ożywają w plockiej Bazylice Katedralnej. Obok chorału gregoriańskiego, głównej i najstarszej formy muzycznej liturgii rzymskiej, podczas wieczornych spotkań w katedrze można usłyszeć również muzykę kościołów wschodnich. Wstęp wolny.

Więcej informacji: www.pokis.pl



KIERMASZ WIELKANOCNY

Węgrów, rynek Mariacki

7.04.2017

Organizatorzy: Węgrowski Ośrodek Kultury, Starostwo Powiatowe w Węgrowie



Jacek Andrzej Kwiatkowski

NAJLEPSZE PRODUKTY TURYSTYCZNE WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO W ROKU 2016

Regionalna Kapituła przy Mazowieckiej Regionalnej Organizacji Turystycznej dokonała wyboru najlepszych produktów turystycznych województwa mazowieckiego.

W tym roku uznanie Kapituły i certyfikat „Najlepszy Produkt Turystyczny województwa mazowieckiego” uzyskało 5 produktów: Festiwal Kultury Żydowskiej Warszawa Singera, Farma Iluzji, Młyn Gąsiorowo, Międzynarodowy Turniej Smaków na Zamku w Liwie oraz Park Rozrywki Julinek.

FESTIWAL KULTURY ŻYDOWSKIEJ „WARSZAWA SINGERA”

Jeden z niewielu festiwali w Polsce i Europie, który oferuje tak bogaty program kulturalny i edukacyjny, prezentujący wspólną 1000-letnią historię Polaków i Żydów. Na wydarzenie składają się koncerty od muzyki klasycznej, synagogalnej, klezmerskiej, ludowej po awangardową muzykę współczesną, film, teatr, literatura, sztuki plastyczne, spotkania z ciekawymi ludźmi, warsztaty, spacerki oraz duże imprezy plenerowe. Impreza daje wyjątkową możliwość bezpośredniego udziału w wydarzeniach opisujących obrzędy religijne oraz żydowskie zwyczaje, np. Shabbat Shalom, Żydowski Jarmark, Uroczystą Hawdalę, zwiedzanie synagogi, spotkanie i bezpośrednią rozmowę z rabinem. Festiwal z 13-letnią tradycją każdego roku przyciąga około 60 tys. widzów z Polski i z zagranicy.

Miejsce: plac Grzybowski, Warszawa
Termin: 26 sierpnia – 3 września 2017
Szczegóły: www.festiwalwarszawa.pl

INFO



FARMA ILUZJI

Jedyny w Europie park rozrywki, którego tematem przewodnim jest iluzja. Farma gromadzi ponad 60 atrakcji przeznaczonych zarówno dla dzieci, jak i dla dorosłych: konstrukcje przeczące prawom fizyki, muzea iluzji i egipskie, unikatowa Kopalnia Złota, park doświadczeń, rezerwat smoków z ruchomymi figurami, kolejki, labirynty, park linowy, karuzele, place zabaw, plaża. Podczas wakacji przedstawiane są pokazy iluzji oraz odbywają się duże widowiska plenerowe. Park wyróżnia się wypoczynkowym charakterem – nie ma tu sztywno wytyczonych alejek, goście mogą rozłożyć koce i urządzić rodzinny piknik. W sklepiku dostępne są także specjalne gadżety i rekwizyty iluzjonistyczne.

Miejsce: Mościska 9, 08-455 Trojanów (85 km od Warszawy)
Sezon: start od 22 kwietnia 2017
Szczegóły: www.farmailuzji.pl

INFO

MŁYN GAŚIOROWO

Ośrodek to autentyczna, dawna zagroda młynarska rozbudowana i przystosowana do współczesnych potrzeb. Specjalizuje się w organizacji imprez firmowych, spotkań rodzinnych, szkoleń, konferencji, pikników in-



tegracyjnych. Organizuje także wycieczki szkolne jednodniowe, zielone szkoły, ferie, kolonie, wczasy dla mam z dziećmi i tradycyjne polskie wesela. W ośrodku w piękny sposób kultywowana jest tradycja Mazowsza na niwie kulinarniów, obyczajów, obrzędowości, kultury i sztuki ludowej. W Gospodzie Gąsiorówka króluje tradycyjna kuchnia polska, potrawy i produkty regionalne w otoczeniu autentycznego wystroju. Zajęcia edukacyjno-rozrywkowe dla dzieci i młodzieży realizowane są przez cały rok, a imprezy plenerowe mogą zgromadzić nawet 3000 uczestników.

Miejsce: Gąsiorowo 25, 06-150 Świercze (68 km od Warszawy)
Sezon: wiosna-jesień, zima po uzgodnieniu
Szczegóły: www.mlyn-gasiorowo.pl

INFO

PARK ROZRYWKI JULINEK

Park znajduje się na terenie dawnej bazy cyrkowej w Julinku, w sercu Kampinoskiego Parku Narodowego – miejscu o wyjątkowych walorach przyrodniczych i krajoznawczych. Oferuje duży wachlarz atrakcji, m.in.: park linowy „Podniebny Cyrk”, w którym znajduje się 7 tras, w tym 2 trasy dla najmłodszych, minigolf z 18 torami cyrkowymi na powierzchni ok. 1000 m², krainę dmu-



chańców z 30-metrową zjeżdżalnią wodną i torem do skimboardingu, boiska sportowe, wypożyczalnię rowerów i kijów do nordic walking, strefę animacji dla najmłodszych oraz gastronomię na wolnym powietrzu i włoską restaurację. Park organizuje imprezy integracyjne, konferencje i szkolenia, urodziny oraz imprezy okolicznościowe, a w każdy weekend sezonu atrakcyjne rodzinne pikniki tematyczne, np. cyrkowe, rycerskie, pirackie.

Miejsce: Julinek 1, 05-084 Leszno k. Warszawy
(36 km od Warszawy)
Sezon: cały rok
Szczegóły: www.julinek.com.pl

INFO



MIĘDZYNARODOWY TURNIEJ SMAKÓW NA ZAMKU W LIWIE

Turniej odbywa się na podzamczu Zamku w Liwie, na historycznej granicy Mazowsza i Podlasia. Impreza ma na celu prezentację i kultywowanie bogatej tradycji kulinarnej regionów, przez które przebiega Szlak Wielki Gościniec Litewski – od Mazowsza i Podlasia, po Grodzieńszczyznę i Wileńszczyznę. Imprezę licznie odwiedzają rodziny z dziećmi, pasjonaci kuchni regionalnej, wczasowicze i turyści. Turniej ma charakter plenerowy, a wśród atrakcji są m.in. międzynarodowy konkurs kulinarny, spotkania pasjonatów kuchni, warsztaty kulinarne dla dzieci, prezentacje, degustacje, sprzedaż wyrobów kulinarnych. Dodatkową atrakcją są: Muzeum Zbrojownia Zamku w Liwie oraz możliwość skorzystania ze ścieżki rowerowej oraz spłynięcia kajakami urokliwą rzeką Liwiec.

Miejsce: Zamek w Liwie, ul. S. Batorego 2, 07-100 Liw
(74 km od Warszawy)
Termin: 25 czerwca 2017
Szczegóły: www.wielkigooscinielitewski.pl

INFO



BRWINÓW

MIEJSCE Z TRADYCJĄ

PRZYJAZNA
POLSKA

Gmina Brwinów zachowuje tradycje przedwojennego letniska. W zielonej, zacisznej okolicy chętnie osiedlają się nowi mieszkańcy, a turyści mają do wyboru wiele możliwości ciekawego spędzenia czasu.

W 2016 r. gmina zdobyła wyróżnienie w programie Przyjazna Polska jako kraina historii i kultury.

PÓŁ GODZINY OD STOLICY

13-tysięczne miasto Brwinów, z tradycją przedwojennego letniska i willową zabudową, zachowuje swój charakterystyczny klimat. Powstają też nowoczesne, a zarazem kameralne osiedla mieszkaniowe. Nowych mieszkańców przyciąga cisza, spokój, piękno obszarów chronionego krajobrazu i dobre połączenia ze stolicą. Z punktu widzenia Warszawy gmina Brwinów jest znakomitą odskocznią od wielkiego miasta. Pół godziny – tyle czasu potrzeba, by z Warszawy dotrzeć do Brwinowa, jadąc autostradą A2 lub pociągami Kolei Mazowieckich. Ze stolicy prowadzi tutaj także droga wojewódzka 719, przedłużenie Alei Jerozolimskich. Do miejscowości położonych w południowej części gminy Brwinów (są to m.in. Kanie, Otrębusy, Owczarnia) dojechać można popularną podmiejską kolejką WKD – Warszawską Koleją Dojazdową. Warto wybrać się na wycieczkę rowerową po okolicy.

W MATECZNIKU „MAZOWSZA”

Można wybrać się do pobliskich Otrębusy, by odwiedzić siedzibę zespołu „Mazowsze” lub Muzeum Motoryzacji i Techniki. Kto nie słyszał o „Mazowszu”? Zespół od 65 lat koncertuje w Polsce i podróżuje na zagraniczne tournée, prezentując piękno ludowych pieśni i tańców z różnych regionów. Zabytkowy zespół parkowo-pałacowy Karolin zachęca do spacerów i przypomina o założycielach „Mazowsza”. Pomnik dyrygującego Tadeusza Sygietyńskiego – kompozytora i miłośnika folkloru – jest ozdobą karolińskiego parku.

We wnętrzu pałacu czuć jeszcze obecność Miry Zimińskiej-Sygietyńskiej – aktorki przedwojennej sceny, która przez kilkadziesiąt lat szefowała zespołowi. Państwowy Zespół Ludowy Pieśni i Tańca „Mazowsze” należy do największych na świecie baletowych zespołów tańca ludowego, sięgających do bogactwa narodowych tańców, piosenek, przyspiewek i obyczajów. Dzisiaj korzysta zarówno z zabytkowej siedziby „Karolin”, jak i oddanego do użytku w 2009 r. centrum folklorystycznego „Matecznik Mazowsze”, które dysponuje nowoczesną sceną i salą widowiskową na 580 miejsc. Na gościnne występy przyjeżdżają tu zespoły i artyści z całej Polski.

300 POJAZDÓW Z RÓŻNYCH EPOK

Tuż przy drodze wojewódzkiej nr 719 znajduje się Muzeum Motoryzacji i Techniki. Przejeżdżający widzą zaparkowane przy poboczu czerwone piętrowe autobusy. Jest to największa tego typu placówka w Polsce. Zbiory obejmują około 300 pojazdów z różnych epok i ponad 5000 rekwizytów. 95% eksponatów jest sprawnych technicznie i udostępnianych, często wypożyczanych do filmów oraz programów telewizyjnych. W kolekcji znajdują się również nowsze samochody, należące do znanych osobistości polityki i kultury.

W Internecie:

www.brwinow.pl, www.facebook.com/Brwinow
www.mazowsze.waw.pl
www.muzeum-motoryzacji.com.pl

INFO

fot. arch. U.M. w Brwinowie

Muzeum Motoryzacji i Techniki



Brwinów – Rynek



Karolin



Radom

na ekranie

1958 - „Pigułki dla Aurelii”
reż. Stanisław Lenartowicz

1967 - „Kontrybucja”
reż. Jan Łomnicki

1973 - „Nagrody i odznaczenia”
reż. Jan Łomnicki

1979 - „Dyrygent”
reż. Andrzej Wajda

Andrzej Wajda był mocno związany z Radomiem. To miejsce, w którym reżyser spędził szkolne lata. I to właśnie w tym mieście rozgrywa się akcja filmu „Dyrygent”. Wajda zabiera nas w filmową podróż po głównej ulicy Radomia - Żeromskiego.

1992 - „Szwadron”
reż. Juliusz Machulski

2013 - „W ukryciu”
reż. Jan Kidawa-Błoński

Radomskie Miasto Kazimierzowskie stanowiło istotny element filmu Jana Kidawy-Błońskiego „W ukryciu”. Reżyser oprowadza nas po radomskim Rynku i okolicznych uliczkach. Pozostającą w klimacie czasów II wojny światowej architektura stała się tłem dla historii o zakazanej miłości.

Radom, to także miasto festiwalu filmowych. W tym roku zapraszamy Państwa na X już edycję **Kameralnego Lata**. To doskonała promocja młodego polskiego kina, a także okazja do nabycia nowych umiejętności w trakcie warsztatów filmowych.

Film towarzyszy radomianom również zimą podczas Przeglądu Filmowego **Koksownik**, w którym dominuje kino niełatwe w odbiorze, zaangażowane społecznie.

2-8 lipca 2017

X OGÓLNOPOLSKIE SPOTKANIA FILMOWE
KAMERALNE LATO

8-13 grudnia 2017

XI ZIMOWY PRZEGŁĄD FILMOWY **KOKSOWNIK**

www.radom.pl

radom
siła w precyzji



Plener z filmu „Rejs”



Plener z filmu „Noce i dnie”



Plener z filmu „CK Dezerterzy”

ŚLADAMI ZNANYCH FILMÓW – CZYLI PRZEWODNIK „MAZOWSZE NA FILMOWO”

Gdzie się mieści parafialny kościół ojca Mateusza, gdzie Himilsbach z Maklakiewiczem prowadzą dialog o polskim kinie, a gdzie Andrzej Wajda wyczarował mickiewiczowski zamek Horeszków? Na to i wiele innych pytań znajdziemy odpowiedź w nowym przewodniku samorządu województwa mazowieckiego „Mazowsze na filmowo”, który jest kontynuacją projektu pod tym samym tytułem.

Przewodnik nie ogranicza się jednak do filmowych ciekawostek, ale prowadzi czytelnika w różne ciekawe zakamarki Mazowsza, zachęcając do odwiedzenia interesujących miejsc w regionie. Przy okazji otrzymujemy garść praktycznych informacji: gdzie dobrze zjeść, gdzie wybrać się na eskapadę rowerową albo wyprawę kajakiem. Wszędzie towarzyszą nam kultowe filmy i seriale, co jeszcze dodaje smaku podróżom po jakże różnorodnym kulturowo i przyrodniczo województwie.

Mazowsze to region wyjątkowo bogaty w produkcje filmowe i telewizyjne. W Warszawie i całym regionie powstało ich kilkaset i ciągle powstają nowe. Przewodnik „Mazowsze na filmowo” prowadzi nas najpierw na spacer po lewo- i prawobrzeżnej Warszawie. I tak, spacerując od Ogrodu Saskiego w kierunku Starego Miasta, możemy poznać urok dostojnej ulicy Senatorskiej, z jej historią, dawnymi magnackimi rezydencjami, ale również kręconymi w tym miejscu filmami. Mało kto wie na przykład, że zabytkowe krużganki przy kościele świętego Antoniego Padewskiego to ulubiony plener filmowców. To tutaj pułkownik Kukliński (Marcin Dorociński) odbywa swoje tajne spotkania z przedstawicielem amerykańskiego wywiadu w sensacyjnym thrillerze „Jack Strong” Władysława Pasikowskiego. Kilka kroków dalej – na placu Teatralnym, przed kamienicą Bruna – doszło do gangsterskich porachunków w serialu „Głina” tego samego reżysera. Ale czytelnik-turysta dowie się jednocześnie, że w tym miejscu toczyły się zażarte walki w czasie Powstania Warszawskiego – zakończone udanym przebicciem się powstańców ze Starego Miasta do Śródmieścia.

fot. Filnoteka Narodowa

W podobny sposób autorzy przewodnika podchodzą do spaceru po warszawskiej Pradze oraz interesujących lokacjach na całym Mazowszu. Bo przykładowo tak znane tytuły filmowe, jak komedia „C.K. Dezerterzy”, superprodukcje „Bitwa Warszawska” i „Pan Tadeusz”, mogą

zachęcić do weekendowej wycieczki nad Wisłę i Narew, aby poznać historię słynnej Twierdzy Modlin. W Twierdzy można poza tym wypożyczyć rowery i całą rodziną – albo w gronie przyjaciół – pojeździć po malowniczej okolicy. Podobnie atrakcyjnie jawi się Płock, stolica regionu. Bo nie ma nic piękniejszego, niż pospacerować nocą bulwami nadwiślańskimi i podziwiać pięknie oświetlone Stare Miasto, efektowne płockie moło czy iluminację mostu im. Józefa Piłsudskiego. (Stalowy most podświetlony jest w kolorach miejskiej flagi i jest najdłuższą kolorową iluminacją mostową w Europie). A to dopiero początek płockich atrakcji! Wiele osób nie miało być może okazji nacieszyć się urokami miasta i okolic, gdyby nie przyciągnęły ich powstające tutaj filmy i seriale: „Stawka większa niż życie”, „Zielona miłość” czy „Szatan z siódmej klasy”. Przykładów atrakcyjnych turystycznie miejsc, w których dodatkowym magnesem są filmy i seriale, jest na Mazowszu mnóstwo. Pomysłodawcy przewodnika wybrali z konieczności nieco ponad 20 – ich zdaniem najbardziej interesujących. Magia kina działa. Odwiedzający średniowieczny zamek w Czersku co rusz pytają przewodnika: – Czy to prawda, że tutaj kręcono „Wiedźmina”? Wyznawcy kultury wyższej mogą się trochę zżymać na podobny kontakt z kulturą i historią, ale takie mamy – obrazkowe – czasy. Głupotą byłoby nie wykorzystać tego zjawiska w turystyce.

„Mazowsze na filmowo”.
Wydawca: UMWM (MROT),
2017. Autor: Marek Szymański.
Współpraca: Adam Jasiński.
Dostępność przewodnika:
punkty informacji turystycznej
w Warszawie i na Mazowszu



ODKRYJ NA NOWO WARSZAWĘ CHOPINA



Przez całe dekady Chopin kojarzył się przede wszystkim z elitarnymi koncertami dla miłośników muzyki poważnej. Dziś ze słynnym polskim kompozytorem mogą się zaznajomić także młodzi turyści, którzy na co dzień zdecydowanie częściej niż klasyki, słuchają hip-hopu czy popu. Poznaj Warszawę Chopina w zupełnie nowej odsłonie!

Związki Chopina z Warszawą są niezaprzeczalne: to właśnie tu Fryderyk spędził połowę 39-letniego życia, rozwinął niezwykle talent, zdobywał wykształcenie muzyczne i debiutował jako 8-latek, wzbudzając zachwyt publiczności i prasy. Do dziś w stolicy można napotkać dziesiątki miejsc związanych z Chopinem i zasłuchać się w jego muzykę podczas licznych festiwali i recitali. O tym, że kompozytor wciąż żyje w kulturze i inspirować kolejne pokolenia, świadczy choćby Międzynarodowy Konkurs Chopinowski, który wzbudza ogromne emocje nie tylko w Polsce, ale i za granicą.

WARSZAWA CHOPINA ZE SMARTFONEM W DŁONI

Popularność artysty wkracza również do świata nowych technologii: specjalnie z myślą o turystach stworzono wyjątkowe narzędzia, które umożliwią zwiedzanie stolicy Fryderyka w niesztampowy sposób. Szczególna niespodzianka czeka na miłośników popularnych wśród młodzieży „selfie”. Dostępna dla właścicieli telefonów z systemami operacyjnymi iOS i Android aplikacja „Selfie with Chopin” pozwala wykonać fotografię, na której – oprócz autora – automatycznie pojawi się także wirtualna postać młodego kompozytora. Fryderyk czeka na odwiedzających w kilku eleganckich i modnych wcieleniach. Aby zrobić zdjęcie, wystarczy stanąć w pobliżu jednej z siedmiu lokalizacji związanych z artystą: m.in. Kampusu Głównego UW, Ogrodu Saskiego, Pałacu Ostrogskich, gdzie obecnie mieści się Muzeum Fryderyka Chopina czy domu urodzenia twórcy w Żelazowej Woli. Kompozytor wita również podróżnych z całego świata na stołecznym lotnisku swojego imienia.



„Chopin in Warsaw” to z kolei aplikacja z audio-przewodnikiem, dzięki której turysta dotrze do zakątków, w których bywał i koncertował kompozytor. Nowoczesna technologia Augmented Reality pozwala użytkownikom przenieść się do wirtualnego saloniku Chopinów oraz zobaczyć nieistniejący już Pałac Saski, w którym mieszkał kompozytor. XIX-wieczne ryciny przenoszą nas w atmosferę Warszawy czasów Fryderyka. Aplikacja jest także idealnym rozwiązaniem dla osób poszukujących ciekawych wydarzeń poświęconych artyście: w jednym miejscu znajdą informacje o międzynarodowych festiwalach, koncertach i wystawach.



CHOPIN W 9 JĘZYKACH

Dla turystów z całego świata doskonałym źródłem informacji jest strona www.chopin.warsawtour.pl. Wirtualny spacer po stolicy, kalendarz imprez i zaskakujące ciekawostki z życia Fryderyka – to tylko niektóre atrakcje dostępne w 9 językach, w tym tak egzotycznych, jak chiński i japoński. Szczególnie interesująca jest zakładka „Wczoraj i dziś”, dająca możliwość porównania aktualnych zdjęć Warszawy z rycinami sprzed dwóch wieków i zobaczenia, jak bardzo zmieniło się miasto, odkąd jego ulicami przechadzał się słynny kompozytor. Na stronie obejrzymy także filmowe zaproszenie na letnie koncerty chopinowskie w Łazienkach Królewskich – świetną propozycję dla młodych turystów odwiedzających Warszawę.



Odwiedź stronę:
chopin.warsawtour.pl



Znajdź nas także na:

f /warsaw t /ewarsaw
i /fall_in_love_with_warsaw

Oficjalny portal turystyczny
m. st. Warszawy
www.warsawtour.pl

Projekt realizowany przez Stołeczne Biuro Turystyki we współpracy z Biurem Funduszy Europejskich i Rozwoju Gospodarczego jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego 2007-2013. Partnerami projektu są Narodowy Instytut Fryderyka Chopina i Uniwersytet Warszawski.



ANNA KŁOSSOWSKA

Pałac Sobańskich w Guzowie

GDZIE NA MAZOWSZU STRASZY?

**Żółta Dama z Liwu,
para kochanków
z Chlewisk, czarny brytan
z Ciechanowa.
W ruinach zamczysk
i pałacach w regionie
zjawy rywalizują ze sobą
na frapujące
historie z ich doczesnego
życia.**

Czy wiecie, że podczas pełni po zamku w Czersku miota się duch królowej Bony, która na darmo szuka rozsypanych niegdyś pereł z naszyjnika? W lochach tego zamczyska znajdują się skrzynie z kosztownościami Konrada Mazowieckiego. Po pałacu w Wilanowie przechadza się późnowieczorową porą pan w cylindrze, a w jednej z sal zasiada nobliwa dama w czarnej sukni. W pałacu Przebendowskich w Warszawie, bardziej kojarzonym jako siedziba dawnego Centralnego Muzeum im. Lenina, a dziś Muzeum Niepodległości, w jednym z okien pojawia się Chińczyk, będący wyraźnie pod wpływem... narkotyku. Chcecie poznać więcej mazowieckich legend wprasowanych w wielowiekowe mury – to poczytajcie.

POKUTUJĄCY HITLEROWCY

Jest taka noc w roku, gdy remontowany właśnie pałac Sobańskich w Guzowie zapelnia cały oddział dusz utraconych. Kto je widział zza niedomkniętych okiennic, to mógł rozpoznać postrzępione, niemieckie mundury. Żołnierze-mary z poszarzałymi twarzami tułają się po odnawianych komnatach, oglądają ściany, smutno kiwają głowami.

fol. Dejan Gospodarek



Zamek w Czersku

A był czas, kiedy jako żywi przekroczyli te progi, aby wraz z samym Adolfem Hitlerem świętować, właśnie w Guzowie, zdobycie Warszawy. Chlali, strzelali do portretów, tłukli kryształ, rabowali, nieczuli na to, że niszczą prawdziwy klejnot renesansowej architektury, który zakochany w zamkach nad Loarą Feliks Sobański tu wystawił w połowie XIX w., rozbudowując znacznie skromniejszą, późnobarokową wcześniej siedzibę. „Czerwona zaraza”, armia sowiecka wkraczająca do Polski pod sztandarami wyzwoliciela, dokończyła dzieła dewastacji. Dziś pałac znów wrócił do Sobańskich, a ci starają się mu przywrócić dawny blask. Czy to im się uda i czy wtedy znikną na zawsze duchy pokutujących za swe nieczne czyny? A wraz z nimi postać tajemniczego stróża, który też pojawia się w tę jedną noc w parku i ostrzega, aby wówczas nie zbliżać się do pałacu.

SKARB ZA PSA POGŁASKANIE

Jeszcze w czasach, gdy ciechanowiecki zamek uchodził za niezdobyty, na długo przed szwedzkim potopem, który zamienił go w zgłiszczą, żył sobie pośród murów rycerz Sulimir. Jednak kodeksu swojego stanu ani myślał przestrzegać, na wojny nie chciał mu się wybierać, a tylko do kielicha zaglądał i wiejskie dziewczki bałamucił. Za to występne życie został przemieniony w czarnego brytana, prawdziwą bestię, na którą o północy można się natknąć na zrewitalizowanych murach. Ujada toto okrutnie, aż ciarki po plecach przechodzą. Legenda jednak mówi, że

gdy znajdzie się człek prawego serca, który swoje życie innym zawsze poświęcał, to może psa śmiało pogłaskać, a wtedy czar pryśnie. Wówczas zobaczy drzwi do lochów, w których skryte są skarby nieprzebrane, a może i baryłeczkę przedniego miodu wraz z przywróconym światu rycerzem Sulimirem wypije?

O ŻONIE GŁOWY POZBAWIONEJ

Ludwika z Szujskich Kuczyńska, żona kasztelana litewskiego Michała Kuczyńskiego rezydującego na zamku w Liwie, piękna nie była. Pokazuje to konterfekt damy zdołający ściany dzisiejszego muzeum. A jednak małżonek był o nią chorobliwie wręcz zazdrosny. Podejrzał niewiastę o nieczne igraszki z każdym mężczyzną, również dworzanami. Czy miał podstawy? Trudno dziś stwierdzić. Jedno

Zamek w Ciechanowie





Pałac Odrowążów w Chlewickach

jest pewne, gdy nadarzyła się pierwsza okazja do posądzenia kobiety o zdradę, pan na Liwie ją wykorzystał. Nie wykluczone, że podlegany przez zazdrosną o swą panią dwórkę lub – jak chce inna wersja wydarzeń – intrygujący za plecami pary dwór.

Powód zdawał się błahy – damie zginął brylantowy pierścień, a według innej wersji legendy, aż trzy pierścienie – jeden po drugim, będące prezentem od Ludwika. Rozjuszony tym faktem kasztelan kazał żonę zamknąć w wieży i poddać próbie. Swojej niewinności mogła dowieść tylko w jeden, absurdalny sposób – przewiercić się przez noc palcem przez grube mury, czego naturalnie nie udało jej się uczynić. Następnego ranka została więc przez katedrę mieczem, podobnie jak nieszczęsna Anna Boleyn, żona Henryka VIII. Z racji wysokiego urodzenia obie białogłowy zyskały w chwili śmierci jeden, acz wątpliwy „przywilej”, uniknęły katowskiego topora. Historia w przypadku Ludwika milczy wszelako, czy egzekutor sprawnie się mieczem potrafił posługiwać.

Przypadek zechciał, że w tydzień po krwawym wydarzeniu jeden ze sług znalazł w parku spadłe z drzewa, sroczę gniazdo, a w nim pierścienie. Zrozpaczony kasztelan, nie mogąc uporać się z wyrzutami sumienia, popełnił samobójstwo, rzucając się z wieży, w której wcześniej więził żonę. Liczni świadkowie opowiadają, że w księżycowe noce w okolicach wieży bramnej, która jako jedyna zachowała się z dawnego zamczyska, przechadza się duch Ludwika w sukni świecącej na żółto. Stąd w okolicy została nazwana Żółtą Damą.

JĘKI Z Tatarskiego Lochu

Bywa, że w szczególnie cichą noc gość pięciogwiazdkowego hotelu Manor Spa Pałac Odrowążów w Chlewickach usłyszy płacz. Niech wówczas nie przewraca się na drugi bok, myśląc, że to niewinne kwilenie dziecka gości zza ściany. Gdy nastawi dobrze ucha, zrozumie, że jęki dobiegają od strony piwnic. Pamiętają one jeszcze czasy, nim zamek został przekształcony w wystawną rezydencję szlachecką i należał do rodu Chlewickich. To gdzieś w czeluściach tajemniczych lochów, wydrążonych przez jeńców tatarskich, zamurowany został Kostek Chlewicki przez swojego ojca. Ten bowiem nie mógł mu darować, że młodzian wzgardził ręką damy ze swojej sfery i zaprzagnął ożenku z wieśniaczką. Cóż z tego, że ołsniewała urodą – dla starego Chlewickiego nie było to ważne. Dlatego wołał oboje skazać na męczeńską śmierć w lochach niż ród okrzyk sromoty.

Zamek-Zbrojownia w Liwie



fort. Tatar Henryk – fot. Jolanta T. Oleś

KULTURALNE SIEDLCE

Nowa jakość



Najcenniejszy obraz z kolekcji Muzeum Diecezjalnego w Siedlcach, Ekstaza św. Franciszka pędzla El Greca, przez ostatnie kilka miesięcy był nieobecny na wystawie stałej. Został on w tym czasie poddany konserwacji przez pracownię przy Muzeum Narodowym w Krakowie. Pierwsza gruntowna konserwacja po odkryciu malowidła została przeprowadzona w 1974 roku w Warszawie. Przez ten okres pociemniała

i pożyłkła warstwa werniksu, także należało zabezpieczyć dzieło przed wpływem czynników zewnętrznych.

Ekipa Muzeum Narodowego składała się z zespołu konserwatorów, historyków sztuki, a także fizyków i chemików. Najpierw przeprowadzono badania fizyko-chemiczne, mające na celu ocenę stanu zachowania obrazu. Na ich podstawie przeprowadzono konserwację i restaurację. Przede wszystkim zdjęto warstwę werniksu, która zaburzała oryginalne kolory. Uzyskano w ten sposób oryginalną, chłodną kolorystykę, która jest typową dla El Greca malującego św. Franciszka. Odkryto i wyeksponowano czerwone linie, które biegną z prawego górnego rogu obrazu i są zobrazowaniem Boskich promieni stygmatyzujących świętego. Odwinięto także płótno ze starego krosna, co spowodowało powiększenie malowidła o ok. 7% powierzchni, natomiast brakujące warstwy malarskie z marginesów zrekonstruowano. Usunięto także stygmat przebitego boku (czerwona plama na piersi), który okazał się późniejszym dodatkiem. Kolejnym przełomowym odkryciem było odsłonięcie szczątkowych fragmentów trzeciego słowa sygnatury (gr. epoei – wykonał). W ten sposób cały podpis autora: „Domenicos Theotocopoulos epoei” potwierdza autentyczność obrazu. Na koniec wykonano nową ramę dla obrazu, która stylistycznie pasuje do czasu powstania dzieła i jeszcze lepiej je eksponuje.

Dzieło Ekstaza św. Franciszka będzie oficjalnie wystawione 21 stycznia 2017 roku. Zapraszamy do Muzeum Diecezjalnego w Siedlcach, aby na nowo zachwycić się tym jedynym w Polsce malowidłem El Greca.

KS. MICHAŁ MOŚCICKI
DOKTORANT HISTORII SZTUKI, KUL



Spektakl Teatru ES przygotowany z myślą o najmłodszych. Przedstawienie jest wędrowną po Siedlcach, opisuje historię miasta i zmian jakie się w nim w ostatnich latach dokonały. „Bajkowe Siedlce Nasza mała Ojczyzna”

to lekcja lokalnego patriotyzmu. Przewodnikami po Siedlcach są dwaj główni bohaterowie - Kot Bruno oraz Atanazy przybysz z daleka, obieżyświat, który postanawia zostać w Siedlcach na dłużej. Bo są ... piękne.



Jacek Andrzej Kwiatkowski

MAZOWSZE Z WISŁĄ W TLE

Mazowsze położone w środkowym dorzeczu Wisły jest krainą wymarzoną dla miłośników różnorodnych form wypoczynku nad wodą. Znajdą tu coś dla siebie zarówno wielbiciele natury, malowniczych krajobrazów i aktywności fizycznej, jak i osoby, które wolą uroki zabytkowej architektury, historyczne ciekawostki oraz wycieczki gondolą.

To właśnie rzeki i ich doliny kształtują mazowieckie krajobrazy. Wiele z nich, w tym sama Wisła, a także Pilica, Narew, Bzura i Liwiec, są idealne do uprawiania kajakarstwa. Z perspektywy wody można podziwiać nie tylko piękno przyrody, ale także niezwykle zabytki: twierdzę Modlin i zamek w Liwie. Na mniej zaawansowanych kajakarzy i na rodziny z dziećmi czeka bezpieczna i niezbyt głęboka, za to urokliwa Jeziorka.

Miłośnicy żeglarstwa również mogą uprawiać na Mazowszu swój ulubiony sport: w sezonie na przystaniach Zalewu Zegrzyńskiego cumuje półtora tysiąca jachtów! Początkujący mogą skorzystać ze szkółek żeglarskich, a na tych, którzy nie przepadają za pływaniem, czekają tereny rekreacyjne oraz szlaki spacerowe i rowerowe.

Nad wodą można wypocząć także w mieście, nazywanym Wenecją Mazowsza, dzięki położeniu na wyspie otoczonej odnogami Narwi, po której można popływać urokliwymi gondolami.

Zapraszamy na wyprawę po wodach Mazowsza! W tym numerze skupimy się na najciekawszych turystycznych atrakcjach poza głównym wiślanym nurtem.

WKRA, NAREW, WISŁA – KRAINA TRZECZ RZEK

To prawdopodobnie jedyna okazja w Polsce, aby podczas niezbyt wymagającego, jednodniowego spływu płynąć aż trzema rzekami. A każda z nich inna! Wkra płynie z Mazur i wije się wśród lesistych pagórków. Na-

rew to odcinek wśród łąk poniżej zapory w Dębem zapewniający kontakt z przyrodą. A Wisła to wyjątkowy odcinek rzeki będący jednym z elementów fortyfikacji Twierdzy Modlin. Tutaj jest też możliwość zwiedzenia warowni oraz podziwiania Krainy Trzech Rzek z najwyższej w okolicy Wieży Tatarskiej.

Pomieczówek i Wkra

– więcej informacji o możliwościach spływów

www.facebook.com/kajaki-wkra

Nowy Dwór Mazowiecki

– najlepsi organizatorzy spływów zapewniający kajaki oraz cykliczne imprezy kajakowe w doskonałej kompanii, również zimą!

Narew – www.kajaki-dylewski.pl

Wisła – www.spływy.kajakowe.pl

INFO

PILICA – NA CZTERY PORY ROKU

Pilica dostępna dla turystyki kajakowej to ponad 325 km. Na terenie Mazowsza trasa ma ok. 60 km, czyli na 1-3 dni spływu. Najważniejsze punkty pośrednie spływów to Nowe Miasto, Białobrzegi, Warka, Mniszew. Atrakcją dla odważnych są spływy kajakowe zimą.

W samej Warce jest pięć firm oferujących organizację spływów. Łącząc swoje siły, mogą jednorazowo oddać do dyspozycji gości ponad 500 kajaków. W niektóre weekendy sezonu to prawdopodobnie najliczniejsze imprezy kajakowe na Mazowszu.

Warka

– Nad Pilicę – wypożyczalnia kajaków i rowerów

www.nadpilice.pl

INFO

LIWIEC – MEANDRY Z LEGENDAMI W TLE

Liwiec jest jedną z najpiękniejszych rzek polskiego nizu

Spływ Pilicą



w dolinie, w której zachowały się wysokie walory krajobrazu, flory i fauny. Spływ dostarcza wielu wrażeń i emocji przy wymijaniu zwalonych drzew i sterczących pali. Jednodniowa trasa z Wyszkowa do Węgrowa to około 6 godzin na rzece. Dodatkowe atrakcje to ognisko z kiełbaskami, zwiedzanie zamku i zbrojowni w Liwie, spacer z przewodnikiem po Węgrowie, owianym nieprzemijającą legendą o zaczarowanym Lustrze Twardowskiego.

Węgrów

PTTK Oddział Węgrów – organizator spływów

www.pttk-wegrow.org.pl

INFO

JEZIORKA – NAJMNIEJSZA Z NAJPIĘKNIEJSZYCH

Jeziorka choć nie jest długa, bo liczy tylko 64 km, wyróżnia się swoim urokliwym charakterem i zachwyca na każdym odcinku. Niezbyt szeroka i niezbyt głęboka Jeziorka jest doskonała na start przygody z kajakami, szczególnie dla rodzin z dziećmi. W takim wypadku świetny będzie kilkugodzinny spływ na odcinku 12,5 km od Zalesia Dolnego do Konstancina-Jeziorny.

Kajaki Piaseczno

– organizator spływów Jeziorką i nie tylko

www.kajaki-piaseczno.pl

INFO

PUŁTUSK – WENECJA MAZOWSZA

Wizyta na niesamowitym zamku w Pułtusku to oprócz dotknięcia historii i skosztowania wybornej kuchni zamkowej również możliwość atrakcji na wodzie. Prawie zupełnie jak w Wenecji możliwe są rejsy na pokładzie zadyszonych, wygodnych i bezpiecznych gondol, zarówno po Narwi, jak i po zakamarkach kanałów wokół miasta. Na zamówienie możliwy posiłek na pokładzie z wybornej zamkowej kuchni.

Gondole w Pułtusku





Jezioro Zegrzyńskie – Mazowieckie Morze



Spichlerz nad Narwią

Pułtusk – Zamek Pułtusk

– rejsy na pokładzie 6 gondoli dla 12 osób każda

www.zamekpultusk.pl/atracje/hotelowe

INFO

ZAŁEW ZEGRZYŃSKI – MAZOWIECKE MORZE

Jezioro Zegrzyńskie to zbiornik retencyjny ze spiętrzeniem na Narwi w Dębem, powstały w 1963 roku. Powierzchnia 3030 ha, długość 41 km, szerokość do 3,5 km. Połączenie z Warszawą zapewnia jezioru malowniczość, 19-kilometrowy Kanał Żerański. Jezioro Zegrzyńskie to przede wszystkim miejsce wypoczynku. Do wyboru wiele atrakcji na wodzie i wokół niej w kilkudziesięciu ośrodkach.

Szacuje się, że każdego lata w przystaniach na brzegach Zalewu cumuje około 1500 jachtów, bo jest to wspólnie miejsce do uprawiania żeglarstwa. Istniejące już od wielu lat szkółki żeglarskie wyszkoliły kilka pokoleń żeglarzy. Tu zaczynał swoją karierę Mateusz Kusznierewicz. Co roku organizowanych jest kilkanaście imprez regatowych. Zimą, kiedy wody Zalewu zamarzają, żagle pozostają nad jego wodami na masztach śmigających po lodzie bojerów.

Jezioro Zegrzyńskie – Mazowieckie Morze



Serock

– przystanek Żegluga Mazowieckiej i ZTM, molo, kąpielisko, przystań, wypożyczalnia sprzętu, promenada spacerowa nad wodą z klimatycznym miastem w tle

www.serock.pl

INFO

Serock

– Żegluga Mazowiecka – w sezonie stałe rejsy statkiem Albatros (35 os.)

www.zeglugamazowiecka.pl

Wierzbica

– Eventboats – czarter łodzi motorowych, jazda na nartach wodnych, rejsy szybkimi łodziami motorowymi

www.eventboats.pl

Zegrzynek

– Klub Miła – marina z żeglarskim charakterem, Akademia Kusznierewicza, wypożyczalnia sprzętu wodnego

www.klubmila.pl

Miejscowości nad zalewem

– Laguna – rejsy tramwajami wodnymi, również dookoła zalewu, w sezonie stały rozkład rejsów

www.rejsydlaciebie.pl

Jachranka

– Hotel Warszawianka – aqua park, strefa dzieci, designerski klub nad wodą, plaża, przystań, wypożyczalnia sprzętu

www.warszawianka.pl

Zegrze

– szkoła windsurfingu Mały Hel – słońce, wiatr, uśmiech i zabawa dla surferów w każdym wieku

www.malyhel.pl

Nieporęt

– 2 porty jachtowe, przystań, wypożyczalnia sprzętu pływającego, szkółki żeglarskie i windsurfingowe, miejsca do grillowania i rodzinnego wypoczynku

www.nieporęt.pl/sport-i-turystyka/porty-i-przystanie-zezlarskie/

ZTM Warszawa

– w sezonie całonocne rejsy statkiem wycieczkowym na trasie Warszawa – Serock – Warszawa

www.ztm.waw.pl

foto: kreatorx – fotolia.pl

TOUR SALON 2017

Powiew lata w środku zimy

17-19 lutego 2017

Na targach turystycznych TOUR SALON 2017 znajdziemy inspiracje do wyjazdów – od krótkich wypraw za miasto po wakacyjne wojaże czy świąteczne weekendy. Spotkamy też znanych podróżników.

Strefa Pasji będzie czynna od piątku do niedzieli, od 17 do 19 lutego 2017 r. Lutowy termin TOUR SALONU daje lepsze perspektywy dla wszystkich podróżników. Znajdziemy tu już gotowe oferty i przygotowane katalogi wyjazdów po Polsce i zagranicą na najbliższy sezon wakacyjny, majówkę czy coraz bardziej popularne wyjazdy na Wielkanoc. Podczas „Giełdy podróżniczej” kupimy wycieczki z rabatami. W Strefie Pasji czekać na nas będą liczne konkursy, a także warsztaty i prelekcje, które będą źródłem

praktycznej wiedzy. Na Scenie Kultury spotkamy Szymona Radzimierskiego, 10-letniego małego podróżnika, który swoje przygody opisuje na blogu i w książkach. Po raz piąty odbędzie się Festiwal Podróżniczy „Śladami Marzeń”. Piąta edycja festiwalu skupi wokół siebie osoby ceniące podróżowanie bliższe i dalsze i będzie okazją do bliższego poznania mieszkańców odwiedzanych miejsc, zwyczajów i kultury. Nowością będzie poświęcenie części festiwalu podróżom po Polsce!

Międzynarodowe Targi Poznańskie

spotkaj przyszłość

TOUR SALON
TARGI REGIONÓW I PRODUKTÓW TURYSTYCZNYCH

HALE MTP

STREFA BIZNESU
17-18 LUTEGO 2017, POZNAŃ

STREFA PASJI
17-19 LUTEGO 2017, POZNAŃ

**POWIEW WAKACJI
W ŚRODKU ZIMY!**

- OFERTY WYJAZDÓW POLSKICH I ZAGRANICZNYCH**
- GIEŁDA PODRÓŻNICZA – PROMOCJE I RABATY**
- SPOTKANIA Z PODRÓŻNIKAMI**
- SCENA KULTURY – WYSTĄPIENIA, KONKURSY, PREZENTACJE**
- FESTIWAL PODRÓŻNICZY „ŚLADAMI MARZEŃ”**

www.tour-salon.pl

[facebook/tour.salon](https://facebook.com/tour.salon)



ROWEREM PO MAZOWSZU PŁOCKIM

Okolice Płocka to idealne miejsce na dłuższe i krótsze przejażdżki rowerowe. Wytoczono tu wiele szlaków rowerowych, a z inicjatywy Płockiej Lokalnej Organizacji Turystycznej powstała nawet publikacja „Rowerem po Mazowszu Płockim”.

BEZPŁATNY PRZEWODNIK DLA ROWERZYSTÓW

Czytelnik znajdzie tu siedem propozycji tras po Mazowszu Zachodnim, a także krótki opis najciekawszych zabytków Płocka. Wszystkie trasy zostały przejechane przez autora w ciągu letnich miesięcy 2016 roku, zatem przewodnik przedstawia Mazowsze Zachodnie z wysokości rowerowego siodełka. Oczywiście z czasem szczegóły tras mogą ulegać zmianom – powstają nowe drogi leśne, wyręby, niektóre drogi uzyskują nową nawierzchnię, a stan innych może się pogorszyć.

Publikacja sfinansowana została ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego w ramach zadania pn.: „Rowerem po Mazowszu Płockim”, a bezpłatny przewodnik dostępny jest w IT Płock.

MAZOWSZE ZACHODNIE

Mazowsze Zachodnie obejmuje tereny leżące w szeroko rozumianych okolicach Płocka. Na zachodnim skraju sięga po dolinę Skrwy, na wschodzie po Wyszogród i dolinę Bzury, na południu obejmuje Gostynin i otaczające go

rozległe lasy, a na północy rozciąga się poza Sierpc. Jest to jedna z najbardziej urozmaiconych części nie tylko Mazowsza, ale także całego pasa nizin w Polsce.

Ośią regionu jest płynąca ze wschodu na zachód Wisła, której szeroka dolina, oberwana wysokimi i urwistymi miejscami skarpami, jest dominantą krajobrazową okolicy. Pod względem geograficznym tworzą ją dwie kotliny – na wschodzie jest to skraj Kotliny Warszawskiej, na zachodzie – Kotlina Płocka. Szerokie terasy są zajęte przez mozaikę pól i lasów, a płaską przeważnie okolicę urozmaicają, zwłaszcza w zachodniej części, piaszczyste wydmy, najczęściej porośnięte sosnowymi borami.

W Kotlinie Płockiej znajdują się liczne jeziora, ponieważ została ona ukształtowana w czasie ostatniego zlodowacenia, które do Kotliny Warszawskiej nie dotarło. Na północ od doliny Wisły wysoką skarpy wznosi się lekko pofalowana Wysoczyzna Płońska, która za głęboką, malowniczą doliną Skrwy przechodzi w Pojezierze Dobrzyńskie. Jest to najmniej zalesiona, w większości rolnicza okolica zachodniej części Mazowsza.

fot. Iuliia Sokolowska – fotolia.com



Ujście Skrwy do Jeziora Włocławskiego

Z kolei na południe od Kotliny Warszawskiej, podobny charakter prawie płaskiej, rolniczo wykorzystywanej płyty posiada Równina Kutnowska.

W DOLINIE WISŁY

Pod względem krajobrazowym wyróżniają się w okolicach Płocka trzy ze wspomnianych regionów. Pierwszym jest dolina Wisły, a zwłaszcza jej północna część, która często przybiera formę stromej wysokiej skarpy, z której co jakiś czas otwierają się dalekie widoki na płynącą u jej stóp rzekę, rozlewającą się miejscami bardzo szeroko, z licznymi łachami i wyspami na środku nurtu. Aż po sam Płock sięga powstałe w latach 70. Jezioro Włocławskie, tworząc wspaniałe tło dla stromych brzegów i rozległych lasów Kotliny Płockiej.

POJEZIERZE GOSTYNIŃSKIE

Drugi ciekawy krajobrazowo region rozpościera się na południe od Płocka. Łagodne pagóry, zajęte przez pofalowane pola lub częściowo rozległe lasy, pomiędzy którymi lśnią w słońcu zwierciadła licznych jezior, których jest tu ponad sześćdziesiąt, z wyróżniającymi się jeziorami Zdwońskim, Lucieńskim i Białym. Jest to najbliższy Warszawy zalesiony fragment krajobrazu polodowcowego, nazywany niekiedy Pojezierzem Gostyńskim, w wielu miejscach przypominający krajobrazowo Mazury.

fot. P. Klimmek

MAŁOWNICZA DOLINA SKRWY

Pod względem krajobrazowym jednak w zachodniej części Mazowsza bez wątpienia najpiękniejsza jest dolina Skrwy. Wcięta głęboko w morenową wysoczyznę, ze wspaniałymi meandrami, cichymi pastwiskami nad spokojnie toczącą się wodą, z młynami. Ze stromych krawędzi jej brzegów roztaczają się wspaniałe widoki – należące do najpiękniejszych, jakie można zobaczyć na terenie niżowej Polski. Prawdziwymi wyjątkowymi obiektami są także liczne młyny stojące nad jej nurtem pomiędzy Sierpcem a ujściem rzeki do Jeziora Włocławskiego.

Zabytkowy młyn nad Skrwą w Radotkach





fol. G. Plaskowski, T. Olendźkim P. Klimek

Wzgórze Tumskie, Płock

SERCE PIASTOWSKIEGO PAŃSTWA

Także pod względem historyczno kulturowym jest to okolica bardzo ciekawa i urozmaicona. Na pierwszy plan wysuwa się oczywiście sam Płock. Za czasów Władysława Hermana i Bolesława Krzywosutego to właśnie tu biło serce piastowskiego państwa, w tutejszej katedrze też obaj książęta zostali pochowani. Płock jest także miastem niezwykle pięknym i malowniczo położonym na skraju stromej skarpy, pod którą płynie Wisła – skąpane w zieleni drzew wzgórze opadają stromo wprost do wody, a z otwartych tarasów rozciągają się rozległe widoki. Wyróżniają się też tutejsze zabytki – katedra ze swoimi pamiątkami i słynnymi romańskimi drzwiami (niestety tylko kopia), pozostałości zamku, we wnętrzach którego znalazło siedzibę Muzeum Diecezjalne, zachowany układ przestrzenny starego miasta z rynkiem.

NIE TYLKO PERŁY SECESJI

Zachwyca Muzeum Mazowieckie, którego wystawa poświęcona sztuce secesyjnej to absolutnie najpiękniejsza kolekcja dzieł sztuki z tego okresu w Polsce. Warto zobaczyć „Małachowiankę” – najstarszą w kraju działającą nieprzerwanie od XII wieku szkołę, w której podziemiach urządzono rezerwat archeologiczny, a także katedrę Kościoła Starokatolickiego Mariawitów. Nie można też ominąć wspaniale położonego ogrodu zoologicznego.

Wieża obserwatorium astronomicznego – Małachowianka



Zabytkowy kościół w Rokiciu



fol. T. Olendźkim P. Klimek



Pałac w Sannikach



Ekspozycja plenerowa w Skansenie w Sierpcu



CHOPIN, OLĘDRZY, MENNONICI

Zwiedzając okolice Płocka, obowiązkowo trzeba też zajrzeć do Sierpca. Samo miasto ma kilka zabytków, ale nie robią one większego wrażenia, choć bez wątpliwości mogą zainteresować. Ale już położony na obrzeżach miasta skansen należy do najpiękniejszych w całej Polsce.

Nie ma też zwiedzania Mazowsza bez choćby odrobiny Chopina. Jednym z najciekawszych miejsc, które leży na szlaku słynnego kompozytora, są Sanniki, gdzie zobaczyć warto pięknie odnowiony pałac Pruszków i bodaj najbardziej oryginalny pomnik geniusza. Wymienione powyżej miejsca to naszym zdaniem najatrakcyjniejsze miejscowości i zakątki Zachodniego Mazowsza. Ale niejedynie – tutejsze wsie kryją mnóstwo innych ciekawych zabytków – pałac w Nowym Duninowie, gotycka świątynia w Rokiciu, kilkanaście drewnianych kościołów, zagubione wśród podmokłych polderów olęderskie wioski – ślady zapomnianego już dzisiaj osadnictwa mennonitów. Naprawdę jest w czym wybierać. Trasy zaproponowane w naszym przewodniku pozwolą odkryć nie tylko te najbardziej widowiskowe, ale także te mniej znane zakątki Mazowsza Zachodniego.

Wystarczy tylko wsiąść na rower – i ruszać!

ROWEREM
PO MAZOWSZU
PŁOCKIM



PLOT
Polskie Linie Turystyczne

Robert Szewczyk

Koszyki

WARSZAWSKI TYGIEL!



fol. Michał Leja



fol. Michał Zaranek

**Mieszkańcy
Madrytu mają
swoją Mercado
de San Miguel,
Londyńczycy
Borough Market,
a Warszawiacy
Koszyki.
Ponadstuletnia
hala handlowa
poddana
gruntownej
rewitalizacji
wróciła na mapę
najciekawszych
miejsc w stolicy.
Warto tu być!**

NASZE KOSZYKI

Trudno wyobrazić sobie warszawskie śródmieście bez Koszyków – hala wpisana w przestrzeń miejską przez niemal cały XX w. była popularnym miejscem spotkań mieszkańców. Na Koszyki, znane też pod nazwą Bazaru Ludowego, jechało się m.in. po zakupy czy do fryzjera. Bywały tu zarówno aligantki panusie, jak i szemrani apasze (w warszawskiej gwarze uliczne bandziory), po prostu bywali wszyscy. Tu biło serce dzielnicy. Koszyki zmieniały się wraz z Warszawą; za PRL-u przeistoczyły się w socjalistyczny supermarket, a po 1990 r. – w samodzielny byt gospodarczy. Współczesność naciskała, a Koszyki musiały przejść rewolucję i tak też się stało: w 2016 r. odsoniły swoje nowe, jakże intrygujące oblicze.

W XXI WIEK

Hala targowa jest dziedzictwem historii wplecionym w wielkomiejski żywioł. Tu się dzieje! Kilkadziesiąt punktów handlowych, usługowych i restauracyjnych

z kuchnią z całego świata, m.in. meksykańską, włoską, japońską, hiszpańską i polską, tworzy fertyczną przestrzeń możliwości dostępnych dla każdego, kto przekroczy progi Koszyków. Food hall jest przyjemną alternatywą dla klasycznych restauracji, a na Hali Koszyki można świetnie zjeść i wypić przez cały rok, od rana do nocy: boskie śniadanie w Werandzie Bistro, smakowite przekąski w Sobremesa Tapas Bar czy koktajl w warszawskim stylu serwowany w Barze Centralnym Koszyki. Gdy za oknem plucha i ziąb, można rozgrzać ciało i ducha potrawami hinduskimi w Curry Leaves, tudzież doładować się energetycznym burgerem w Soul Food. Smacznie brzmi? Rozejrzyjcie się po Koszykach, a znajdziecie znacznie więcej apetycznych sposobności! Co więcej, hala jest miejscem promocji sztuki, wydarzeń artystycznych i polem działania instytucji kultury. Wolni duchem, kreatywni twórcy, modernistyczne marki, warsztaty naukowe dla dzieci i oryginalne projekty, takie jak „Koszyk Zdrowia”, sprawiają, że

hala nabiera nowego znaczenia, przekracza granice komercji, by integrować, inspirować i zaciekawiać.

TRZY POZIOMY

Hala składa się z trzech poziomów i stale się rozwija. Krótki przegląd koszykowej oferty można zacząć od rzeczy najbardziej aktualnych. Nieustannie przybywają nowi lokatorzy hali. W lutym pojawił się L'Elbolario, sklep włoskiej marki selektywnych kosmetyków naturalnych, oraz „Warszawski Sen by Mateusz Gessler”, niezwykła restauracja z autorskim menu Szefów Kuchni Roberta Kondziela i Mateusza Gesslera. Warto trzymać rękę na pulsie: bez względu na to, czy mamy ochotę na zajęcia jogi, motywujący wykład o certyfikacji żywności ekologicznej, wyciszenie i relaks przy lampce wina czy zakupy na niedzielny rodzinny obiad. Wszystko to jest dostępne pod jednym dachem w samym centrum miasta w Hali Koszyki.



fol. Michał Leja



fol. Michał Zaranek

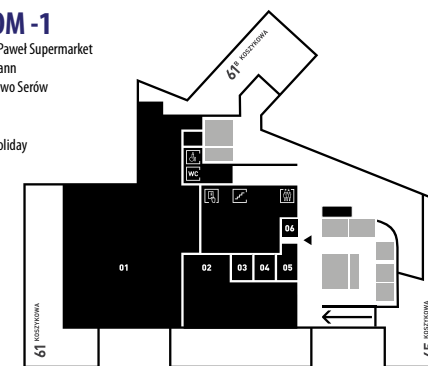


fol. Michał Zaranek

MIEJSCE

POZIOM -1

- 01 Piotr i Paweł Supermarket
- 02 Rossmann
- 03 Królestwo Serów
- 04 S&Sec
- 05
- 06 Azul Holiday



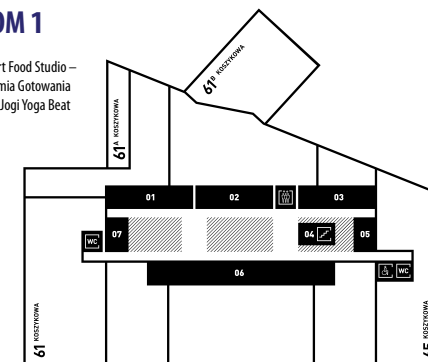
POZIOM 0

- 01 L'Elbolario
- 02 Warszawski Sen
- 03 Mateusz Gessler
- 03 Duka
- 04 Heritage
- 05 Księgarnia Świat Książki
- 06 Damas
- 07 Corona Sok i Mus
- 08 Soul Food
- 09 Tuk Tuk
- 10 Siewcy Smaku
- 11 Semolino Ristorante
- 12 Bazar Koszyki
- 13 Smak Natury
- 14 Kreperia
- 15 Mango Vegan
- 16 Kago Sushi
- 17 Bierhalle
- 18 Maison de Thé
- 19 Karmello
- 20 Gaba & Garçons
- 21 Piekarnia Aromat
- 22 Weranda Bistro
- 23 Magia d'Italia Gelati Caffè
- 24 Kielba w Gębie
- 25 Curry Leaves
- 26 Sobremesa Tapas Bar
- 27 Bar Koszyki
- 28 Port Royal Fish&Oyster Bar
- 29 Gringo Bar / Salsownia
- 30 Crazy Butcher
- 31 Cma Mateusz Gessler
- 32 Cma Café



POZIOM 1

- 01
- 02 Comfort Food Studio – Akademia Gotowania
- 03 Studio Jogi Yoga Beat
- 04
- 05
- 06
- 07



BURACZANE POWIDŁA

CZYLI WYPRAWA KULINARNYMI ŚLADAMI OLĘDRÓW



Olędrami nazwano dawnych osadników z Niderlandów, Flandrii i Fryzji, którzy przybywali do Polski od XVI w., uciekając przed prześladowaniami religijnymi. Osiedlano ich na terenach nadwiślańskich oraz przy dopływach Wisły, od Żuław na północy, poprzez Kujawy, Stare Mazowsze, Urzeczcie poniżej Warszawy, aż po Lubelszczyznę.

OLĘDRZY TRADYCJE I ZWYCZAJE

Olędrzy budowali systemy melioracyjne i świetnie radzili sobie podczas powodzi, ale przede wszystkim umieli wykorzystać żyzne nadrzeczne ziemie pod pastwiska, łąki, sady oraz pola uprawne. Zajmowali się głównie rolnictwem i hodowlą, zwłaszcza uprawą zbóż, ziemniaków, buraków cukrowych oraz hodowlą bydła rasowego (produkowali słynne holenderskie sery) i trzody chlewnej. Rozwijali też sadownictwo, uprawiając jabłonie, śliwy i grusze. To Olędrzy obsadzili Mazowsze wierzbą, która na trwałe wpisała się w regionalny krajobraz. Z wiklinowych pędów wyplatali nie tylko kosze, ale także płoty, które zatrzymywały wodę podczas wiosennych i jesiennych wezbrań, a przy okazji zbierały żyzny mul rzeczny wykorzystywany jako nawóz.

Po 1945 r. Olędrzy zniknęli z Mazowsza – niektórzy wyjechali do Niemiec czy Holandii, inni wtopili się w lokalną społeczność

i nie stanowili już odrębnej grupy z własnym językiem, religią, zwyczajami. Dopiero pod koniec XX w. zaczęto przywracać pamięć o nich.

Powidła z buraków cukrowych to jeden z kulturowych śladów po dawnych osadnikach. Zachowane są w nich wartości odżywcze i smakowe surowej bulwy, których nie ma cukier z rafinerii. Do II wojny światowej cukier był dość drogi, więc sposób wytwarzania buraczanych powideł został chętnie przyswojony przez miejscową ludność.

Przetwórstwem buraków na powidła zajmowano się tu jeszcze do lat 70. ubiegłego wieku. Wciąż spotkać tu można oryginalne miedziane kotły do gotowania powideł i żeliwne prasy do buraków. Jak twierdzi Tomasz Ciołkowski: „pamięć kulturowa jest tak silna, że w końcu człowiek zaczyna szukać, wracać do swojej kulturowej spuścizny”. Jako że pochodzi z ziemi łódzkiej, choć nie ma olęderskich korzeni, chciał dowiedzieć się



więcej na temat tego dziedzictwa, a przywrócenie pamięci o Olędrach poprzez buraczane powidła stało się dla niego elementem większego projektu i sposobem na życie, z którym wiąże dalekosiężne plany.

Od 2007 r. Andrzej i Tomasz Ciołkowsky (ojciec i syn), realizują projekty wskrzeszające pamięć o dawnych osadnikach, w tym: „W tygłu różnorodności – nadwiślańskie sagi” (wspierany przez Muzeum Historii Polski), „Nasze dziedzictwo” (dofinansowany przez Europejski Fundusz Rozwoju Wsi Polskiej), „Wielokulturowość Ziemi Łódzkiej” (finansowany przez Fundusz Inicjatyw Obywatelskich) i „Podróż do korzeni” (realizowany w ramach programu „Projekt Leader”). Także w 2007 r. po raz pierwszy usmażyli olęderskie powidła i od tego czasu prera-

biają rocznie po kilka ton buraków. Powidła są wpisane na listę produktów tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi (2015 r.). Ciołkowsky zamierzają też zarejestrować zakład produkcyjny, zachowując manufakturowy charakter przetwórstwa. W konkursie „Nasze kulinarne dziedzictwo” (2015), prowadzonym przez Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego i Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego, ich powidła zajęły I miejsce. W październiku 2016 r. Ciołkowsky zorganizowali po raz pierwszy „Olenderfest” – imprezę poświęconą kulturze Olędrów. Partnerem tego wydarzenia było Muzeum Mazowieckie w Płocku. Panowie Ciołkowsky planują kontynuować „olęderskie święto” na większą skalę i stworzyć z niego imprezę cykliczną.

„POWIDŁA OLENDERSKIE”

Przepis Andrzeja i Tomasza Ciołkowskich, Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Ziemi Łódzkiej, Przejma, gm. Łódź, pow. sochaczewski, woj. mazowieckie

Z 300 kg buraków uzyskuje się 120-140 litrów soku, a z tego 25 litrów powideł. Cały proces, od mycia buraków do rozlania w słoiki, trwa nieprzerwanie ok. 30 godzin. Powidła smaży się głównie od października do grudnia.

Buraki należy umyć, wyszczotkować, okroić z zewnętrznej warstwy. Następnie gotować w parniku przez 3 godz., zmielić w młynku na papkę, wycisnąć na gorąco (dzięki temu uzyskuje się więcej soku) w tradycyjnej prasie śrubowej lub hydraulicznej. Wlać do miedzianego kotła i rozpocząć proces wysmażania. Po 2-3 godz. dodać obrane i pokrojone

w ósemki jabłka, posiekaną w kostkę dynię i ewentualnie śliwki (wydrylowane). Smażyć dalej ok. 10 godz., aż do uzyskania skarmelizowanej, gęstej

Składniki:

- 300 kg buraków cukrowych
- 15 kg jabłek z własnego sadu, bez oprysków (najlepiej sprawdzają się odmiany melrose lub boiken)
- 10 kg dyni odmiany puławskiej
- opcjonalnie, zamiast jabłek, skrzynka śliwek

masy, mieszając przez cały cykl mieszałem. Gotowe gorące powidła wlewać do słoików, które można pasteryzować. Kiedyś powidłami przekładano piernik, używano ich też do innych ciast i wypieków, ale przede wszystkim do chleba. Powidła mają karmelowo-owocowy zapach i konsystencję półpłynnej masy w kolorach od jasno- po ciemnobrązowy, w zależności od proporcji dodanych owoców. Są słodkie, z wyraźną wyczuwalną owocową nutą.



Mazowiecka Regionalna Organizacja Turystyczna to organizacja pozarządowa zrzeszająca podmioty, które aktywnie działają na rzecz rozwoju turystyki w województwie mazowieckim. Jesteśmy integratorem inicjatyw proturystycznych, ważnym partnerem wspierającym dla samorządów, branży i organizacji pozarządowych oraz podstawowym źródłem informacji o możliwościach rozwoju turystyki. Tworzymy unikatową platformę współpracy dla wszystkich interesariuszy rynku turystycznego. Nasze działania dotyczą przede wszystkim wspierania rozwoju produktów turystycznych, profesjonalizacji zasobów ludzkich oraz niestandardowych działań marketingowych. W sposób innowacyjny łączymy turystykę, kulturę, kulinaria i design, które kreują nowy styl życia zgodny z ideą „slow life”.

Zapraszamy do członkostwa i współpracy w ramach Mazowieckiej Regionalnej Organizacji Turystycznej

Członkowie Mazowieckiej Regionalnej Organizacji Turystycznej

- Centrum Kultury Wilanów
- Europejskie Centrum Artystyczne im. F. Chopina w Sannikach
- Farma Iluzji
- Fundacja BEIT Warszawa Postępowa Społeczność Żydowska w Polsce
- Fundacja Mazowiecka Micha Szałachecka
- Fundacja „NOVA”
- Fundacja na Rzecz Dzieci i Młodzieży „Piastun”
- Fundacja „Teraz Mazowsze” z siedzibą w Warszawie
- Fundacja Szerokie Wody
- Furnel Travel International Sp. z o.o.
- Gmina Konstancin-Jeziorna
- Gmina Miasto Radom
- Gmina Miasto Sierpc
- Gmina Mszczonów
- Gmina Pułtusk
- Gmina Radzymin
- Gmina Szydłowiec
- Gmina Zwoleń
- Geovita
- Gościniec Goździejewski
- Holiday Travel Sp. z o.o.
- Hotel Patron
- Hotel Warszawianka Centrum Kongresowe Sp. z o.o.
- Intour Polska Sp. z o.o.
- Lokalna Grupa Działania Ziemi Siedleckiej
- Lokalna Organizacja Turystyczna Północnego Mazowsza
- Lokalna Organizacja Turystyczna „Skarbiec Mazowiecki”
- Lokalna Organizacja Turystyczna Trzech Rzek
- Lokalna Organizacja Turystyczna „Wielki Gościniec Litewski”
- Lokalna Organizacja Turystyczna Ziemi Mińskiej
- Manor House Sp. z o.o.
- Mazowieckie Centrum Sztuki Współczesnej „Elektrownia”
- Mazowieckie Forum Oddziałów PTTK
- Mazowiecki Instytut Kultury w Warszawie
- Mazowiecki Ośrodek Doradztwa Rolniczego
- Mazowieckie Podlaskie Stowarzyszenie Agroturystyczne
- Mazowieckie Stowarzyszenie Turystyki Wiejskiej
- Miasto i Gmina Serock
- Miasto Siedlce
- Miasto st. Warszawa
- Miasto Węgrów
- Miasto Żyrardów
- Młyn Gąsiorowo
- Muzeum Mazowieckie w Płocku
- Muzeum Niepodległości w Warszawie
- Muzeum Regionalne w Kozienicach im. Prof. Tomasza Mikockiego
- Muzeum Sportu i Turystyki w Warszawie
- Muzeum Starożytnego Hutnictwa Mazowieckiego
- Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu
- Muzeum Wsi Radomskiej
- Muzeum Regionalne w Siedlcach
- Nadbużańska Lokalna Organizacja Turystyczna w Siedlcach
- Państwowe Muzeum Archeologiczne w Warszawie
- Państwowy Zespół Ludowy Pieśni i Tańca „Mazowsze” im. T. Sygietyńskiego
- Paweł Kępczyński – Pałac Domanowski
- Park Kulturowy Ossów – Wrota Bitwy Warszawskiej 1920 roku
- Piaseczyńsko-Grójeckie Towarzystwo Kolei Wąskotorowej
- Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna
- Polska Izba Turystyki Oddział Mazowiecki
- Polskie Stowarzyszenie Pilotów Wycieczek Zagranicznych
- Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze „Oddział „Mazowsze”
- Powiat Legionowski
- Powiat Sierpecki
- PTTK oddział im. M.E. Andriollego w Otwocku
- Stacja Muzeum
- Samorząd Województwa Mazowieckiego
- Stowarzyszenie Gmin i Powiatów Zlewni Rzeki Jezioraki
- Stowarzyszenie Gmin Turystycznych Pojezierza Gostynińskiego z siedzibą w Łącku
- Stowarzyszenie Związków Golfistów Polskich
- Stowarzyszenie Monopol Warszawski
- Stowarzyszenie Na Rzecz Rozwoju i Promocji Zalewu Zegrzyńskiego z siedzibą w Serocku
- Stowarzyszenie „Tradycja-Rozwój-Przyszłość”
- Stowarzyszenie „Wspólnota Polska” Dom Polonii w Pułtusku
- Stowarzyszenie „Wspólnota Nadbużańska”
- Stowarzyszenie „Zamek Liw Stowarzyszenie Kulturalne Ziemi Liwskiej”
- Towarzystwo Opieki nad Zabytkami Oddział w Czersku
- Towarzystwo Przyjaciół Warszawy
- Uzdrowisko Konstancin-Zdrój SA
- Warszawska Izba Turystyki
- Wyższa Szkoła Turystyki i Języków Obcych
- ZPR Express Sp. z o.o. (Park Rozrywki Julinek)



Mazowiecki System Informacji Turystycznej

Centrum Warszawskiej Informacji Turystycznej
Pałac Kultury i Nauki (wejście od Emilii Plater)
 plac Defilad 1, 00-110 Warszawa
 info@warsawtour.pl
 www.warsawtour.pl

Punkt Warszawskiej Informacji Turystycznej
 Rynek Starego Miasta 19/21/21a
 00-272 Warszawa
 info@warsawtour.pl
 www.warsawtour.pl

Punkt Warszawskiej Informacji Turystycznej
 Lotnisko F. Chopina
 ul. Żwirki i Wigury 1, 00-906 Warszawa
 info@warsawtour.pl
 www.warsawtour.pl

Warszawskie Centrum Informacji Turystycznej
 plac Zamkowy 1/13, 00-267 Warszawa
 tel. 22 635 18 81
 wcit@wcit.waw.pl

Archidiecezjalne Centrum Informacji
 ul. Miodowa 17/19, 00-246 Warszawa
 tel. 22 531 72 73
 informacja@aci.waw.pl
 www.aci.waw.pl

Centrum Informacji Turystycznej
 ul. Traugutta 3, 26-600 Radom
 tel. 48 360 06 10
 cit.radom@cit.radom.pl
 www.cirt.radom.pl

Centrum Informacji Turystycznej
 Stary Rynek 8, 09-400 Płock
 tel. 24 367 19 44
 biuro@turystykaplock.eu
 www.turystykaplock.eu

Centrum Informacji Turystycznej
 ul. Pułaskiego 7, 08-110 Siedlce
 tel. 535 068 593
 itsiedlce@gmail.com
 www.pttsiedlce.pl
 www.znurtembugu.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 ul. Biskupa Ignacego Świrskiego 31
 08-110 Siedlce
 tel. 25 794 31 70
 biuro@ckis.siedlce.pl
 www.ckis.siedlce.pl

Centrum Informacji Turystycznej
 ul. Bogusławskiego 18
 07-410 Ostrołęka
 tel. 29 764 51 95
 biuro@kurpiowskipark.pl
 www.kurpiowskipark.pl

Centrum Informacji Turystycznej
 ul. 1 Maja 45
 96-300 Żyrardów
 tel. 46 854 24 24
 cit@zyrardow.pl
 www.resursa.zyrardow.pl

Centrum Informacji Turystycznej
 ul. Bałki Murmańskiej 164
 05-160 Nowy Dwór Mazowiecki
 tel. 664 775 326
 3rzeki@3rzeki.pl
 www.3rzeki.pl

Gminne Centrum Informacji
 Rynek 41, 06-100 Pułtusk
 tel. 23 692 84 24
 um@pultusk.pl
 www.pultusk.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 ul. 3 Maja 68
 07-300 Ostrow Mazowiecka
 tel. 29 645 71 06
 pit@powiatostrowmaz.pl
 www.powiatostrowmaz.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 ul. Warszawska 52
 96-320 Mszczonów
 tel. 46 857 87 81
 info@weekendztermami.eu
 www.weekendztermami.eu

Punkt Informacji Turystycznej
 ul. Gen. J. Sowińskiego
 80, 07-200 Wyszki
 tel. 29 743 02 34
 turystyka@wyszkow.pl
 www.turystyka.wyszkow.pl

Punkt Informacji Turystycznej
Kozienickiego Domu Kultury
 ul. Warszawska 29
 26-900 Kozienice
 tel. 48 611 07 50
 pit@dkkozienice.pl
 www.dkkozienice.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 ul. Gdańska 2, 07-100 Węgrów
 tel. 25 792 35 66
 pit@wegrow.com.pl
 www.wegrow.com.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 Rynek Wielki 5a, 26-500 Szydłowiec
 tel. 48 326 20 54
 info.turystyczna@sckzamek.pl
 www.szydlowiec.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 Konary 8, 26-432 Wieniawa
 tel. 48 312 11 15
 tel. 884 492 497
 recepcja@palacdomaniowski.pl
 www.palacdomaniowski.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 ul. Warszawska 142, 09-540 Sanniki
 tel. 24 268 11 08
 sekretariat@ecasanniki.pl

Punkt Informacji Turystycznej
 ul. Ks. Zygmunta Sajny 1
 05-530 Góra Kalwaria
 tel. 22 727 32 777
 infoturystyka.gk@gmail.com

www.mazowsze.travel

Uzdrowisko Konstancin-Zdrój

Uzdrowisko Konstancin-Zdrój, to kompleks wyspecjalizowanych obiektów tworzony przez m.in. Hotel Eva Park Life & SPA, Centrum Terapii Narządu Ruchu BIAŁY DOM, Hotel Konstancja, Restauracja Konstancja, Cafe Beza oraz Szpital Rehabilitacji Kardiologicznej i Neurologicznej. Zlokalizowane tuż nieopodal Tężni Solankowej i urokliwego Parku Zdrojowego tworzą specjalistyczny zespół obiektów świadczących najwyższej jakości usługi.

W Centrum Terapii Narządu Ruchu Biały Dom specjalizujemy się w pakietach z rehabilitacji narządów ruchu.

14-DNIOWY PAKIET REHABILITACJI PO WSZCZEPNIENIU ENDOPROTEZY STAWU

Pacjent opuszczając szpital po wszczępieniu endoprotezy wymaga rehabilitacji i profilaktyki przeciwzakrzepowej. Aby uniknąć wystąpienia choroby zakrzepowo-zatorowej, osoba po zabiegu powinna być szybko uruchamiana i wdrożone powinno być podawanie odpowiednich leków. Dla osób po wszczępieniu endoprotezy przygotowaliśmy wstępny program rehabilitacji wraz z pobytem w naszej placówce. Program zapewnia zabiegi przywracając siłę mięśniową i funkcję stawu oraz ma na celu poprawę koordynacji ruchowej, pozwalając na szybki i bezpieczny powrót do pełnej sprawności.

PAKIET POBYTOWY ZAWIERA:

- 2 konsultacje lekarskie - wstępną, podczas której lekarz nakerśla plan rehabilitacji, zleca zabiegi fizykoterapeutyczne i kinezyterapię oraz końcową,
- 30 (od 5 do 20 min.) zabiegów medycyny fizykalnej wg. wskazań lekarskich,
- 12 (30 min.) terapii indywidualnych,
- 6 (20 min.) masaży częściowych,
- podczas całego pobytu zapewniamy iniekcje leków przeciwzakrzepowych, zmianę opatrunków,
- 13 noclegów w nowym Centrum Terapii Narządu Ruchu Biały Dom w pokojach typu studio (2 + 1) wyposażonych w pełny węzeł sanitarny oraz system przywołań,
- całodienne wyżywienie - trzy posiłki dziennie (śniadanie/obiad/kolacja) oparte na zasadach zdrowego żywienia,
- bezpłatny parking,
- opiekę recepcyjno/pielęgniarską 24h,
- dostęp do TV w każdym pokoju, bezpłatne wifi.

Ceny pakietów:

pobyt 14-dniowy w pokoju 1 osobowym: 2 767 złotych
pobyt 14-dniowy w pokoju 2 osobowym: 2 482 złotych



Centrum Terapii Narządu Ruchu Biały Dom Zakład Przyrodoleczniczy

Centrum Terapii Narządu Ruchu Biały Dom prowadzi kompleksową rehabilitację pacjentów w zakresie schorzeń narządu ruchu, neurologii, reumatologii czy chorób dróg oddechowych. Kierujemy naszą ofertę dla pacjentów, którzy poszukują zarówno alternatywnych wobec farmakoterapii zabiegów leczniczych, jak i nowoczesnych metod terapeutycznych z wykorzystaniem najwyższej klasy wyposażenia.



Centrum Terapii Narządu Ruchu Biały Dom
ul. Mostowa 5, 05-510 Konstancin-Jeziorna

tel.: 22 484 28 35; 22 756 40 26
(część zabiegowa, 8.00-20.00)

tel.: 22 484 28 30

(część hotelowa, czynne całą dobę)

e-mail: zplbialydom@uzdrowisko-konstancin.pl