

RABKA-ZDRÓJ

i okolice

Miasto Dzieci Świata



Informator turystyczny

RABKA-ZDRÓJ

i okolice

Miasto Dzieci Świata



Informator turystyczny

Studio Plan Art

Kraków 2019

Wydawca:

Studio Plan Art, tel. 501 015 107

e-mail: studio@planart.com.pl

Studio Plan Art 2019

Wydano na zlecenie Urzędu Miejskiego w Rabce-Zdroju. Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część informatora nie może być publikowana w jakiegokolwiek postaci bez zgody Zleceniodawcy. Wszystkie teksty i zdjęcia chronione są prawami autorskimi.

ISBN 978-83-940823-0-7

Zdjęcia autorskie:

Michał Adamowski

Jan Ciepliński

Piotr Kolecki

Piotr Kuczaj

Adam Chornik

Maciej Panasiewicz

Bartek Róg

Andrzej Wnękowicz

Magdalena Żur

Ze zbiorów Sanatorium „Cegielski”

Ze zbiorów Nadleśnictwa Nowy Targ

Ze zbiorów „Rabkolandu”

Ze zbiorów Zespołu „Robcusie”

Ze zbiorów Zespołu „Powicher”

Ze zbiorów Uzdrowiska Rabka S.A.

Ze zbiorów Studia Plan Art

Legenda Rabka-Zdrój, plan centrum str. 13

	kościół, kościół zabytkowy		bank i bankomat, bank, bankomat		basen, kort tenisowy
	galeria, muzeum		Tężnia Solankowa i Pijalnia Wód Mineralnych		informacja turystyczna
	pomnik przyrody		kawiarnia, restauracja		jednostka informacji turystycznej MSIT
	obiekt uzdrowiskowy, sanatorium		bar, pizzeria		stacja benzynowa
	szpital, lecznictwo		poczta, szkoła		PKS, bus, parking
	hotel; pensjonat, ośrodek szkoleniowy i wypoczynkowy		biblioteka		drogi powiatowe, inne
	domy wczasowe, wille		apteka		szlaki turystyczne
	kwatery, agroturystyka				narciarska trasa biegowa i nordic walking

OD WYDAWCY	5
CZĘŚĆ I	
WIADOMOŚCI OGÓLNE	7
Położenie 7; Klimat 8; Roślinność 8; Świat zwierząt 9	
HISTORIA RABKI I UZDROWISKA	9
PLAN CENTRUM	13
CZĘŚĆ II	
OFERTA SANATORYJNO-UZDROWISKOWA	15
Uzdrowisko Rabka S.A. 15; Śląskie Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowiskowe im. dr A. Szabesty (dawny GORD) 18; Instytut Gruźlicy i Chorób Płuc im. Jana i Ireny Rudników (IGiChP) 19; Sanatorium Cegielski 20	
LECZNICTWO	21
Lecznictwo otwarte, Apteki, Lecznice zwierząt	
CZĘŚĆ III	
OBIEKTY ZABYTKOWE	23
Kościół pw. św. Marii Magdaleny 23; Kościół parafialny pw. św. Marii Magdaleny 25; Cmentarz parafialny 25; Zespół dworca kolejowego 26; Budownictwo zabytkowe 26; Budownictwo uzdrowiskowe 26; Kościół pw. św. Krzyża w Chabówce 28	
MUZEA, GALERIE	30
Muzeum im. Wł. Orkana 30; Muzeum Górali i Zbójników 33; Galeria „Pod Lilianną” 34; Galeria Autorska 35; Pracownia Kłajster Majster 35; Pogotowie Sztuki 36; Galeria ACh 36; Galeria Plenerowa 36; Skansen Taboru Kolejowego w Chabówce 37	
PROMOCJA PRODUKTU LOKALNEGO	39
KULTURA I TRADYCJE	41
Teatr Lalek „Rabcio” 41; Miejski Ośrodek Kultury 42; Amfiteatr 43; Stowarzyszenie Miłośników Kultury Ludowej 44; Dziecięcy Zespół Regionalny „Majeranki” 44; Zespół Regionalny „Robcusie” 46; Zespół Góralski „Powicher” 47; Zespół Regionalny „Prymni” 48; „Śleboda” - Pracownia rzeźbiarska 48; Pracownia lutnicza 49	
POMNIKI PRZYRODY	50
CZĘŚĆ IV	
OFERTA REKREACYJNO-WYPOCZYNKOWA	53
Park Zdrojowy 53; Tężnia i Pijalnia 57; Skate i Trial Park 59; Miasteczko Komunikacyjne 60; Bulwary nad Poniczanką 61; Deptak 62; Kino Śnieżka 63; Wodny Plac Zabaw 63; Hotspot, Mapka Parku Zdrojowego 64; Rabkoland 65; Obiekty sportowo-wypoczynkowe 66; Leśna Ścieżka Edukacyjna 68;	

Oferta zimowa 69; Wyciąg narciarski Polczakówka 69; Wyciąg narciarski „U Żura” 69; Lodowisko 70; Narciarstwo biegowe 71

OFERTA NOCLEGOWA 73

Hotele, Pensjonaty, Ośrodki szkoleniowe i wypoczynkowe 73; Ośrodki sanatoryjno-wypoczynkowe 73; Domy wczasowe, wille 74; Agroturystyka, Kwatery 74

OFERTA GASTRONOMICZNA 76

Restauracje, kawiarnie, kluby, bary, pizzerie

MIEJSKI INFORMATOR TELEADRESOWY 77

Telefony alarmowe 77; Urzędy i instytucje 77; Informacja turystyczna 77; Poczta 78; Biblioteki 78; Szkoły 78; Banki 79; Bankomaty 79; Kantory 79; Pomoc drogowa 79; Stacje benzynowe 79

KOŚCIOŁY 80

Kościoły, godziny nabożeństw

KOMUNIKACJA 81

PKP, Bus, PKS

CZĘŚĆ V

TURYSTYKA W GORCACH 83

Gorce 84; Gorczański Park Narodowy 86; PTTK Oddział Rabka 88

SZLAKI TURYSTYCZNE W REJONIE RABKI-ZDROJU 89

WYCIECZKI DO SCHRONISK TURYSTYCZNYCH 90

W Gorcach: Schronisko PTTK na Maciejowej 90; Schronisko PTTK na Starych Wierchach 93; Schronisko PTTK na Turbaczu 95; Odkryj Beskid Wyspowy 98; W Beskidzie Wyspowym: Schronisko PTTK na Luboniu Wielkim 98

BEZPIECZEŃSTWO W GÓRACH 101

Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe 101

Zasady postępowania w górach 102

LITERATURA 104

*Drogi Czytelniku,
Rabczański Gościu!*

Oddajemy w Twoje ręce publikację o mieście Rabka-Zdrój. Mamy nadzieję, że wiadomości w niej zawarte pomogą poznać to piękne, polskie uzdrowisko. Selekcja materiału do wydania publikacji odbywała się bez zasad rekomendacji, zamieściliśmy opis obiektów, w których uzyskaliśmy pomoc w aktualizacji ogólnie dostępnych danych.

Czytelny układ przewodnika powinien ułatwić poruszanie się po mieście oraz korzystanie z oferty turystycznej, wypoczynkowej i uzdrowiskowej.

Mamy również nadzieję, iż informacje w nim zawarte przybliżą historię, zabytki i dorobek regionalny Rabki-Zdroju, poszerzając grono sympatyków miasta.

Składamy serdeczne podziękowania wszystkim Instytucjom zaangażowanym w opracowanie niniejszego przewodnika.

Przewodnik turystyczny został wydany w ramach projektu „Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Życzymy milej lektury.





Pomnik Świętego Mikołaja

Położenie. Uzdrowisko Rabka-Zdrój położone jest w województwie małopolskim, powiecie nowotarskim, u zbiegu dwóch ważnych szlaków komunikacyjnych z Krakowa do Zakopanego i z Bielska-Białej do Nowego Sącza. Obszar gminy ma powierzchnię 69 km², w jej skład wchodzi miasto Rabka i trzy sołectwa: Chabówka, Ponice i Rdzawka. Od północy i północnego zachodu Rabka graniczy z gminą Lubień, od wschodu z gminą Mszana Dolna, od południa z gminą Nowy Targ, natomiast z zachodu z gminą Raba Wyżna. Geograficznie leży u podnóża Gorców na wysokości 550 m n.p.m., u ujścia potoków Poniczanki i Słonki do Raby, w malowniczej kotlinie pochodzenia erozyjnego, skąd roztaczają się wspaniałe widoki na należący do Beskidu Wyspowego masyw Lubonia Wielkiego i na zachód położone pasmo babiogórskie. Obszar Rabki i okolic tworzą formacje silnie sfałdowanych utworów fliszowych; ławice piaskowców przeplatane wkładkami łupków. Otaczające grzbiety górskie uformowane są z gruboławicowego piaskowca magurskiego, natomiast w obniżeniach występują miękkie łupki. Największym ciekim wodnym w okolicy jest rzeka Raba o długości 131,9 km, będąca prawym dopływem Wisły.

Występujące tu wody mineralne pochodzą z utworów fliszowych, ukształtowanych w okresie trzeciorzędu karpackiego. Są to solanki chlorkowo-sodkowo-jodkowo-bromowe, należące do karpackiej prowincji solanek przynaftowych. Na związek ten wskazują występujące ślady ropy naftowej i wydobywające się z większości ujęć znaczne ilości metanu. Solanki stosowane są do kuracji kąpielowej, pitnej i wziewnej.

Rabka-Zdrój



Klimat. Uzdrowisko położone jest w regionie bioklimatycznym VI „podgórskim i górskim”, odznaczającym się dużym zróżnicowaniem warunków bioklimatycznych, o typie umiarkowanie i silnie bodźcowym. Klimat cechuje korzystny stopień nasłonecznienia i niewielka ilość opadów, a położenie w górskiej kotlinie zapewnia osłonę od silnych wiatrów. Największą częstotliwość mają wiatry wiejące z południowego zachodu, co wynika z faktu otwarcia w tym kierunku kotliny. Brak nadmiernych upałów i ostrych mrozów, dobre warunki solarne, suche powietrze i brak zanieczyszczeń powietrza sprzyja leczeniu klimatycznemu, które może być prowadzone przez cały rok.

Rabka-Zdrój posiada korzystne warunki do prowadzenia zabiegów klimatoterapeutycznych, stawianych miejscowościom uzdrowiskowym. Przy ul. Orkana (w pobliżu skrzyżowania z ul. Chopina) znajduje się nowoczesny punkt meteorologiczny, w którym można sprawdzić temperaturę powietrza, prognozę na 12, 24 h, prędkość i kierunek wiatru, ciśnienie i wilgotność powietrza oraz przewidywane opady.

Roślinność uzdrowiska to przede wszystkim zbiorowości leśne, od zarośli łąkowych, poprzez lasy liściaste (buczyna, grąd) i bory mieszane, po bory jodłowo-świerkowe. Naturalna szata leśna, zwłaszcza w niższych partiach została dziś w dużej mierze zniszczona - obecnie zastępują ją wtórne zbiorowości roślinne, głównie polne, łąkowe, sztuczne lasy świerkowe i sosnowe. Charakter zbliżony do naturalnych zachowały niewielkie płaty nadrzecznych olszyn górskich nad Rabą, małe fragmenty buczyny na stokach Gorców i Lubonia, oraz lasy jodłowe na stokach Beskidu Wyspowego, Maciejowej, Grzebienia.

Lasy otaczające uzdrowisko spełniają zasadnicze funkcje ochronne dla wód mineralnych, źródeł i wód biejących, ponadto wpływają łagodząco na lokalny klimat, stanowiąc otulinę uzdrowiskową i z mocy ustawy włączone są do obszarów chronionych.

Do ciekawszych przedstawicieli flory zaliczyć trzeba m.in. będące pod ochroną rośliny, wśród których wyróżniają się: szafran spiski zwany krokusem, śnieżyca wiosenna zwana przebiśnięciem a także zawilec oraz dziewięciśń pospolity i lila złotogłów. Znajdują się tu również ciekawe okazy - pomniki przyrody (opis str. 50).

Rośliny uprawne to głównie zboża i ziemniaki, jednak trudne warunki, uboga gleba (III, IV i V klasa), a także położenie pól uniemożliwiające mechanizację, nie sprzyjają rozwojowi rolnictwa. Ostatnio większość pól zamieniono na użytki zielone.

Świat zwierząt to przedstawiciele fauny beskidzkiej, gatunki przystosowane do życia w różnych siedliskach i warunkach klimatycznych. Głównie występują tu sarny, jelenie, spotkać można również dziki i lisy. W pobliżu osiedli ludzkich żyje tchórz, łasica, w lasach i w Parku Zdrojowym często spotyka się wiewiórki. Nierzadko występują też ptaki drapieżne – jastrzębie, myszołowy. W lasach i na polanach spotkać można jadowitą żmiję zygzakowatą, występuje też zaskroniec i salamandra. Bogaty jest również świat drobnych owadów - ważki, motyle, świerszcze.

HISTORIA RABKI I UZDROWISKA

Historia Rabki sięga XIII wieku. Po raz pierwszy nazwa miejscowości została wymieniona w dokumencie Bolesława V Wstydlivego z 1254 roku, potwierdzającym posiadanie tych terenów przez klasztor Cystersów ze Szczyrzycza. Jest w nim mowa o istniejących tu warzelniach soli. Jan Długosz powołując się na ten dokument, użył wyrażenia „Sal in Rabka”, świadczy to o tym, iż rabczańskie solanki były już wtedy znane i doceniane. Również niektóre nazwy podawane w XIII wieku, jak np. rzeka Słonka, potwierdzają eksploatację soli rabczańskich. Cystersi korzystali z warzelni do lat 30-tych XIV w., kiedy to pozbawieni zostali większości swych dóbr na Podhalu oraz terenach rabczańskich. Pierwsza lokacja wsi miała miejsce w roku 1364, kiedy to Kazimierz III Wielki nadał Mikołajowi z Uścia przywilej lokacji Rabki na prawie magdeburskim, pomiędzy rzekami Rabą, Słoną, Łętownią i Kasiną.

Z początkiem XV w. Rabka przeszła w posiadanie rodu Ligezów, którym została odstąpiona przez Zygmunta, wójta z Dębowego Działu. Kolejna lokacja Rabki, na prawie magdeburskim nastąpiła w 1446 roku. W akcie lokacyjnym dla Andrzeja i Piotra Jakuszów z Olszówki, wymienione są m.in. nazwy: góry Lubany (Luboń), spływających z niej potoków Lubońskiego i Miedzianego, rzeki Raby, Poniczanki i Słonki.

W II połowie XV w. Rabka przeszła w ręce rodu Jordanów herbu Trąby z Zakliczyna. W 1557 r. kasztelan krakowski, Wawrzyniec Spytek Jordan, był fundatorem pierwszej rabczańskiej parafii i drewnianego kościoła wybudowanego w 1565 r., który został zniszczony przez powódź lub pożar pod koniec XVI w. Rejestr poborowy z 1581 r. podaje, że do parafii rabczańskiej należały wsie Rabka, Chabówka, Olszówka, Słone, Skomielnia (Biała), Rokiciny i Ponice. W miejsce zniszczonego kościoła, w latach 1600-1606 postawiono nową, modrzewiową świątynię istniejącą do dziś. Jest to unikatowy zabytek architektury sakralnej, w 1936 r. przekształcony w Muzeum im. Władysława Orkana.

W drugiej połowie XVI w. zainteresowanie solankami rabczańskimi, które cieszyły się opinią uzdrawiających, wynikało również z przypuszczenia o występowaniu tu dużych pokładów soli. W 1568 r. Jerzy Grossman, który zawiązał towarzystwo gwarków, uzyskał od Zygmunta Augusta zezwolenie na poszukiwanie i kopanie soli. Próby górniczego pozyskiwania soli nie udały się i prace zostały przerwane. Późniejsze badania udowodniły, że rabczańskie solanki nie mają nic wspólnego ze złożami soli.

Po roku 1596 Rabka często zmieniała właścicieli. Przechodziła kolejno w ręce rodzin Zebrzydowskich, Przyłęckich, a w okresie późniejszym Komorowskich i Wielopolskich. Przez wszystkie te lata Rabczanie korzystali nieprzerwanie ze słonej wody, używając jej do celów leczniczych i kuchen-nych. Wraz z rozbiorami Rabka przeszła pod panowanie austriackie. Zaborca, w trosce o monopol państwowy na sól, zabronił czerpania wód solankowych i w roku 1813 nakazał zasypianie źródeł.

W pierwszej połowie XIX w. dobra rabczańskie nabył Józef Wieniawa Zubrzycki, którego syn, Julian Zubrzycki, stał się twórcą uzdrowiska w Rabce. Ważna data dla uzdrowiskowej historii Rabki to rok 1858, w którym przeprowadzono pierwszą analizę chemiczną solanek. Badania zainicjował Józef Dietl, profesor Uniwersytetu Jagiellońskiego, założyciel Komisji Balneologicznej Towarzystwa Naukowego Krakowskiego. Stwierdzono, że solanki zawierają m.in. jod i brom, o stężeniu które postawiło je na czołowym miejscu w Europie. Wyniki badań skłoniły Komisję do wystąpienia do władz austriackich z wnioskiem o otwarcie zakładu kąpielowego. W 1860 roku, zgodę na urządzenie uzdrowiska otrzymał dziedzic Rabki, Julian Zubrzycki. W 1861 roku oczyszczono zasypane źródła „Maria”, „Rafała”, „Kazimierz” „Krakus” i „Helena” oraz rozpoczęto budowę tzw. „Łazienek”. Pierwszy etap utworzenia Zakładu Zdrojowego zamyka rok 1864, w którym oficjalnie otwarto uzdrowisko. Jego centrum zlokalizowano w sąsiedztwie eksploatowanych wówczas źródeł a głównym punktem był deptak biegnący równoległe do „Łazienek”.

Rozwój uzdrowiska zdynamizowało połączenie kolejowe Chabówka-Kraków oraz Chabówka-Rabka (1885 r.), przyczyniając się do wzrostu frekwencji kuracjuszy. W 1864 roku to 120 osób, rok 1887 to już ok. 1000 osób. W roku 1887 staraniem prof. Macieja Leona Jakubowskiego, wybitnego pediatry i przy wydatnej pomocy Juliana Wieniawy Zubrzyckiego otwarto w Rabce pierwszy w Polsce, a trzeci w Europie Zakład Leczenia Dzieci Skrofulicznych, co zapoczątkowało specjalizację Rabki jako uzdrowiska dziecięcego.

W 1895 roku Rabka przeszła w posiadanie rodziny Kadenów. Uzdrowisko szybko się rozwijało, osiągając w okresie międzywojennym międzynarodową renomę. Było zaliczane do największych europejskich uzdrowisk przede wszystkim dla dzieci. Przytoczmy liczbę kuracjuszy: 1914 rok - 6 729 osób, 1938 rok - 27 452 osoby, 1939 rok - 30 153 osoby. Sam Zakład Zdrojowy posiadał przeszło 300 pokoi w kilkunastu budynkach, prócz tego kilkadziesiąt dworców i pensjonatów. Zabiegi prowadzono m.in. w oddziałach borowinowym, hydropatycznym, elektroterapii oraz inhalatorium.

Dynamiczny rozwój Rabki i uzdrowiska przerwał wybuch II Wojny Światowej i tragiczne lata okupacji. Uzdrowisko było nieczynne, źródła zostały zanieczyszczone, w sanatoriach przebywali ranni żołnierze i piloci niemieccy. W mieście zlokalizowano prawie wszystkie jednostki organizacyjne jakimi dysponował okupant. Przystąpiono do eksterminacji ludności żydowskiej stanowiącej w Rabce i okolicach duży procent społeczeństwa. Mieszkańcy Rabki prowadzili walkę partyzancką, organizowali tajne nauczanie. Wycofujące się wojska niemieckie znacznie zniszczyły uzdrowisko – spalono Zakład Przyrodolecznicy, elektrownię, stację kolejową i wiadukt w Chabówce. 28 stycznia 1945 roku wojska radzieckie uwolniły Rabkę spod okupacji hitlerowskiej.

W Polsce wycieńczonej wojną, problemem stała się zwiększona zachorowalność na gruźlicę, zwłaszcza wśród dzieci. Pomimo zniszczeń i braku podstawowych urządzeń, już w 1945 roku podjęto przygotowaną na szeroką skalę akcję leczenia. Częściowo odbudowano i uruchomiono Zakład Przyrodolecznicy, a w roku 1948 upaństwowiono Zakład Zdrojowy, powołując Zarząd Państwowego Uzdrowiska.

W 1947 roku zostaje otwarte sanatorium obserwacyjne dla dzieci w willi „Wiosna”, kolejne w budynku Oficerskiego Domu Wypoczynkowego. W miejsce Sanatorium Czerwonego Krzyża powstał Dziecięcy Ośrodek Sanatoryjno-Prewencyjny na ok. 800 łóżek dla dzieci śląskich górników (dzisiaj Śląskie Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowiskowe im. dr. Adama Szebesty). Istniejące od 1937 r. Dziecięce Sanatorium Rodziny Kolejowej (późniejszy Dziecięcy Szpital Uzdrowiskowo-Rehabilitacyjny Rodziny Kolejowej im. Aleksandry Piłsudskiej), w roku 1947 podejmuje na nowo pracę na rzecz walki z gruźlicą.

Zakład Leczenia Dzieci Skrofulicznych założony przez M. L. Jakubowskiego przetrwał I Wojnę Światową i rozwijał dalej działalność w okresie międzywojennym. Po II Wojnie nie został już uruchomiony. Jego działania i cele przejął utworzony w 1946 r. Zespół Sanatoriów Dziecięcych

z których to, po wielu przekształceniach powstał dzisiejszy Instytut Gruźlicy i Chorób Płuc. W latach 1956-1986 kierownictwo Ośrodka sprawował prof. Jan Rudnik, twórca współczesnej pneumonologii dziecięcej. Prowadzony przez niego Ośrodek zyskał europejską sławę.

Unowocześniają się i rozwijają ośrodki sanatoryjno-lecznicze, powstaje nowy Park Zdrojowy, liczne zieleńce, budowane są ciągi komunikacyjne. Uregulowane zostają potoki Słonka i Poniczanka, w centrum uzdrowiska staje muszla koncertowa, wybudowano kino, powstają szkoły podstawowe, rozwija się sieć gastronomiczna, handlowa i usługowa. Działalność wznawia Muzeum im. Wł. Orkana (powstałe w 1936 r.), reaktywuje się oddział rabczański Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego (1948 r.), powstaje teatrzyk lalek „Rabcio-Zdrowotek” (1949 r.), wznawia działalność Gorczański Oddział Związku Podhalan (1960 r.). 21 września 1953 roku Rabka otrzymuje prawa miejskie.

Spadek zachorowalności na gruźlicę w latach 60-tych, łączy się ze zmianą profilu leczniczego placówek sanatoryjnych w kierunku przewlekłych chorób układu oddechowego. Baza sanatoryjna jest dalej unowocześniana, w mieście powstają kolejne obiekty sprzyjające lecznictwu, wypoczynkowi i turystyce, podtrzymujące chlubny statut uzdrowiska. W latach 70-tych rozpoczyna się budowa nowego Zakładu Przyrodoleczniczego.

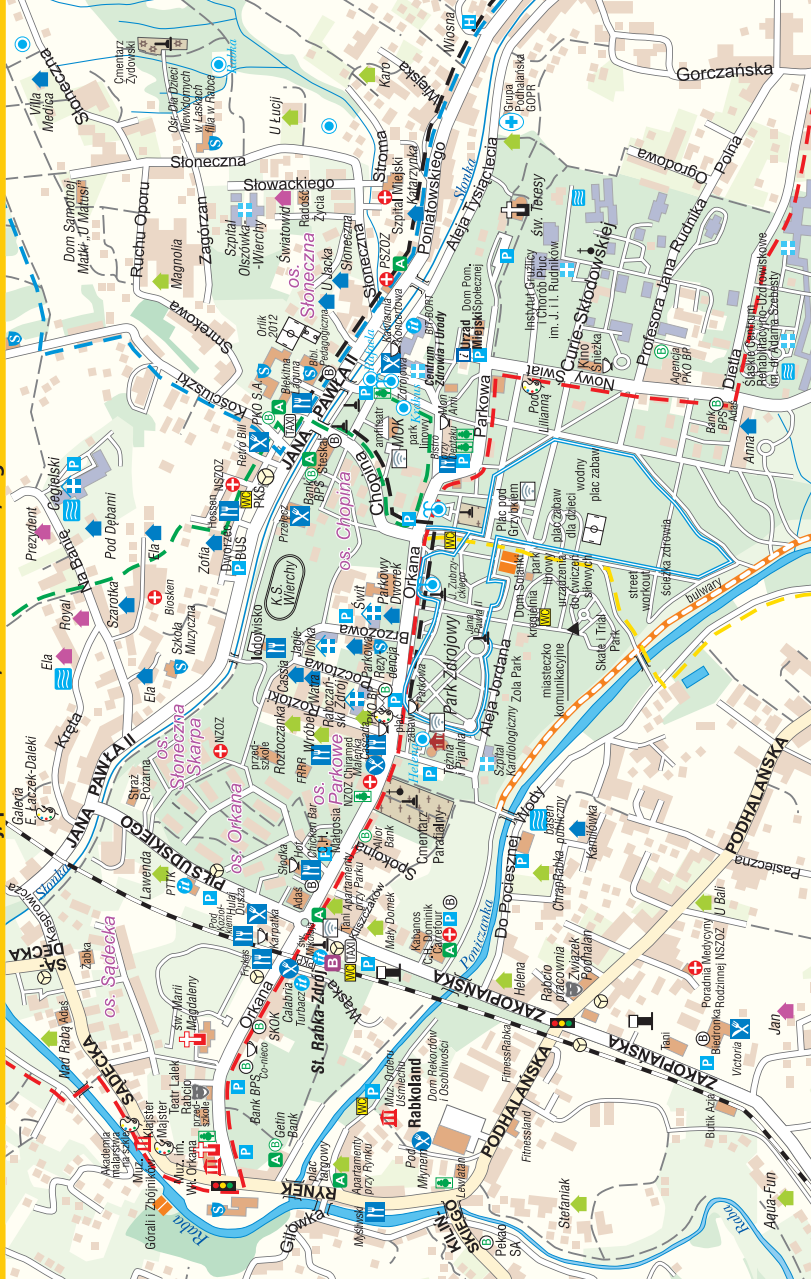
W 1977 roku zatwierdzono herb Rabki projektu Jerzego Koleckiego, przedstawiający połowę tarczy słonecznej i twarz uśmiechniętego dziecka, co trafnie oddaje charakter i misję miasta.

W uznaniu zasług za pracę na rzecz dzieci 1 czerwca 1996 roku w trakcie I Światowego Zlotu Kawalerów Orderu Uśmiechu, Rabka otrzymała nadany przez Kapitułę Orderu, UNESCO i Wojewodę Nowosądeckiego tytuł „**Miasto Dzieci Świata**”. Wydarzenie to miało szczególny charakter ze względu na to, iż większość starań dorosłych, skierowana jest w stronę najmłodszych. To dla nich, oprócz doskonałej bazy sanatoryjno-leczniczej, przygotowano place zabaw, ścieżki rowerowe, miejsca wypoczynku, organizowane są liczne atrakcje, koncerty i konkursy, gdyż w Rabce najważniejsze są właśnie dzieci.

W 1999 roku nazwa gminy została zmieniona na Rabka-Zdrój, co szczególnie podkreśla jej uzdrowiskowy charakter.

6 grudnia 2004 roku, na placu przed dworcem PKP stanął pomnik ukochanego przez wszystkie dzieci Świętego Mikołaja. Jedną z idei pomnika, autorstwa Michała Batkiewicza, jest przywrócenie prawdziwego wizerunku postaci św. Mikołaja – biskupa z Miry w Azji Mniejszej.

Rabka-Zdrój, plan centrum, skala 1:11 150, legenda na str. 2





W Parku Zdrojowym

Rabka-Zdrój to znane w całej Polsce uzdrowisko dla dzieci i dorosłych. Jego atutem jest szczególnie korzystny mikroklimat, zasoby wód mineralnych i walory krajobrazowo-turystyczne, które stwarzają wyśmienite warunki do leczenia i wypoczynku. Miasto posiada doskonale wykształconą kadrę medyczną i dobrze rozwinięte zaplecze sprzyjające lecznictwu. Do dyspozycji kuracjuszy oddane są liczne sanatoria i szpitale uzdrowiskowe. Ważną rolę pełni Uzdrowisko Rabka S.A., posiadające bazę hotelową w sanatoriach i szpitalach oraz Centrum Zdrowia i Urody – główny punkt leczniczych zabiegów uzdrowiskowych dla wszystkich kuracjuszy w zakresie balneoterapii, kinezyterapii i fizykoterapii.

Podstawowy profil lecznictwa to choroby układu oddechowego, krążenia, niedokrwistości, choroby alergiczne, astma oskrzelowa, skaza wyśiękowa, reumatyzm, cukrzyca, choroby przemiany materii, miażdżyca i nerwice. W lecznictwie wykorzystuje się silne działanie solanek występujących w uzdrowisku. Są to solanki chlorkowo-sodkowo-jodkowo-bromowe. Stosowane są do kuracji kąpielowej, pitnej i wziewnej. Zabiegi uzupełniane są leczeniem klimatycznym.

UZDROWISKO RABKA S.A.

ul. Orkana 49, tel. 18 26 77 246, www.uzdrowisko-rabka.pl

Uzdrowisko oferuje:

wczasy lecznicze oraz wypoczynkowe, pobyty odnowy biologicznej, weekendowe, turnusy rehabilitacyjne (PFRON, PCPR, MOPS), białe i zielone szkoły, zabiegi. Specjalizuje się w leczeniu dorosłych oraz dzieci w zakresie: schorzeń kardiologicznych, schorzeń układu krążenia, nadciśnienia, schorzeń górnych i dolnych dróg oddechowych, schorzeń narządu ruchu, schorzeń reumatycznych, cukrzycy, otyłości, a także rehabilitacji po



Jaskinia solna



Pijalnia wód mineralnych

zawałach serca i zabiegach kardiochirurgicznych, rehabilitacji i prewencji rentowej chorób układu krążenia.

Na bazie wydobywanych w Rabce-Zdroju solanek produkowane są: sól do kąpeli, żel pod prysznic, spraye, żele i maści. Produkty dostępne są w sklepie internetowym: www.uzdrowisko-rabka.pl

Centrum Zdrowia i Urody stanowi główną bazę zabiegową.

Zabiegi wykonywane są w czterech pawilonach przy użyciu nowoczesnego, specjalistycznego sprzętu medycznego. Tutaj pod opieką doświadczonego zespołu terapeutów korzystać można z ponad 50 zabiegów rehabilitacyjnych w zakresie: balneoterapii, hydroterapii, elektrolecznictwa, masaży, światłolecznictwa, ciepłolecznictwa, kinezyterapii, krioterapii, odnowy biologicznej oraz kuracji wodami mineralnymi.

Zabiegi oparte są na naturalnych solankach, pochodzących z miejscowych źródeł. Wszystkie zabiegi dostępne są również bez skierowania.

Centrum jest przystosowane do przyjęcia osób niepełnosprawnych.

Zapraszamy również do pijalni wód mineralnych w Parku Zdrojowym.

Centrum Zdrowia i Urody ul. Orkana 49

Planowanie zabiegów: tel. 18 26 92 674

Biuro Obsługi Klienta Medycznego: tel. 18 26 76 276

Centrum Zdrowia i Urody, ul. Orkana 49



Baza noclegowa:

„Rabczański Zdrój” Medical Spa,
ul. Roztoki 7, tel. 18 26 93 410



Willa „Świt”, ul. Brzozowa 1,
tel. 18 26 76 663



Sanatorium „Jagiellonka”,
ul. Brzozowa 6, tel. 18 26 76 333



Sanatorium „Leśne Wzgórze”,
ul. Pasieczna 4, tel. 18 26 92 701

Szpitale:

Szpital Kardiologiczny
Uzdrowiska Rabka S.A., al. Jordana 2,
tel. 18 26 76 516



Uzdrowiskowy Szpital Dziecięcy
„Olszówka”,
ul. Słowackiego 8, tel. 18 26 92 634

ŚLĄSKIE CENTRUM REHABILITACYJNO-UZDROWISKOWE (ŚCR-U) IM. DR ADAMA SZEBESTY W RABCE-ZDROJU (dawny GORD)

ul. Dietla 5, tel. centrala 18 26 76 300,
www.scru.pl

Historia Centrum sięga okresu międzywojennego, kiedy to Rabka cieszyła się międzynarodową sławą. W 1924 r. przedstawiciel PCK okręgu śląsko-dąbrowskiego zakupił pierwszą parcelę pod budowę zakładu dla dzieci zagrożonych gruźlicą. Kolejne lata przyniosły dalszy rozwój Centrum, powstały nowe budynki sanatoryjne a w roku 1973 została oddana do użytku szkoła podstawowa. Obecnie Centrum przyjmuje rocznie kilka tysięcy młodych pacjentów samodzielnie przebywających na oddziałach, bądź pod opieką dorosłych (Dziecko z Opiekunem).

ŚCR-U to sanatorium, które leczy pacjentów w wieku od trzech do osiemnastu lat oraz osoby dorosłe. Leczenie w szpitalu uzdrowiskowym trwa 27 dni (dla dzieci), 21 (dla dziecka z opiekunem; dla pacjentów dorosłych), a jego koszt w całości pokrywa właściwy dla miejsca zamieszkania Oddział NFZ. W czasie pobytu sanatoryjnego dzieci mają zapewnioną specjalistyczną opiekę lekarsko-pielęgniarską, rehabilitację oraz opiekę wychowawców i psychologów. Na miejscu jest szkoła podstawowa i gimnazjum, w których dzieci kontynuują naukę podczas leczenia. Szkoła posiada pracownię językową i komputerową. Istnieje również możliwość korzystania z zabiegów przez dzieci i osoby dorosłe odpłatnie bez skierowania. Ośrodek oferuje leczenie schorzeń takich jak:

- wady postawy ciała (w tym boczne skrzywienie kręgosłupa)
- schorzenia górnych i dolnych dróg oddechowych
- alergie
- astma oskrzelowa
- otyłość
- i inne



W Centrum przeprowadzane są zabiegi gimnastyki korekcyjnej, oddechowej, inhalacje solankowe i lekowe, ćwiczenia w basenie, nowoczesna hydroterapia (w zależności od wskazań) oraz masaże suche i zabiegi fizyioterapeutyczne. W Centrum są dwa baseny, boisko sportowe do gry w piłkę nożną i siatkówkę.

INSTYTUT GRUŹLICY I CHORÓB PŁUC ODDZIAŁ TERENOWY IM. JANA I IRENY RUDNIKÓW W RABCE-ZDROJU

ul. Prof. Jana Rudnika 3 b, tel. centrala 18 26 76 060,
www.zpigichp.edu.pl

Oddział Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc jest jednostką badawczo-rozwojową. Poza zadaniami statutowymi prowadzi szeroką działalność kliniczną w następujących Klinikach i Oddziałach:

- Alergologii i Pneumonologii
- Pneumonologii i Mukowiscydozy
- Pneumonologii
- Chirurgii Klatki Piersiowej
- Oddziale Laryngologii – Opieki Krótkoterminowej.

Na bazie działalności klinicznej funkcjonują Specjalistyczne Poradnie Przykliniczne. Usługi świadczone są w oparciu o kontrakty zawarte z Małopolskim Narodowym Funduszem Zdrowia. Pacjenci rekrutują się z całego kraju od wieku noworodkowego po wiek dojrzały. Szeroki zakres wysokospecjalistycznych świadczeń zdrowotnych obejmuje rozpoznanie i leczenie schorzeń układu oddechowego, ze szczególnym uwzględnieniem chorób śródmiąższowych płuc, wad wrodzonych i nabytych miąższu płucnego, ściany klatki piersiowej i mięśnia przepony. Nazwy klinik wskazują na ukierunkowane jednostki chorobowe, w tym alergie oddechowe i pokarmowe, terapia mukowiscydozy. Oddział dysponuje bardzo dobrym zapleczem laboratoryjnym: analitycznym i immunologicznym. Wykonuje standardowe badania radiologiczne łącznie z tomografią komputerową. Zakład Fizjopatologii Układu Oddechowego prowadzi badania wydolności układu oddechowego zaś Pracownia Polisomnografii rejestruje zaburzenia oddychania w czasie snu. Szeroko rozumiana rehabilitacja w przebiegu chorób oddechowych prowadzona jest indywidualnie z każdym chorym lub w idealnie dostosowanej do tego celu hali sportowej i basenie pływackim. W maju 2013 otwarto zmodernizowany budynek Kliniki Pneumonologii i Mukowiscydozy, która została rozbudowana i na nowo wyposażona.



IGiChP, Klinika Pneumonologii i Mukowiscydozy

SANATORIUM CEGIELSKI

ul. Na Banię 42, tel. 18 26 77 260, 18 26 92 160,
www.sanatorium-cegielski.pl

Komfortowe, całoroczne Sanatorium Cegielski położone jest w centrum Rabki-Zdroju, na południowym stoku góry Bania. Roztacza się stąd piękny widok na całą okolicę. Ośrodek posiada 196 miejsc w pokojach 2, 3-osobowych z łazienkami, TV i balkonami oraz w apartamentach.

Główne profile leczenia to choroby: układu oddechowego, laryngologiczne, układu krążenia, neurologiczne, dziecięce porażenie mózgowie, narządu ruchu, wady postawy, skolioza kręgosłupa, reumatyczne, alergii skóry, przemiany materii.



Sanatorium Cegielski

Zakres zabiegów wykonywanych na miejscu w oparciu o nowoczesną bazę zabiegową: inhalacje, masaże, masaż sekwencyjny BOA, aquavibron, hydromasaże z ozonoterapią, jacuzzi, kąpiele solankowe, krioterapia, magnetoterapia i magnetostymulacja, ultradźwięki, diadynamik, prądy interferencyjne, interdyn, jonoforeza, laseroterapia, lampa kwarcowa i sollux, lampa BIO-V gimnastyka indywidualna (UGUL) i grupowa. Na terenie Ośrodka do dyspozycji gości są: kawiarnia z bilardem, biblioteka, kiosk, kiosk internetowy i Hot Spot, sala do gry w tenisa stołowego, przedszkole i plac zabaw dla dzieci, boiska, basen letni z brodzikiem, z podgrzewaną wodą, wypożyczalnia sprzętu sportowego, kosmetyczka oraz duży, ogrodzony parking. Ośrodek oferuje pełne wyżywienie z uwzględnieniem diety, a dla dzieci do 12 lat zniżki. Jest dostosowany dla osób niepełnosprawnych, posiada podjazdy, windy i pokoje dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich. Organizuje indywidualne turnusy rehabilitacyjne dofinansowywane z PFRON, i ma podpisaną umowę z NFZ na Turnusy Sanatoryjne dla Dziecka z Opiekunem. Przyjmuje całe rodziny na wczasy profilaktyczne. Organizuje wycieczki piesze z przewodnikiem po okolicy, autokarowe do Zakopanego, Krakowa, Wieliczki i na Spływ Dunajcem, ogniska z pieczeniem kiełbasek przy kapeli góralskiej, konkursy i zabawy dla dzieci.

LECZNICTWO OTWARTE

- Szpital Miejski w Rabce-Zdroju
Sp. z o.o., ul. Słoneczna 3,
tel. centrala: 18 26 76 040,
fax 18 26 77 001
www.szpitalwrabce.pl,
Izba Przyjęć,
ul. Słoneczna 3,
tel. 18 26 85 735
 - Przychodnia Rejonowa,
Poradnia Dziecięca,
ul. Poniatowskiego 6,
tel. 18 26 76 146
 - Poradnia Medycyny Rodzinnej
NS ZOZ, ul. Podhalańska 21d,
tel. 18 26 76 915
 - NS ZOZ, ul. Jana Pawła II 26,
tel. 18 26 76 929
 - NZOZ „Chiramed”,
ul. Orkana 20 b, tel. 18 26 76 754
 - Niepubliczny ZOZ
„Skalny-medycyna”,
ul. Zakopiańska 6a,
tel. 531 009 673
 - Niepubliczny ZOZ V.I.T.R.I.O.L.
ul. Orkana 49,
tel. 18 26 92 689
 - Nocna i świąteczna opieka
zdrowotna Przychodnia
E. Macioł sp.j., ul. Słoneczna 3,
tel. 604 901 902
 - „Biosken” Rabczański Ośrodek
Diagnostyki i Terapii Chorób
Alergicznych (analityka),
ul. Na Banię 5a,
tel. 18 26 77 193
-

APTEKI

- Apteka „Pod Gwiazdą”,
ul. Orkana 29, tel. 18 26 76 506
 - Apteka „U Farmaceutów”,
ul. Rynek 8, tel. 18 26 79 285
 - Apteka „Rodzinna”
ul. Poniatowskiego 10,
tel. 18 26 77 054
 - Apteka Zdrojowa,
ul. Zakopiańska 6a
(Carrefour Express),
tel. 18 26 70 749
 - Apteka ul. Chopina 16
(DH Gazda), tel. 18 26 70 943
 - Apteka „Dr. Max”
ul. Sądecka 1b, tel. 18 26 85 856
-

LECZNICE ZWIERZĄT

- Gabinet weterynaryjny „Misiek”,
ul. Kilińskiego 48,
tel. 18 26 77 153
- Przychodnia Weterynaryjna
„Syriusz” ul. Sądecka 24,
tel. 18 26 79 980
- Gabinet Weterynaryjny,
ul. Jana Pawła II 43,
tel. 692 425 694



Kościół pw. św. Marii Magdaleny
Muzeum im. Władysława Orkana



KOŚCIÓŁ PW. ŚW. MARII MAGDALENY

W 1557 r. powstała pierwsza rabczańska parafia, a w 1565 r. wybudowano drewniany kościół. Jego fundatorem był Wawrzyniec Spytek Jordan, kasztelan krakowski. Ta pierwsza świątynia została zniszczona przez powódź lub pożar pod koniec XVI wieku. Obecny, modrzewiowy kościół został wzniesiony w latach 1600-1606 w miejscu zniszczonej budowli. W 1634 r. świątynię oraz powstały w 1621 r. cmentarz konsekrował biskup krakowski, Tomasz Oborski. Kościół jest jednym z najcenniejszych zabytków drewnianej architektury sakralnej w regionie. Z tego względu jest nazywany „drewnianym, góralskim Wawelem”. Został wzniesiony przez góralskich cieśli zgodnie z dawnymi, budarskimi tradycjami. Słupowo-ramowa konstrukcja wieży, dobudowanej w XVIII w., nie zawiera gwoździ. Zastrzały i miecze zapewniają jej stabilność. Ozdobą wieży jest nadwieszona izbica i barokowy hełm z latarnią. Cała świątynia kryta jest gontem. Na dachu kościoła znajduje się przepiękna, barokowa wieżyczka na sygnaturkę. Przed wejściem głównym i przy babińcu znajdują się dwie piaskowcowe kropielnice o jajowatym kształcie. Jedna z nich nosi datę 1835 r. Na uwagę zasługuje niezwykle interesujące wnętrze świątyni z wyposażeniem z XVII, XVIII i XIX wieku: grupa Ukrzyżowania z XVII wieku dłuta Stanisława Gosiny ze Skawy, rokokowe ołtarze boczne i neobarokowy ołtarz główny. Ściany kościółka zdobią wspaniałe polichromie z 1802 roku autorstwa Andrzeja Antalkiewicza, proboszcza parafii rabczańskiej i malarza amatora oraz pozostałości polichromii z 1628 r.

Wnętrze kościoła pw. św. Marii Magdaleny



Bardzo cennym zabytkiem są również organy i balkon chórowy z 1778 roku. Warto w tym miejscu zaznaczyć, że instrument jest sprawny i w okresie letnim odbywają się tutaj koncerty organowe.

Na ścianie zewnętrznej prezbiterium znajdują się rzeźby świętych pasterskich: Wojciecha i Wendelina oraz Dobrego Pasterza z twarzą Ojca Świętego, Jana Pawła II. Są one dziełem niedawno zmarłego Zdzisława Kościelniaka, artysty z Raby Niżnej, jednego z najsłynniejszych współczesnych rzeźbiarzy góralskich.

Kościół otoczony jest kamiennym, XVIII wiecznym murem z trzema bramami oraz czterem kapliczkami stacji Drogi Krzyżowej.

Zespół drzew (dębów, lip i jesionów) otaczający kościół, pochodzi z 1637 r. i zaliczony jest w poczet pomników przyrody.

W latach 1929-1936 kościół został przekształcony w Muzeum im. Wł. Orkana (opis str. 30). Nazwanie muzeum imieniem piewcy Gorców odbyło się za jego osobistą zgodą.

Obecnie w kościele odbywają się okazjonalnie śluby (w tym piękne, góralskie uroczystości), chrzciny i msze patriotyczne.

Warto również dodać, że zabytek znajdujący się przy ul. Orkana 2, położony jest na szlaku Architektury Drewnianej.



Balkon chóru i organy z 1778 roku



Altarze boczne



Grupa Ukrzyżowania z XVII w., dłuta St. Gosiny

ZESPÓŁ KOŚCIOŁA PARAFIALNEGO PW. ŚW. MARII MAGDALENY

przy ul. Orkana 8. Wybudowany w stylu neogotyckim, w latach 1902-1908. Do budowy kościoła przystąpiono z chwilą, gdy stary, drewniany kościół (obecnie Muzeum im. Orkana) stał się niewystarczający dla potrzeb rozrastającej się parafii. Zasługi przy budowie położył ówczesny proboszcz ks. Jakub Zych, rodem z Chocholowa i wikariusz ks. St. Kwiatkowski, uchodźca z Królewca. Budowę prowadził arch. Sławomir Odrzywolski. Świątynię konsekrował w 1923 r. ks. bp Anatol Nowak, sufragan krakowski. W 1929 roku, kościół otrzymał piękną polichromię wykonaną przez artystę malarza Adama Giebułtowskiego z Oświęcimia. W głównym ołtarzu znajdują się dwa obrazy: św. Marii Magdaleny, którą obrano Patronką Kościoła i parafii oraz łaskami słynący obraz Matki Bożej Rabczańskiej, przeniesiony ze starego kościoła. W 2004 r. w kościele odbył się I Festiwal Muzyki Organowej, w tym samym roku rozpoczęto remont kapitalny organów. W skład zespołu wchodzi kościół, cmentarz przykościelny (teren pomiędzy budynkiem kościoła a jego ogrodzeniem), ogrodzenie z pseudobastionami, budynek gospodarczy w linii ogrodzenia.

CMENTARZ PARAFIALNY

z I połowy XIX w., ul. Orkana. Na cmentarzu kaplica z 1892 roku, z kryptą grobową Juliana Wieniawy Zubrzyckiego, „Który na pożytek krajowi i ludzkości założył Zakład Kąpielowy w Rabce w 1860 roku.”; na cmentarzu znajduje się również grobowiec Rodziny Kadenów - ostatnich właścicieli Rabki.



Neogotycki kościół pw. św. Marii Magdaleny



Kaplica Zubrzyckich na cmentarzu parafialnym

ZESPÓŁ DWORCA KOLEJOWEGO przy ulicy Orkana 27, rok budowy 1925. W składzie zespołu - budynek dworca, dom mieszkalny oraz budka dróżnika po drugiej stronie torów. W roku 2014 dworzec przeszedł kompleksowy remont i odnowę.



Budynek dworca od strony placu św. Mikołaja



Budynek dworca od strony peronu

PLEBANIA - (stara), ul. Orkana 4, drewniana, z przełomu XIX i XX wieku, obecnie Przedszkole Miejskie nr 2.

PLEBANIA - (nowa), ul. Orkana 8, z początku XX w, obecnie częściowo przebudowana.

CHAŁUPA REGIONALNA

„Dom Pod Madonnami”, ul. Sądecka 4, rok budowy 1884.

ORGANISTÓWKA z 1860 roku, ul. Sądecka 9.

ZESPÓŁ ZABUDOWY ZAGRODOWEJ osiedle „Mlekołajówka”, z przełomu XIX i XX w., ul. Jana Pawła 50-54.

ZAGRODA, ul. Jana Pawła II 7, z końca XIX w, składająca się z domu drewniano-murowanego oraz drewnianego budynku gospodarczego.

OBIEKTY UKAZUJĄCE BUDOWNICTWO UZDROWISKOWE

Zabytkowe wille z II połowy XIX w. i początku XX w. Na zdjęciach widok obecny.



Willa „Pod Aniołem”, obecnie po porzeczce, ul. Parkowa 5, rok budowy 1870



Willa „Antonina”, ul. Nowy Świat 7, z końca XIX w.

- Willa „Pod Gwiazdą”, ul. Parkowa 1, rok budowy 1870
- Willa „Krzywoń”, ul. Parkowa 3, rok budowy 1880
- Willa „Pod Orłem”, ul. Orkana 34, rok budowy 1880



Willi „Pod św. Józefem”,
ul. Orkana 28, rok budowy 1903



Willi „Liliana”,
ul. Nowy Świat 1, rok budowy 1880



Willi „Luboń”,
ul. Orkana 32, rok budowy 1880



Willi „Pod Trzema Różami”,
ul. Orkana 30, rok budowy ok. 1864



Willi „Topolówka”,
ul. Poniatowskiego 60, rok budowy 1913



Willi „Warszawa”,
ul. Orkana 47, rok budowy 1864

KOŚCIÓŁ ŚWIĘTEGO KRZYŻA NA PIĄTKOWEJ GÓRZE W CHABÓWCE

Z drewnianym kościółkiem usytuowanym w Chabówce, na Górze Piątkowej związana jest piękna legenda. Mówi ona, że przed laty, pewien zamożny kupiec podążał w celach handlowych na Węgry i został napadnięty przez zbójników. Otoczony ze wszystkich stron wędrowiec wznosił oczy i ręce ku niebu, wołając: „Krzyżu Święty, ratuj mnie!”. Na głos modlitwy ukazał się nad jego wozem krzyż wśród ognistych promieni, a cały pobliski las zaczął się kołysać. Zbójcy uciekli, a kupiec na pamiątkę swego ocalenia ufundował kaplicę. W 1757 roku powstał w tym miejscu, wybudowany w stylu podhalańskim, modrzewiowy kościół pod wezwaniem Świętego Krzyża. Fundatorem był Jan Wielopolski, wojewoda sandomierski. Kościół, obecnie należący do parafii w Rdzawce, zwiedzają liczni turyści z kraju i z zagranicy. Dwa razy do roku odbywają się tu uroczystości odpustowe – Święto Znalezienia Krzyża Świętego w maju oraz Podwyższenia Krzyża Świętego we wrześniu, obchodzone w najbliższą niedzielę po przypadającym na dzień powszedni święcie. W każdą niedzielę po mszy św. na życzenie kierowców poświęca się tu pojazdy mechaniczne.

W niedzielę 2.10.1994 r. w skutek podpalenia, spora część kościoła jak i kompleksu zabytkowych lip uległa zniszczeniu. Dzięki ofiarności wielu osób świątynia została całkowicie odbudowana a 9.06.2002 r. ks. Kardynał Franciszek Macharski dokonał aktu konsekracji. Jest to budowla drewniana z dachem pokrytym gontem. Drewniany ołtarz główny zawiera obraz przed-



Kościółek Świętego Krzyża na Piątkowej Górze

stawiający Chrystusa Ukrzyżowanego. Ołtarze boczne są również drewniane, późnobarokowe. Organy z 1775 r., ławki z poł. XVIII w., posadzka z mozaiki marmurowej wykonana w 1947 roku. Wnętrze kościoła ozdobione jest polichromią wykonaną po pożarze, lecz wzorowaną na oryginalnej z XIX w.

Kościół położony jest na Szlaku Architektury Drewnianej. Dojechać można do niego drogą krajową „zakopianką” lub dojść żółtym szlakiem z Rabki-Zdroju, ok. 1,5 h. W niedziele i święta odbywają się msze św. o godz. 8, 9, 10.

Po drugiej stronie drogi, 250 m od kościoła w kierunku Chabówki znajduje się źródło zwane Pocieszna Woda. Jego woda uważana była w podaniach za cudowną, uzdrawiającą, leczącą schorzenia oczu i nóg. Źródło wraz z grupą drzew rosnących przy nim (jesiony i kasztanowce) uznane zostało w 1977 r. za pomnik przyrody.



Źródło Pociesznej Wody

Wnętrze kościółka pw. Świętego Krzyża



MUZEUM IM. WŁADYSŁAWA ORKANA

Muzeum im. Wł. Orkana mieści się w wieży - dzwonnicy, zabytkowego, modrzewiowego kościoła z 1606 roku (opis str. 23). Placówkę uroczyste otwarto dla zwiedzających w sierpniu 1936 r. Muzeum organizowano osiem lat (od 1928 r. do 1936 r.), a inicjatorami byli członkowie Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego – Oddział Rabka. Ekspozyty muzealne ukazują nam dorobek materialny i duchowy Podhalan, Zagórzan, Kliszcaków, Babiogórców i Górali Białych. Większość zgromadzonych przedmiotów pochodzi z XIX oraz XX wieku i odznacza się ogromnym bogactwem treściowym i artystycznym.

W pięciu pomieszczeniach – salach i korytarzu, w niepowtarzalnym klimacie prezentowane są, uporządkowane tematycznie zbiory ukazujące dawny świat górali zamieszkujących Beskidy. W czterech salach mieszczą się ekspozyty poświęcone sztuce, ubiorowi, rzemiosłu wiejskiemu i gospodarce. W dziale poświęconym sztuce znajdują się m.in. rzeźby Chrystusa, Matki Boskiej i Świętych – Jana Nepomucena i Marii Magdaleny o barokowym charakterze, figura Matki Boskiej z Dzieciątkiem z XVI wieku oraz postacie Chrystusa Frasobliwego. Ekspozyty te, są częścią jednej z najbardziej znanych kolekcji Świętków Frasobliwych w Polsce.

Malarstwo reprezentują obrazy o tematyce religijnej malowane na szkle, desce, płótnie i papierze.

Strój – zabytkowe, XIX i XX wieczne ubiory górali podhalańskich



i Zagórzan, wzory parzenic, oraz narzędzia do obróbki lnu i wełny, to tylko niektóre z arcydziełowych eksponatów znajdujących się w sali stroju.

Rzemiosło wiejskie – w tym dziale prezentowane są słynne na całe Karpaty wyroby rabczańskich garncarzy (misy, garnki, dzbany, rynki, dwojaki, trojaki oraz zachwycające swym niezwykle wysokim poziomem artystycznym kropielniczki), zabytkowe fotografie ilustrujące cykl wyrobu naczyń z glinianego oraz narzędzia związane z ciesielstwem, tokarstwem, bednarstwem i warsztat wiejskiego szewca.

W sali poświęconej gospodarce znajdują się narzędzia łowieckie, wyposażenie szałasów pasterskich, w tym przedmioty do przerobu mleka owczego na sery (kotlik, ferule, chochle, formy do wyrobu oszczyków, etc.), żarna, plugi i naczynia gospodarcze.

Wnętrze korytarza wypełniają eksponaty związane z obrzędami: turoń, szopka i gwiazdy kołędnicze, pająk – przedmioty przypominające Boże Narodzenie; palmy wielkanocne, kołatka i dziad śmiguśny, które przypominają o dawnych zwyczajach wielkanocnych. Oprócz wspomnianych zabytków na uwagę zasługują również znajdujące się tutaj instrumenty muzyczne, zabawki i rzeźba ludowa oraz zdjęcia Władysława Orkana i jego matki, a także dwa pastele autorstwa piewcy Górców.

Organizowane przez Muzeum wydarzenia mają zróżnicowany charakter. Muzeum organizuje imprezy poświęcone kulturze regionu, które mają dla niego kluczowe znaczenie. Ukazują one piękno i złożoność góralskiej kultury (poprzez prezentację literatury, poezji, tańca, śpiewu, muzyki, sztuki, rzemiosła oraz prelekcje i warsztaty – te ostatnie prowadzone przez ludowych twórców) i nierzadko prawie całkowicie zapomniane zwyczaje związane z kalendarzem chrześcijańskim, z rytmem pór roku (np. procesja z drewnianą rzeźbą Chrystusa na osiołku w Niedzielę Palmową, zwyczaje związane z Wielkim Tygodniem: np. poświęcenie watry, palenie goginek, obrzędy sobótkowe).

Na uwagę zasługują tutaj Konkurs Palm Wielkanocnych (jeden z najstarszych konkursów tego typu w Polsce, odbywający się co roku w Niedzielę Palmową, któremu towarzyszą kramy wielkanocne) i „Wielka Sobota w Muzeum”



Święto Palm Wielkanocnych

(od kilku lat organizowana w Wielką Sobotę przy modrzewiowym kościele) – jest to prezentacja starych zwyczajów wielkanocnych (w tym: przepędzenie zła, poświęcenie watry z goginkami, poświęcenie wody) połączona ze święceniem pokarmów.

W sezonie wiosenno-letnim odbywają się na terenie zabytkowego kościółka – muzeum wystawy poświęcone żyjącym i nieżyjącym, ważnym dla regionu postaciom kultury i sztuki.

Latem, głównie w lipcu, organizowane są koncerty muzyki klasycznej (organowe, skrzypcowe, etc.) oraz jazzowe.

Stałym elementem letnich wydarzeń jest „Jarmark w Muzeum” (organizowany 22 lipca w parafialny odpust Marii Magdaleny) łączący prezentację warsztatowe ludowych twórców z formułą jarmarku wyrobów tradycyjnych i występami zespołów regionalnych.

Ponadto pod koniec roku (w grudniu) organizowana jest czasowa ekspozycja poświęcona zwyczajom związanym z okresem Bożego Narodzenia.

Muzeum im. Wł. Orkana, ul. Orkana 2, tel. 18 26 76 747,
biuro ul. Sądecka 6, tel. 18 26 76 289, www.muzeum-orkana.pl
Godziny otwarcia Muzeum:

w sezonie: od 1 lipca do 31 sierpnia – codziennie od 9:00 do 17:00,
poza sezonem: od 1 maja do 30 czerwca – codziennie od 9.00 do 16.00,
od 1 września do 30 kwietnia czynne od 9:00 do 16:00, w poniedziałki Muzeum zamknięte.

Muzeum prowadzi Akademię Malarstwa na Szkle w której odbywają się lekcje muzealne dotyczące kultury materialnej i duchowej Zagórzan.

Wszystkie zajęcia muzealne odbywają się w specjalnie do tego celu przystosowanej, przestrzennej sali, która mieści jednocześnie ok. 50 osób.

Proponowane zajęcia edukacyjne:

I. Warsztaty „Na Szkle Malowane...” obejmują:

- część teoretyczną – wykład na temat historii malarstwa na szkle i jego roli w codziennym życiu mieszkańców zagórzańskich wsi, a także dawnych technik malarskich
- część praktyczną – malowanie na szkle wzorów regionalnych

II. „Beskidzkie Ptaszki Malowane – dawna zabawka ludowa”

Zajęcia warsztatowe, podczas których dzieci mogą poznać najpopularniejsze

wyroby zabawkarzy z okolic Żywca. Prowadzone są również rozmowy o rzeczywistości dziecka na dawnej wsi oraz o zabawach i zabawkach jakimi bawili się nasi przodkowie. W części praktycznej uczestnik warsztatów zdobi drewnianego ptaszka używając do tego celu własnej wyobraźni czy też inspirując się pozornymi wzorami zdobień.

III. „Dawna Wiejska Moda – czyli jak się ubierano i dbano o urodę”

Zajęcia muzealne przeznaczone są zarówno dla dzieci jak i młodzieży szkolnej. Poprzez czynne uczestnictwo w zajęciach można poznać wszystkie aspekty związane z dawną modą i strojem tradycyjnym, poczynając od kanonów piękna poprzez pozyskiwanie materiałów do szycia strojów oraz zdobniczych trendów jakie panowały na wsi na przełomie XIX/XX wieku. Uczestnicy poznają również elementy tradycyjnego stroju Zagórzan oraz funkcje jakie pełniły one w dawnych obrzędach a także sposoby dbania o urodę i garderobę.

IV. „Pasterstwo W Gorcach”

Lekcja muzealna ma na celu przybliżenie tej ciekawej gałęzi gospodarki jaką był sezonowy wypas owiec w Gorcach. Uczestnicy zapoznają się z przygotowaniami do redyku oraz zabiegami magicznymi mającymi zapewnić dobry wypas owiec. Poznają codzienne życie na hali, dawne przysiępki pasterskie oraz wyposażenie tradycyjnej bacówki.

Oprócz tego prowadzone są na specjalne zamówienie warsztaty dot. plastyki obrzędowej oraz dawnych zwyczajów związanych z okresem świąt.

Informacje na temat warsztatów u Organizatora – Muzeum im. Wł. Orkana, ul. Sądecka 6, tel. 18 26 76 289.

Terminy do uzgodnienia (z co najmniej kilkudniowym wyprzedzeniem), czas trwania zajęć ok. 1 - 1,5 h.

MUZEUM GÓRALI I ZBÓJNIKÓW

To wyjątkowe miejsce, do którego powinien trafić każdy odwiedzający Rabkę-Zdrój. Mieści się we wpisanej do rejestru zabytków chałupie góralskiej - Domu pod Trzema Madonnami oraz sąsiadujących obiektach. Ekspozycja poświęcona jest góralom zamieszkującym okoliczne góry i zbójnikom karpackim; zadowoli osoby w każdym wieku. To jedyna nowoczesna, interaktywna i multimedialna wystawa o tej tematyce w Małopolsce. Każdy może spróbować tu wielu dawnych czynności m.in. prania na tarze, spania na sianie i przymierzyć elementy stroju góralskiego. Ekspozycja jest idealnym miejscem by w przystępnej formie poznać kulturę Podhala, regionalne

zwyczaje, legendy. Dla najmłodszych zwiedzanie odbywa się w formie zabawy.

Muzeum dostępne jest dla osób indywidualnych oraz grup. Oferta dla grup obejmuje szereg zajęć edukacyjnych dotyczących historii, regionu, gór oraz gry edukacyjno-przygodowe z poszukiwaniem skarbu i zdobywaniem zbójnickich sprawności. Istnieje możliwość realizacji indywidualnych zamówień, również poza siedzibą Muzeum.

Muzeum Górali i Zbójników

Chata Artystycznych Przygód

Pracownia kreatywna dla osób indywidualnych i grup. Możliwość zdobienia pamiątek drewnianych – m.in. ciupag, ptaszków, szkatulek. Malowanie obrazków na szkle, również na podstawie oryginalnych szkiców Jana Fudali. Popularną nowością są warsztaty tworzenia pamiątek z wycieczki. W ofercie są również m.in. warsztaty włóczkowe, tradycyjnych kwiatów z bibuły, czap zbójnickich, prezentów, ozdób świątecznych, filcowanie.

Muzeum Górali i Zbójników

Chata Artystycznych Przygód

ul. Sądecka 4, 34-700 Rabka – Zdrój

tel. 795 222 925, www.muzeum-zbojnikow.pl, www.chata-artystyczna.pl



Muzeum Górali i Zbójników

GALERIA „POD LILIANĄ”

W jednej z najstarszych rabczańskich willi, „Liliane” (1880 r.), mieści się galeria rabczańskich twórców. Swoje prace wystawiają tu artyści prezentujący m.in. rzeźbę, wyroby ceramiczne, garncarskie, obrazy malowane na szkle, bibułkarstwo, hafty i wyszywanki, metaloplastykę.

Część artystów podczas pełnionych dyżurów pracuje na miejscu, więc można podpatrywać, jak powstają ich dzieła. Można się tu także umówić na lekcje garncarstwa, malowania na szkle, bibułkarstwa, rzeźby w drewnie, decoupageu, haftu i inne. Z lekcji tych chętnie korzystają



Ekspozycja w galerii Pod Lilianą

rodzice przyprawdzający pod „Liliannę” swe pociechy oraz grupy dzieci i młodzieży przebywające w sanatoriach, na zimowiskach i zielonych szkołach (do 25 osób). Artyści uczestniczą w kiermaszach i targach na terenie Małopolski, promując sztukę podhalańską za granicą kraju.

Galeria „Pod Lilianną”, ul. Nowy Świat 1, czynna codziennie od godz. 11.00 do 17.00. Umawianie grup, informacje – MOK, tel. 18 26 76 626.

GALERIA AUTORSKA EWY ŁACZEK-DALEKI

Artystka wychowała się w Krakowie a z wyboru jest mieszkanką Rabki-Zdroju. Tu powstały jej najlepsze obrazy i ukształtował się jej artystyczny wizerunek.

Jest artystką wszechstronną – lubi olej, pastele, akwarelę i rzeźbę.

Tematyka prac to pejzaże gorczańskie i tatrzańskie, kwiaty, portret, architektura, martwa natura, rzeźby ceramiczne oraz w drewnie polichromowanym.

W galerii można oglądnąć bogatą kolekcję prac artystki.

Galeria Autorska, ul. Kręta 3,

tel. 515 098 948, www.laczek-daleki.netgaleria.pl



Ekspozycja w galerii przy ul. Krętej

PRACOWNIA CERAMICZNA KLAJSTER MAJSTER

W pracowni Kłajster Majster powstaje ceramika użytkowa, dekoracyjna, artystyczna, tworzona także na indywidualne zamówienie. Tu powstają finezyjne misy zdobione kolorowymi szkliwami i wzorami, zestawy kuchenne i łazienkowe o ciekawych formach, unikatowe detale wystroju wnętrz takie jak: płytki ceramiczne, umywalki i lampy jak również wesołe zawieszki, pięknie barwiona biżuteria i inne.

Pracownia czynna pn. – pt.

w godz. od 10.00 do 14.00, ul.

Sądecka 15, tel. 600 067 029,

www.klajstermajster.wix.com/pracownia



Ekspozycja w galerii Pod Lilianną

POGOTOWIE SZTUKI

W Galerii wystawiają swoje prace artyści plastycy wszelkich specjalności, zarówno uznani profesjonaliści jak i młodzi debiutanci.

To miejsce spotkań z kulturą. Tutaj nie tylko można zobaczyć rzeźbę, malarstwo czy grafikę, ale również, przy okazji wernisaży posłuchać kameralnego koncertu, spotkać się z artystami, a także obejrzeć spektakl teatralny. Dwa niewielkie pomieszczenia i otwarta przestrzeń przed Galerią stwarzają dogodne możliwości prezentacji swojej twórczości każdemu artyście.

Pogotowie Sztuki

ul. Orkana 20, tel. 18 26 79 686, www.facebook.com/pogotowieszutki



Pogotowie Sztuki

GALERIA ACh

Mieszcząca się w Chabówce pracownia i galeria malarstwa, to klimatyczne miejsce, gdzie można zobaczyć obrazy na szkle, witraże, malarstwo olejne i akrylowe oraz różne rodzaje rzemiosła.

Galeria prowadzi warsztaty artystyczne z różnych technik, pod profesjonalnym okiem artystów, każdy może wykonać obraz na szkle, witraż lub inny rodzaj malarstwa.

Galeria „ACh” jest także siedzibą Stowarzyszenia Alternatywa Chabówka. Pracownia i galeria czynna jest po uzgodnieniu telefonicznym, Galeria ACh

Chabówka 210, tel. 506 484 118, <https://artala.wixsite.com/malarstwo>



Galeria ACh

GALERIA PLENEROWA

W Amfiteatrze – siedzibie Miejskiego Ośrodka Kultury, organizowane są plenerowe wystawy twórców profesjonalnych, amatorów, oraz prace dzieci i młodzieży.

Amfiteatr, ul. Chopina 17, tel. 18 26 76 626, www.mok.rabka.pl

SKANSEN TABORU KOLEJOWEGO

W Chabówce (ok. 2 km od centrum Rabki) otwarty został w 1994 r. Skansen Taboru Kolejowego. Mieści się na terenie dawnej parowozowni, wybudowanej w czasie II wojny światowej.

Słynie z najliczniejszej i jednej z najciekawszych kolekcji eksponatów normalnotorowych i wąskotorowych

związanych z historią kolejnictwa na ziemiach polskich. Na kilku torach urządzono ekspozycję zabytkowych, wycofanych z ruchu parowozów, lokomotyw elektrycznych i spalinowych, wagonów osobowych, pocztowych, pługów, żurawi i innego taboru specjalnego, pozostawiając urządzenia umożliwiające zaopatrzenie czynnych eksponatów w węgiel i wodę oraz czyszczenie paleniska.

W skansenie można na bieżąco realizować zamówienia na uruchamianie pociągów retro z programem dostosowanym do potrzeb Klienta oraz wynajmować tabor do realizacji zdjęć filmowych zgodnie z realiami historycznymi – z wynajmu korzystano przy produkcji filmów m.in. „Lista Schindlera”, „Przedwiośnie”, „Szatan z siódmej klasy”, „Przygody dzielnego wojaka Szwajka”, „Karol”, „Katyń”.



Parowozjada

Plug odśnieżny syst. Bjorke nr 12 611



W budynku administracyjnym znajduje się stała wystawa poświęcona historii kolei w rejonie Chabówki ze szczególnym uwzględnieniem parowozowni pełniącej dziś rolę skansenu. Prowadzona jest również sprzedaż wydawnictw hobbystycznych i pamiątek.

W weekendy, w okresie letnim skansen organizuje przejażdżki pociągami retro. Odbývają się według obowiązującego rozkładu jazdy na atrakcyjnych turystycznie trasach Chabówka – Kasina Wielka. Podróż zabytkowym pociągiem zestawionym z lokomotywy parowej i wagonów sprzed 70 lat to dla wszystkich pełna niezapomnianych wrażeń, niepowtarzalna forma atrakcyjnego wypoczynku.

Skansen oferuje również 35 miejsc noclegowych w pokojach 2, 3, i 4-osobowych. Do dyspozycji gości jest kuchnia, sala kominkowa, świetlica, plac zabaw dla dzieci, grill.

Skansen Taboru Kolejowego w Chabówce,
zwiedzanie – możliwość wynajęcia przewodnika,
tel. 32 72 23 875, 663 292 713, www.skansenchabowka.pl



Wagon salonowy nr 07 serii Ashx



Parowozjada - parada parowozów

Ważnym elementem dla rozwoju Gminy Rabka-Zdrój jest promocja produktów lokalnych z którą utożsamiają się mieszkańcy regionu. Możemy poszczycić się wieloma przedsięwzięciami i produktami, które kojarzą się z naszą Gminą – są to wartości kulturalne, uzdrowskie oraz regionalne. Produkt lokalny to najczęściej wyrób lub usługa, z którą utożsamiają się mieszkańcy regionu. Jest on produkowany w sposób nieprzemysłowy, niemasywny, z surowców lokalnych lub przy użyciu lokalnych metod wytwarzania. Produkt lokalny to także produkt, który dla mieszkańców danego regionu jest codzienny, pospolity, natomiast dla osób z zewnątrz stanowi coś wyjątkowego i specyficznego.

Teatr Lalek Rabcio

Od 1949 roku, nieprzerwanie wizytówką teatru są przedstawienia oparte o rodzimy folklor oraz tradycje, opowiadają także o dawnych bohaterach ludowych.

W repertuarze wyraźna jest próba utrzymania sztuk granych dawniej, baśni klasycznych i baśniowych opowieści współczesnych dla małych widzów oraz pozycji związanych z kulturą regionu. A z drugiej strony widać dążenie do wprowadzania nowych pozycji, nadania starym odmiennej inscenizacji i oprawy scenograficznej, umożliwienie prób autorskich i reżyzerskich.



Uzdrowsko Rabka S.A.

Największym bogactwem Uzdrowska Rabka, są źródła solankowych wód leczniczych. Lecznicze, pielęgnacyjne i profilaktyczne działanie solanki znane jest już od stuleci. Naturalne rabczańskie solanki nieskażone cywilizacją, niezanieczyszczone chemią, leczą choroby układu: oddechowego, krążenia, nerwowego i narządu ruchu.



Galeria Pod Lilianną

Rodzimi artyści prowadzą tutaj warsztaty edukacyjne, można również obejrzeć różnego rodzaju wyroby rękodzielnicze m.in.: drewniane rzeźby, wyroby ceramiczne, garncarskie, malarstwo, obrazy malowane na szkle, hafty, przedmioty wykonane z bibuły oraz metaloplastykę.



Dom Solanki w Parku Zdrojowym

z dwiema tężniami – zewnętrzną i wewnętrzną w budynku, połączonymi z przelewowym oczkiem solankowym oraz dwoma urządzeniami do czerpania wód.



Pracownie artystyczne, ceramiczne i garncarskie

Zajmują się wykonywaniem rękodzieła i prowadzeniem otwartych warsztatów zarówno dla dzieci, młodzieży jak i dorosłych.



Pasieka Edukacyjna

Zrzeszenia

Pszczelarzy Gorczańskich



Rabczańska Strefa Rękodzieła

Zajęcia edukacyjne dla dzieci i młodzieży. Nauka wykonywania ozdób drewnianych, szklanych, bibułkarstwa. Dla osób dorosłych zajęcia nauki pranie na tarze, maglowania, wykonywania kiszzonek.

TEATR LALEK „RABCIO”

„Rabcio” to Teatr Lalek o bogatej tradycji. Jego początki to amatorskie przedstawienia dla dzieci przebywających w sanatoriach w Rabce. Inauguracyjny spektakl odbył się 12 listopada 1949 roku adaptacją baśni Marii Konopnickiej „O Krasnoludkach i sierotce Marysi”.

Początkowo przedstawienia odbywały się wyłącznie w sanatoriach w Rabce, później teatr wyruszył do innych miejscowości, zawsze gorąco oczekiwany przez dzieci. Zespół podróżował dużo, zarówno w najbliższej okolicy jak i w odległych miastach i województwach, a także za granicą. Gościł w Jugosławii, Czechach, Słowacji, w Niemczech, Szwecji, Hiszpanii, Bułgarii, Wielkiej Brytanii, Meksyku. Brał udział w wielu festiwalach krajowych i zagranicznych m.in Białymstoku, Bielsku-Białej, Opolu, Warszawie, Hamburgu, Hanowerze, Zagrzebiu, Splicie, Szybeniku..., zdobywając wszędzie nagrody i wyróżnienia. Repertuar teatru, adresowany jest nie tylko do najmłodszej widowni, ale także dla młodzieży i widzów dorosłych. Aktorzy posługują się urozmaiconą techniką lalkową, od prostych kukieł poprzez jawajki, pacynki, marionetki, maski. Wizytówką teatru są



Nowa siedziba Teatru Lalek „Rabcio”

Scena z przedstawienia „Brzydkie kaczątko”



przedstawienia oparte o folklor, opowieści o górach oraz dawnych bohaterach ludowych, kultywujące tradycje regionu.

Obecnie w repertuarze znajduje się kilkanaście tytułów, prezentowanych w formie wyjazdowych spektakli na terenie kraju oraz w siedzibie teatru.

Scena, ul. Orkana,
tel. 18 26 77 648,
sprzedaż biletów w kasie teatru na godzinę przed spektaklem.
www.rabcio.nowotarski.pl

MIEJSKI OŚRODEK KULTURY

Miejski Ośrodek Kultury jest samorządową instytucją kultury, działającą na terenie Rabki-Zdroju od ponad 30 lat. Prowadzi wielokierunkową działalność w zakresie edukacji kulturalnej, wychowania przez sztukę i upowszechniania kultury. Liczne oferty kierowane są do mieszkańców gminy, kuracjuszy, wczasowiczów i turystów. Z uwagi na charakter uzdrowiska, zdecydowanie dominuje oferta adresowana do najmłodszych. MOK jest głównym organizatorem m.in. Karpackiego Festiwalu Dziecięcych Zespołów Regionalnych (czerwiec) oraz Międzynarodowego Festiwalu Muzyki Organowej (przełom lipca i sierpnia) oraz współorganizatorem wielu cyklicznych imprez kulturalnych odbywających się w mieście. Siedzibą Ośrodka jest Amfiteatr.

MOK, ul. Chopina 17,
tel. 18 26 76 626, www.mok.rabka.pl



„Tomcio Paluszek”



„Miś Tymoteusz Rym Cim Ci”



Karpacki Festiwal w Amfiteatrze

AMFITEATR

Rabczański Amfiteatr, zwany także Muszlą Koncertową, znajduje się przy ulicy Chopina 17 i przylega do deptaku spacerowego prowadzącego do fontanny ze słoniami.

Obiekt służy mieszkańcom i gościom już ponad 40 lat. W latach 2011-2012 przeszedł kompleksową modernizację dzięki której zyskał zadaszenie nad częścią dla widowni oraz został przystosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych. Na widowni zasiąść może ponad 800 osób. Uroczyste otwarcie Amfiteatru po modernizacji miało miejsce 1 lipca 2012 roku.

Muszla Koncertowa stanowi centrum wydarzeń kulturalnych i edukacyjnych w uzdrowisku. Gmina Rabka-Zdrój rokrocznie opracowuje szczegółowy kalendarz imprez, które wspólnie z Miejskim Ośrodkiem Kultury w Rabce-Zdroju, realizuje na terenie Amfiteatru. W planie imprez znaleźć można atrakcje dla całej rodziny – koncerty, spektakle i konkursy. Są to m.in. rabczańska Majówka i Sylwester, występy kabaretów, Festiwal Piosenki Przedszkolnej, Taneczne Wakacje. Latem na scenie Amfiteatru odbywa się Karpacki Festiwal Dziecięcych Zespołów Regionalnych, podczas którego swój folklor prezentują dzieci z różnych regionów górskich, oraz cykliczne występy teatralne dla najmłodszych w ramach Wakacyjnego Festiwalu Bajek. Od 2014 roku Amfiteatr jest również siedzibą Miejskiego Ośrodka Kultury w Rabce-Zdroju.



Szczegółowe informacje o aktualnych imprezach kulturalnych i sportowych odbywających się w Rabce-Zdroju udziela Miejski Ośrodek Kultury, tel. 18 26 76 626.

STOWARZYSZENIE MIŁOŚNIKÓW KULTURY LUDOWEJ

Stowarzyszenie Miłośników Kultury Ludowej w Rabce-Zdroju (SMKL) powstał w 2005 r. z inicjatywy młodych ludzi, którzy pasjonują się kulturą ludową w szerokim tego słowa znaczeniu: materialną, duchową i społeczną. Celem stowarzyszenia jest kultywowanie i upowszechnianie własnej kultury poprzez prowadzenie zespołów folklorystycznych oraz organizowanie imprez kulturalnych, warsztatów, szkolek muzycznych. W SMKL zrzeszeni są lokalni twórcy ludowi m.in. kowale, rymarze, poeci, malarze, rzeźbiarze, muzycanci, hafciarze, bibułkarze a także folklorysty i etnolodzy. W 2010 roku SMKL otrzymało status pożytku publicznego. Przy Stowarzyszeniu działa zespół folklorystyczny- Dziecięcy Zespół Regionalny „Majeranki” złożony z dwóch grup wiekowych: dziecięcej i młodzieżowej.

Siedziba SMKL mieści się w Chabówce nr 263,
tel. 501 134 656, www.smkl-rabka.pl



Występ w Amfiteatrze

DZIECIĘCY ZESPÓŁ REGIONALNY „MAJERANKI”

Majeranki powstały podobnie jak SMKL w 2005 r. Założycielem i kierownikiem artystycznym zespołu jest dr Dorota Majerczyk (etnolog, folklorysta) natomiast kierownikiem kapeli jest Piotr Majerczyk (multi-instrumentalista, budowniczy dud podhalańskich).

Repertuar zespół opiera na folklorze i folkloryzmie Niżnego Podhala. Skład zespołu Majeranki tworzą dzieci w wieku od 6 do 16 lat z Rabki-Zdroju oraz okolicznych miejscowości: Chabówki, Skawy, Sieniawy, Rdzawki, Raby Wyżnej, Raby Niżnej, Krzczonowa i Olszówki. Obecnie zespół liczy 80 osób. Instruktorami tańca są: Katarzyna Majerczyk - Bobak oraz Dariusz Bańka. Przy zespole istnieje również szkółka gry na instrumentach ludowych prowadzona przez Jakuba Rusieckiego. Od 2019 roku szkółkę gry na dudach podhalańskich prowadzi Piotr Majerczyk.

Majeranki mają na swoim koncie wiele sukcesów. Zespół jest ambasadorem kultury regionu w kraju i na świecie. Zespół występował m.in. w: Wielkiej Brytanii, Francji, Bułgarii, Danii, Niemczech, Włoszech, Serbii, Słowacji, Czechach, Austrii, Chorwacji, Bośni i Hercegowinie, Węgrzech, Kanadzie, Meksyku, USA, Ekwadorze, Cyprze, Litwie, Bułgarii, Turcji, Peru, Macedonii, Chile.

Do najważniejszych osiągnięć zespołu należą: trzykrotnie zdobyta najwyższa I nagroda „Złote Kierpce” na Tatrzańskim Przeglądzie Zespołów Regionalnych w Zakopanem, dwukrotnie I miejsce w konkursie tańca zbójnickiego w Białym Dunajcu, II i III miejsce w Przezieracce Młodych Śpiewoków i Tonecników w Ratułowie, I i III miejsce w Konkursie Muzyk Podhalańskich w Nowym Targu, II miejsce w Ogólnopolskim Konkursie Tańca Ludowego w Łąncucie, trzy wyróżnienia na Karpackim Festiwalu Dziecięcych Zespołów Regionalnych w Rabce Zdroju oraz dwukrotny udział w Międzynarodowym Festiwalu Dziecięcych Zespołów Regionalnych „Święto Dzieci Gór” w Nowym Sączu. Ponadto zespół uczestniczył w wielu projektach kulturalnych, m.in. w promocji książki „O koziołku Matolku” z Jackiem Cyganem (Instytut Polski w Rzymie), międzynarodowym projekcie prof. Marii Pomianowskiej „Chopin bez granic”, podczas którego dzieci z Afryki, Rosji, Kazachstanu i Polski (Majeranki) wykonały utwory F. Chopina we własnych interpretacjach.



Dziecięcy Zespół Regionalny „Majeranki”

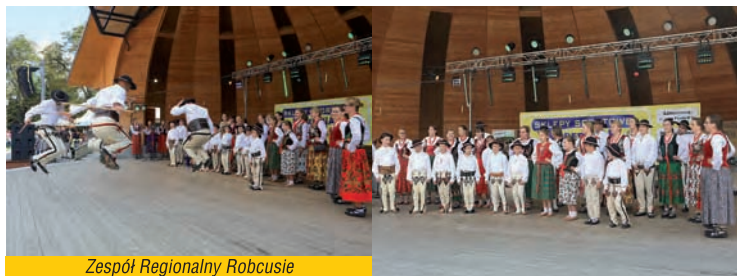
Majeranki wzięły udział w licznych programach telewizyjnych nie tylko w Polsce ale również za granicą. W ciągu 15 lat swojej działalności zespół nagrał i wydał pięć płyt CD z muzyką instrumentalną i wokalną.

ZESPÓŁ REGIONALNY „ROBCUSIE”

Robcusie mają bogatą i barwną przeszłość. Swoimi korzeniami sięgają okresu międzywojennego, kiedy to przy ówczesnym Ognisku Związku Podhalan powstał Dziecięcy Regionalny Zespół. Najprawdopodobniej był pierwszym dziecięcym zespołem regionalnym na Podhalu. Początkowo występował pod nazwą „Kropianka”, a od 1998 roku nosi nazwę Zespół Regionalny „Robcusie” im. Antoniny Zachary-Wnękowej.

W 2009 r. powstaje też drugi - dorosły zespół, składający się z rodziców „Robcusi” oraz osób, które dawniej tańczyły i śpiewały w „Kropiance”. Obecnie do zespołu dziecięcego uczęszczają dzieci i młodzież od 3-18 lat nie tylko z Rabki, ale i okolicznych miejscowości, gdzie szlifują góralski śpiew, taniec oraz grę na instrumentach ludowych.

„Robcusie” rokrocznie uczestniczą w rabczańskich uroczystościach. W czasie Świąt Bożego Narodzenia inscenizują góralskie jasełka, przygotowują palmy na organizowane przez Muzeum im. Wł. Orkana konkursy Palm Wielkanocnych, oraz odświeżają zapomniane już Zwyki Wielkopostne i Wielkanocne. Uświetniają też swoją obecnością inne uroczystości (także w sąsiednich gminach), zarówno kościelne jak i świeckie (wieczorki taneczne, dożynki gminne, festiwale dziecięce).



Zespół Regionalny Robcusie

Ostatnimi czasy zespoły, dziecięcy i dorosły, gościły między innymi na ziemi krakowskiej, Kalwarii, Skalbmierzu, Szczawnicy, Zakopanem. W Białym Dunajcu w 2009 i 2010 r. otrzymali wyróżnienie, w przeglądzie Młodych Toniecników i Śpiwowoków. W 2005, 2007 i 2010 r. dzieci uczestniczyły, odnosząc spore sukcesy, w Europejskim Festiwalu Twórczości Młodych w Karlinie w woj. zachodniopomorskim, zorganizowanym pod hasłem „Muzyka łączy narody”. W roku 2008 zespół pojechał do Francji na zaproszenie Polonii francuskiej i ks. W. Gronowicza, gdzie śpiewał i tańczył

w Troyes i w Paryżu. Od kilku też lat „Robcusie” współpracują ze słowackim zespołem „Drienok” z Mosowiec. We wrześniu 2010 roku zespół występował w Chorwacji.

Adres do korespondencji: 34-700 Rabka-Zdrój, ul. Podhalańska 6.

ZESPÓŁ GÓRALSKI „POWICHER” Z RDZAWKI

Zespół działa przy Stowarzyszeniu na Rzecz Kulturalnego Rozwoju Wsi Rdzawka. Powstał w Rdzawce w pierwszych miesiącach 2007 roku. Repertuar zespołu oparty jest na folklorze podhalańskim, który jest najbliższy sercom mieszkańców Rdzawki.

Działalność zespołu obejmuje:

1. Poznawanie i popularyzacja piosenek i tańców, przede wszystkim, regionu gorczańskiego, a także folkloru góralskiego z innych regionów i rozwijanie szacunku dla tradycji.
2. Organizowanie czasu wolnego dzieciom i młodzieży a także zapobieganie patologiom.
3. Rozwijanie zainteresowań i zdolności młodych ludzi, poszerzanie wiedzy o kulturze.
4. Uważliwianie młodych ludzi na drugiego człowieka (niezależnie od jego sprawności czy pochodzenia) i kształtowanie w nich postawy akceptacji i tolerancji.



Zespół Góralski „Powicher” z Rdzawki

Stowarzyszenie na Rzecz Kulturalnego Rozwoju Wsi Rdzawka
Rdzawka 276,

www.rdzawka.rabka-net.pl/index.php/site-map/weblinks

ZESPÓŁ REGIONALNY „PRYMNI” Z PONIC

Zespół działa przy Zespole Szkoły Podstawowej i Gimnazjum w Ponicach. 12 listopada 2011 r. podczas posiadów regionalnych organizowanych przez Stowarzyszenie „Poni...ce do kłębka”, działający przy ZSPiG w Ponicach zespół regionalny, otrzymał swoją nazwę – Prymni. Nazwa ta, o jeszcze łacińskim rodowodzie, znaczy: wiodący prym, ale też sprawujący przewodnictwo. Zespół jest wielopokoleniowy i liczy obecnie przeszło 40 osób. Udział w zajęciach dorosłych mieszkańców Poniec, umożliwia łączenie pokoleń i naturalny przekaz tradycji. W trakcie zajęć uczestnicy uczą się tańca i śpiewu z regionu podhalańskiego oraz elementów kultury zagórzańskiej.

www.szkolaponice.rabka.pl



Zespół Regionalny „Prymni” z Poniec



„ŚLEBODA” PRACOWNIA RZEźBIARSKA

Zygmunt Wójtowicz, właściciel pracowni rzeźbiarskiej „Śleboda”, jest czynnym rzeźbiarzem amatorem, który od wielu lat aktywnie uczestniczy w życiu kulturalnym miasta, podtrzymując tradycje kultury ludowej. Uprawia głównie rzeźbę sakralną: świątki, anioły, szopki, kapliczki, lecz również zajmuje się rzeźbą o tematyce góralskiej. Jego prace cechuje indywidualny, własny styl, uznany wśród twórców amatorów.

Wielokrotnie uczestniczył w wystawach zbiorowych m.in. w Krakowie, Nowym Sączu, Radomiu, Skawinie, Toruniu, Warszawie i w Rabce-Zdroju (gdzie odbyła się również jego wystawa indywidualna), reprezentując twórców rabczańskich.



Grupa dzieci z wizytą u artysty

Uczestnik wielu konkursów rzeźbiarskich, laureat dyplomów, nagród i wyróżnień. Autor drogi krzyżowej w Mszanie Dolnej oraz przy czerwonym szlaku na Górę Maciejową.

Prace artysty można spotkać w muzeach w Rabce-Zdroju, Nowym Sączu, Toruniu oraz u prywatnych kolekcjonerów w kraju i za granicą. To również niezrównany gawędziarz. Podczas pokazów, które organizuje w swojej pracowni, ucząc dzieci rzeźby i szacunku do tradycji podhalańskiej, w zajmujący sposób opowiada legendy i gawędy regionalne, przygrywając na akordeonie i organkach.

„Śleboda”

Pracownia Rzeźbiarska Zygmunta Wójtowicza,

ul. Gorczańska 45, tel. 18 26 70 261, wizyty proszę uzgadniać telefonicznie.

PRACOWNIA LUTNICZA

Właścicielami pracowni w Chabówce są bracia Piotr i Paweł Kowalcze. Tworzą różnego rodzaju instrumenty strunowe. Spod ich rąk wychodzą takie instrumenty jak: lutnie, viole do gamba, teorbany, skrzypce, altówki, wiolonczele i wiele innych. Konserwacja i odbudowa instrumentów zabytkowych to specjalność Braci Kowalcze. Zamówić można u nich także kopie starych instrumentów. Korzystają z tego głównie soliści i zespoły, których elementem rozpoznawczym jest muzyka dawna. Wykonane przez nich egzemplarze tego typu instrumentów znajdują się m.in. we Francji i Niemczech.

Nie bez znaczenia jest również fakt, iż czołowy polski lutnista Antoni Pilch posiada lutnie pochodzące właśnie z pracowni w Chabówce.

Pracownia jest czynna po uzgodnieniu telefonicznym, Chabówka 251, tel. 605 063 172, www.lutnictwo.eu



Pracownia lutnicza

Pomnikami przyrody nazywamy pojedyncze twory przyrody ożywionej i nieożywionej lub ich skupienia, o szczególnej wartości przyrodniczej, naukowej, kulturowej, historycznej lub krajobrazowej. Mogą to być m.in. krzewy, drzewa, odznaczające się sędziwym wiekiem, wielkością, niezwykłymi kształtami lub innymi cechami. Na terenie gminy spotykamy wiekowe drzewa, które oparły się działaniu czasu i starości, będąc pamiątką odległej historii sięgającej dziejów, kiedy to Rabkę otaczała puszcza.

1. Grupa drzew okalająca zabytkowy kościół św. Marii Magdaleny (Muzeum im. Wł. Orkana), przy ul. Orkana, reprezentowana jest przez trzy okazy dębu szypułkowego, o obwodzie w pniu od 4,5 do 6,4 metra, lipy szerokolistne, o obwodzie od ok. 180 do 280 cm, jesiony wyniosłe o obwodzie od ok. 280 do 470 cm i pojedynczy klon jawor. Drzewa są okazałe, w większości o dobrej kondycji, żywotne. Dęby i lipy zasadzone były w 1637 r.

2. Okaz sosny zwyczajnej znajduje się naprzeciw cmentarza parafialnego przy ulicy Orkana. Wysokość sosny to 15 metrów, obwód pnia 370 cm, nietypowa parasolowata korona, wiek ok. 550 lat. Rośnie na stanowisku naturalnym i jest pozostałością po występujących dawniej w tej okolicy borach mieszanych. Uważana jest za najciekawszą przyrodniczą osobliwość Rabki.

3. Jesion wyniosły przy ulicy Poniatowskiego w Rabce Słonem. Jest to najstarszy jesion w Gorcach, pień drzewa zmurszały, obwód ok. 480 cm, wiek ok. 500 lat. Na drzewie drewniana kapliczka.

4. Lipa szerokolistna przy ulicy Rabskich. Drzewo żywotne w dobrej kondycji. Obwód pnia ok. 380 cm, wiek ok. 260 lat.

5. Grupa 10 modrzewi europejskich w Parku Zdrojowym, przy ulicy Parkowej, sadzonych



w okręgu, o obwodzie od ok. 100 do 230 cm, wiek ok. 100 lat.

6. Grupa 8 modrzewi europejskich w Parku Zdrojowym, przy ulicy Parkowej, sadzonych w okręgu, o obwodzie od ok. 150 cm do 190 cm, wiek ok. 100 lat.

7. Dąb szypułkowy przy ulicy Orkana, naprzeciw Centrum Zdrowia i Urody. Okazałe drzewo w bardzo dobrej kondycji, pień rozdwojony, wielokonarowa, rozłożysta korona. Obwód ok. 465 cm, wiek ok. 300 lat.

8. Dąb szypułkowy przy ulicy Rynek obok Rabkolandu. Obecnie, to okazałe drzewo rośnie pomiędzy zabudowaniami, obwód około 530 cm, wiek ok. 400 lat.

W Chabówce

9. Grupa lip szerokolistnych otaczająca zabytkowy kościółek św. Krzyża na Górze Piątkowej w Chabówce. Wiek drzew około 250 lat, najokazalsze mierzy około 420 cm obwodu pnia. Na większości drzew widoczne ślady po pożarze kościołka w 1994 roku.

Fot. również na stronie 28.

10. Źródło Pociesznej Wody naprzeciw kościółka św. Krzyża wraz z grupą drzew - kasztanowiec zwyczajny, klon jawor, jesion wyniosły i lipa drobnolistna. Pomnik przyrody od 1997 roku. Fot. na stronie 29.





Fontanna przy Deptaku

Oferta wypoczynkowa dla turystów i kuracjuszy przebywających w Rabce-Zdroju jest naprawdę ciekawa. Znakomita baza noclegowa – liczne domy wypoczynkowe, pensjonaty, pokoje gościnne oraz zaplecze gastronomiczne, tworzą doskonały punkt wyjściowy do wycieczek w Gorce i Beskid Wyspowy. Przepiękny Park Zdrojowy w centrum miasta, place zabaw dla dzieci, możliwość kąpiel, uprawiania sportów letnich i zimowych oraz bogata oferta turystyczna stanowią o atrakcyjności uzdrowiska. Szlaki spacerowe, ośrodki jazdy konnej, stadion sportowy, skate park, stoki narciarskie, uzupełniają ofertę czynnego spędzania wakacyjnego pobytu. Jeśli dodamy do tej oferty łagodny klimat, który charakteryzuje się korzystnym stopniem nasłonecznienia i stosunkowo niewielką ilością opadów oraz położenie miasta w górskiej kotlinie, zapewniające osłonę od silnych wiatrów, Rabka-Zdrój prezentuje się jako miejsce w którym chce się wypoczywać!

PARK ZDROJOWY

Szczególnym miejscem w Rabce-Zdroju jest Park Zdrojowy, który od ponad stu lat jest nierozdzielnie związany z historią uzdrowiska. To oaza zieleni gdzie każdy znajdzie coś dla siebie. Dla dzieci – place gier i zabaw, park linowy, wypożyczalnia gokartów rowerowych, dla aktywnych korty tenisowe, boiska do gier zespołowych, ścieżka zdrowia, siłownia na wolnym powietrzu, Skate i Trial Park oraz Plac pod Grzybkami – miejsce gdzie



odbywają się koncerty i wieczorki taneczne. Na spragnionych ciszy i wypoczynku czekają wygodne ławeczki oraz alejki zachęcające do spacerów. Pośród drzew spotkać można wiewiórki, które od dawna nie boją się ludzi i od cierpliwych chętnie przyjmują orzechy.

W latach 2010-2011 przeprowadzono jego kompleksową rewitalizację. W jej wyniku park został kompozycyjnie podzielony na dwie części o odmiennym charakterze. Część zachodnia tzw. strefa słońca, pełni funkcje reprezentacyjno-wypoczynkową. Przygotowano tu 10 ogrodów tematycznych z różnorodną roślinnością m.in. ogród różany, skalny, pnący i wrzosowisko. Różnorodnych kwiatów i krzewów pośród alejek zachęca do długich spacerów oraz kąpieli słonecznych. W tej części znajdują



Fontanna w Parku Zdrojowym

się również największe atrakcje parku: tężnia solankowa, place zabaw, korty tenisowe i kawiarnia. Druga (wschodnia) część parku to tzw. strefa cienia o charakterze spacerowo-refleksyjnym, nawiązującym do atmosfery parku angielskiego. Alejki zostały w niej poprowadzone po liniach prostych pośród wysokich drzew i krzewów. Prócz pięknej przyrody park oferuje odwiedzającym możliwość korzystania z zespołu urządzeń sportowych na ścieżce zdrowia, siłowni na wolnym powietrzu, boiska do siatkówki plażowej, kortów tenisowych oraz placów zabaw dla dzieci. W sierpniu 2014 roku oferta Parku Zdrojowego została poszerzona o najnowocześniejszy w skali Małopolski Skate i Trial Park wraz z torem do nauki jazdy na wózkach inwalidzkich. W Parku mają swój początek szlaki turystyczne i wytyczone w 2009 roku trasy narciarstwa biegowego, które po sezonie zimowym mogą służyć miłośnikom nordic walking.

W środku parku stoi drewniana altana „Pod Grzybkiem” – doskonałe miejsce do zorganizowania wydarzeń artystycznych.

Nieopodal „Grzybka” w sierpniu 2012 r. zostały ustawione rzeźby, które powstały w Rabce-Zdroju podczas I Międzynarodowego Plenaru Rzeźbiarskiego „Baśnie z Gór”.



Rzeźby w Parku Zdrojowym



Plac zabaw dla dzieci



Siłownia zewnętrzna



Altana „Pod Grzybkiem”



W Parku Zdrojowym



Fontanna „Nerka”

Nad rzeźbami przez dwa tygodnie (01-14.07.2012 r.) pracowała czwórka polskich i zagranicznych rzeźbiarzy - Jacek Kogutek z Zakopanego, Robert Buček z Czech, Paolo Vivian z Włoch i Piotr Bies z Rabki-Zdroju – pomysłodawca, organizator i komisarz artystyczny pleneru. Wynikiem ich pracy są cztery rzeźby z dolomitu: Księżniczka na Ziarnku Grochu, Księżniczka w Okienku, Stopa Olbrzyma i Smok.



Pomnik Jana Pawła II



Pomnik Juliana Zubrzyckiego



Ławeczka Antoniny Zachary-Wnękowej

W centrum Parku Zdrojowego znajduje się pomnik Jana Pawła II, powstały w 2005 roku, autorstwa artysty plastyka Michała Batkiewicza. Pomnik znajduje się na trasie tzw. Szlaku Papieskiego, wiodącego przez Gorce i Beskid Wyspowy.

W dniu 25 września 2014 r., w 200. rocznicę urodzin Juliana Zubrzyckiego – założyciela rabczańskiego uzdrowiska, odsłonięto jego popiersie przy fontannie „Nerka” w Parku Zdrojowym. Autorem pomnika jest rabczański artysta-rzeźbiarz Piotr Bies. Obok pomnika stanęła Ławka Zakochanych.

Natomiast, w sąsiedztwie kortów tenisowych, 26.06.2018 roku uroczyste odsłonięto Ławeczkę Antoniny Zachary-Wnękowej. To pomnik społeczności Rabki-Zdroju postawiony swojej największej i najbardziej znanej poetce. To też kolejna forma upamiętnienia osoby zasłużonej dla rabczańskiej kultury.

Na skraju parku, w rejonie willi „Pod Trzema Różami” znajduje się cmentarz żołnierzy radzieckich z czasów II wojny światowej.

Na obrzeżach parku rozlokowane są liczne budynki sanatoryjne i wille z XIX i XX w.

TĘŻNIA SOLANKOWA I PIJALNIA WÓD MINERALNYCH

Tężnia Solankowa i Pijalnia Wód Mineralnych w Rabce-Zdroju to pierwszy tego rodzaju obiekt w Małopolsce. Zostały wybudowane w pobliżu źródła solanki „Helena”, na skraju Parku Zdrojowego. Są to dwie budowle w kształcie rotund, które łączy przewiązka. W jednej z nich jest sala dla kuracjuszy w której dostępny jest szeroki wybór wód leczniczych oraz mała gastronomia. W drugiej mieści się tężnia solankowa. W jej środku znajduje się kolumna tężni, obudowana drewnianym rusztem z umieszczonymi na nim gałęziami tarniny. Ze znajdującego się pod spodem zbiornika solanka podawana jest na szczyt kolumny. Tam poprzez specjalnie do tego celu wykonaną instalację spływa po gałązkach tarniny i tworzy wokół kolumny specyficzny mikroklimat będący naturalnym, leczniczym inhalatorium. Sprzyja on profilaktyce i leczeniu górnych dróg oddechowych, alergii, nerwicy oraz nadciśnienia tętniczego. Korzystanie z tężni polega na spacerze wokół kolumny i wdychaniu wytworzonego aerozolu solankowego.

Wskazania lecznicze: przewlekłe i nawracalne stany zapalne układu oddechowego, alergie (również alergie skóry).

Wskazania profilaktyczne: ogólne wyczerpanie, rekonwalescencja po ostrej chorobie, dla osób pracujących w znacznym zapyleniu lub wysokiej temperaturze, dla palaczy tytoniu, dla osób pracujących głosem, mieszkańców dużych aglomeracji miejskich.

Przeciwwskazania: ostre choroby przebiegające z podwyższoną temperaturą



ciała, stan po świeżo przebytym zawale mięśnia sercowego, choroby nowotworowe, nadwrażliwość na brom, jod lub inne jony zawarte w solance, niewydolność naczyń wieńcowych serca, zwłaszcza u pacjentów z niskim ciśnieniem krwi.

Źródło „Helena” z którego tłoczona jest solanka m.in. do tężni otrzymało nowy pawilon o architekturze nawiązującej do fantastycznych budowli z bajki i baśni.

Tężnia Solankowa jest obiektem czynnym sezonowo. W celu konserwacji dysz i zapobieżeniu możliwości zamarznięcia obieg solanki jest zamykany z chwilą nadejścia pierwszych przymrozków.

Pijalnia Wód Mineralnych w Parku Zdrojowym czynna jest codziennie w godz. 10.00 - 18.00, tel. 728 428 785



Pijalnia Wód Mineralnych i Tężnia Solankowa



Źródło solanki „Helena”



SKATE I TRIAL PARK

W 2014 roku w rabczańskim Parku Zdrojowym pojawiła się nowa atrakcja dla miłośników jazdy na deskorolkach, rolkach i rowerach. W sezonie wakacyjnym otwarto tutaj najnowocześniejszy w Małopolsce kompleks Skate i Trial Parku wraz z torem do nauki jazdy na wózkach inwalidzkich.

Rabczański Skate Park umożliwia doskonalenie swoich umiejętności nie tylko amatorom jazdy na rolkach i desce, ale także uprawianie takich dyscyplin sportu jak: trial, bmx, rowery górskie, letni i zimowy snowboard, parkur, zarówno w wydaniu zawodowym, jak i amatorskim. Na terenie Skate Parku wykonano nawierzchnię w formie płyty żelbetowej wraz z przeszkodami. Oprócz przeszkód betonowych zamontowano gotowe przeszkody ze sklejk laminowanej.

Na terenie Trial Parku powstały przeszkody terenowe, rozmieszczone pomiędzy istniejącymi drzewami. Obszar podzielono na 3 strefy w których umieszczono różne rodzaje przeszkód:

- strefa A w której usypano kopiec ziemny o wysokości około 150 cm i osadzono w gruncie kamienie, głazy i skały,
- strefa B z przeszkodami drewnianymi wykonanymi z kłód i pni drzew w powiązaniu z głazami,
- strefa C z przeszkodami wykorzystującymi drewniane szpule kablowe.

Największą nowością, niespotykaną dotąd w tego typu ośrodkach, jest tor do nauki jazdy na wózkach inwalidzkich, na którym swoje umiejętności będą mogły szlifować osoby z niepełnosprawnością fizyczną.



Skate i Trial Park



Skate i Trial Park



Tor do nauki jazdy na wózkach inwalidzkich

MIASTECZKO KOMUNIKACYJNE

Obok Skate i Trial Parku działa miasteczko komunikacyjne, na terenie którego występują wszystkie elementy ruchu drogowego, m.in.: skrzyżowanie o ruchu okrężnym, skrzyżowanie równorzędne, skrzyżowanie ze znakami ustalającymi pierwszeństwo przejazdu, skrzyżowanie z sygnalizacją świetlną, przejścia dla pieszych, przejazdy dla rowerów, tory tramwajowe i kolejowe z przejazdem.

Dzięki powstałemu miasteczku młodzi rowerzyści mogą sprawdzić w praktyce swoją znajomość przepisów ruchu drogowego.

Poziome i pionowe znaki oraz „przeszkody” (np. tory kolejowe), pozwalają dzieciom poznać zasady ruchu drogowego i nauczyć się ich przestrzegania w codziennym życiu. Najmłodsze dzieci mają tutaj możliwość nauki bezpiecznego poruszania się po drodze w charakterze pieszego.



Miasteczko komunikacyjne



BULWARY NAD PONICZANKĄ

Najnowsza atrakcja w Rabce-Zdroju to zagospodarowane i zmodernizowane bulwary nad Poniczanką. Zarówno dla funkcji uzdrowskowo-leczniczej, jak i sportowo-rekreacyjnej, obie funkcje połączone zostały atrakcyjnym traktem pieszym i ścieżką rowerową, odnowionymi kładkami, oświetleniem i ciekawymi aranżacjami zieleni. Ponadto goście mają możliwość skorzystania z tężni solankowych, a dla potrzeb wodolecznictwa udostępnione zostanie oczko wodne, basen kamienny do brodzenia, ścieżka z fontannami oraz solankowy wodospad. Częścią rekreacyjną projektu jest ścianka wspinaczkowa, park linowy, ścianka wspinaczkowa, siłownia zewnętrzna, wiatra plenerowa, park linowy i boiska do siatkówki plażowej. Atrakcje zostały uzupełnione ciekawymi elementami małej architektury oraz miejscami spotkań.



Bulwary nad Poniczanką



Tężnie przy Bulwarach

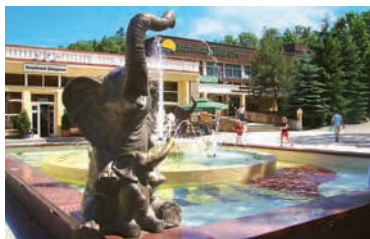


DEPTAK KOŁO AMFITEATRU

Rabczański deptak rozpoczyna się przy ul. Chopina, obok Muszli Koncertowej i biegnie wzdłuż ul. Jana Pawła II. Jest to znakomitych miejsce do spacerów i odpoczynku w miłym otoczeniu. Tuż przy deptaku na najmłodszych czekają kucyki, na których można odbyć krótką przejażdżkę lub pozować do pamiątkowej fotografii.

Obok znajduje się znana kawiarnia-restauracja „Zdrojowa”, niedawno wyremontowana, mieszcząca się w budynku jeszcze przedwojennej pijalni wód. Po lewej stronie deptaka jest amfiteatr – rabczańska muszla koncertowa – miejsce, gdzie latem odbywają się liczne imprezy kulturalne, koncerty i spotkania z folklorem.

Na deptaku odbywają się również imprezy kulturalne i sportowe m.in. start jednego z etapów wyścigu kolarskiego „Tour de Pologne” i Małopolskiego Wyścigu Górskiego.



Fontanna przy Deptaku



Deptak

Tuż obok znajduje się pomnik poświęconym żołnierzom Związku Walki Zbrojnej AK poległym i zamordowanym za ojczyznę w latach 1939-1945 oraz obelisk upamiętniający żołnierzy z Oddziału Partyzanckiego AK „Adama” por. Jana Stachury, którzy zginęli podczas walk z niemieckim okupantem.

Przy jednym z krańców deptaku znajduje się kolejna rabczańska atrakcja – fontanna ze słoniami. Fontanna zbudowana została na planie prostokąta, a jej wnętrze wypełniono barwną mozaiką przedstawiającą herb Rabki-Zdroju. W narożnikach fontanny znajduje się siedem, wykonanych z brązu figur słoni. Słonia rodzinna to ulubieńcy odwiedzających Rabkę maluchów. Wszystkie słonie zostały przedstawione z trąbami uniesionymi do góry, na znak szczęścia dla mieszkańców i kuracjuszy odwiedzających uzdrowisko. Dodatkową atrakcją fontanny są widowiska „woda-światło-dźwięk”. Wspaniałe spektakle powstają dzięki zsynchronizowanym zmianom strumienia wody, kolorowym światłom i ścieżce dźwiękowej. Fontanna jest obiektem czynnym sezonowo.

KINO „ŚNIEŻKA”

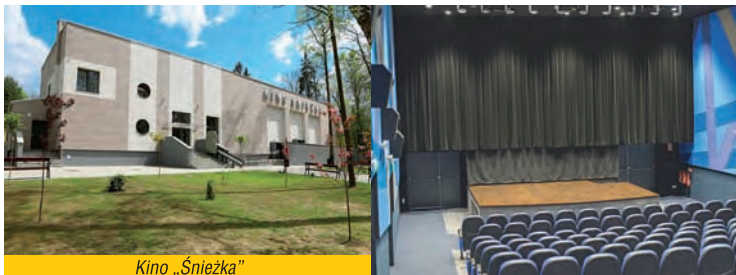
Historia kina w Rabce sięga 1933 roku kiedy to w budynku przy ul. Orkana 6 uruchomiono stacjonarne kino „Słońce”. Po wojnie jego nazwę zmieniono na „Śnieżka”. Obecny budynek kina powstał w latach 30. XX w. jako ekskluzywny klub towarzyski, bar i dancing skupiający śmietankę towarzyską Rabki. Jest siedzibą kina od maja 1951 roku.

„Śnieżka” dzisiaj to nowoczesne kino 3D (169 miejsc w pięknej klimatyzowanej sali), które zaprasza codziennie na seanse filmowe dla dzieci i dorosłych, poleca premiery polskie i światowe oraz wydarzenia specjalne m.in. retransmisję wybitnych dzieł kultury światowej - spektakli operowych i baletowych, koncertów, cyklu „Wystawy na ekranie”, a także projekty adresowane do pań, pn. „Śnieżka też jest kobietą”.

W kinie działa Cafe „Śnieżka”, która w stałej ofercie serwuje: popcorn, nachosy, słone i słodkie przekąski, napoje zimne i gorące, a w sezonie letnim lody.

Kino „Śnieżka”

ul. Nowy Świat 8, tel. 18 544 74 72, www.kino.rabka.pl



Kino „Śnieżka”

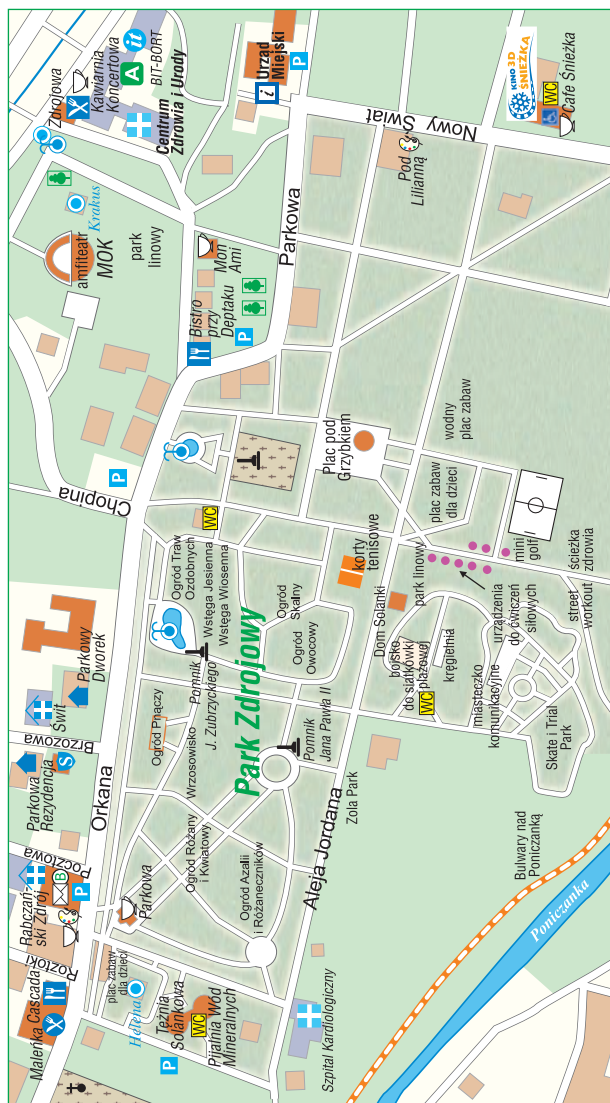
WODNY PLAC ZABAW



Na terenie Parku Zdrojowego powstaje wodny plac zabaw. Będzie tam kilka fontann, wir wodny i urządzenia do zabawy z wodą: strumykiem, kołem młyńskim i półkami wodnymi. Przewidziano rabaty z zielenią oraz miejsce odpoczynku.

HOTSPOT

Hotspot czyli bezpłatny punkt dostępu do Internetu za pomocą sieci bezprzewodowej (WiFi), obejmuje swoim zasięgiem obszar Amfiteatru Miejskiego przy ul. Chopina wraz z deptakiem zdrojowym oraz teren Parku Zdrojowego wokół Tężni Solankowej i altany „Grzybek”.



RABKOLAND

Rabkoland to magiczne miejsce dla całej rodziny, uważane przez wielu fachowców branży parków rozrywki za najsympatyczniejszy i najlepiej zorganizowany park rozrywki w Polsce. W 2019 roku Rabkoland obchodzi 30-lecie działalności; oferuje mnóstwo atrakcji dla całej rodziny typowych dla wesołego miasteczka. Są tu karuzele, kolejki, samochodziki, rowerki wodne, gabinet luster, teatr ruchomych figur, huśtawki i wiele innych. Dysponuje urządzeniami rozrywkowymi pełnymi ruchu, bogactwa kolorów oraz oryginalnych postaci. Okoliczne widoki podziwiać można z koła młyńskiego o wysokości 28 metrów. Podczas wizyty w parku towarzyszy ponad 250 ruchomych figur, często połączonych w Teatry, które cieszą oczy i uszy nie tylko najmłodszych. W weekendy czekają na wszystkich także prawdziwe przedstawienia, w tym pokazy magii! Znajduje się tu również jedyne w świecie **Muzeum Orderu Uśmiechu**.



Dom do Góry Nogami

Rabkoland czynny jest od maja do września
ul. Rynek, tel. 18 26 76 957, www.rabkoland.pl



OBIEKTY SPORTOWO-WYPOCZYNKOWE

*Basen otwarty*

Basen otwarty, ul. Do Pociesznej Wody, dł. 50 m, brodzik dla dzieci, mała gastronomia

Baseny kryte całoroczne:

- Śląskie Centrum Rehabilitacyjno – Uzdrowskie im. dr. A. Szebesty w Rabce-Zdroju sp. z o.o.
ul. Dietla 5, www.scr.u.edu.pl
- IGiChP, ul. Prof. Rudnika 3b,
www.zpigichp.edu.pl
- Ośrodek Wypoczynkowy „Ela”
ul. Kręta 13 a, www.elarabka.pl

Siłownia i Fitness:

- Fitnessland, ul. Podhalańska 4,
tel. 18 26 70 799
- FitnessRabka
ul. Podhalańska (wjazd na plac GS obok Piekarni), tel. 661 403 173
- Body Fitness Club,
ul. Kilińskiego 12 a, tel. 731 970 664
- Extreme Club, ul. Kasprowicz 10,
tel. 517 666 808
www.extreme-club.net

Jarosz Fight Club,

ul. Do Pociesznej Wody 11c,
tel. 663 258 433,
www.lukaszjarosz.pl

*Plac zabaw przy Tężni Solankowej**Plac zabaw przy „Grzybku”***Place gier i zabaw dla dzieci w Parku Zdrojowym:**

- obok altany „Grzybek”,
- obok Tężni Solankowej i Pijalni Wód Mineralnych

Korty tenisowe ogólnodostępne:

- Park Zdrojowy, tel. 660 763 522
- Na terenie Kompleksu Szkoleniowo-Wypoczynkowego „Royal”,
ul. Na Banię 10, tel. 18 544 73 31

Park Linowy dla dzieci

al. Jordana (obok Skate i Trial Parku)

Rabczański Park Linowy

ul. Orkana (obok Amfiteatru)

Międzyszkolny Klub Sportowy

Rabka-Zdrój, ul. Jana Pawła II 41,
www.mks.rabka.pl



Stadion sportowy „Wierchy”

Klub Sportowy „Wierchy”
ul. Jana Pawła II 57

TKKF „Carlina”,
www.kajaki.rabka-net.pl



Boisko Orlik 2012

Boisko Orlik 2012 obok Gimnazjum
nr 1 przy ul. Jana Pawła II 40

Inne (w Parku Zdrojowym):

- piłka plażowa, kręgle
- wypożyczalnia rowerów
- wypożyczalnia gokartów
- wypożyczalnia kijków do „Nordic walking”
- wypożyczalnia sprzętu zimowego

Kino „Śnieżka”, ul. Nowy Świat 8,
tel. 18 544 74 72, www.kino.rabka.pl



Nowoczesna Ścieżka Zdrowia – Park Zdrojowy



Urządzenia Street Workout – Park Zdrojowy



Mini Golf – Park Zdrojowy

Zola Park – wypożyczalnia elektrycznych quadów, pojazdów segway, hulajnóg, selfbalance a także świetne pole do paintballa w Parku Zdrojowym,
tel. 501 644 203,
www.zolapark.rabka-net.pl

LEŚNA ŚCIEŻKA EDUKACYJNA

Wygodny dojazd, urokliwe miejsca do wypoczynku, w tym plac ogniskowy (miejsce na grill) i wiele atrakcji przyrodniczych opisanych na przejrzystych tablicach informacyjnych, to zalety leśnej ścieżki edukacyjnej.

Ścieżka powstała w 2004 roku, udostępniona została dla turystów i mieszkańców, można ją znaleźć w środku lasu, oddalonego o 20 minut spaceru od centrum Rabki-Zdroju. Znajduje się na obszarze Uroczyska „Krzywoń”, dojście żółtym szlakiem w kierunku Góry Piątkowej.

Ponad dwukilometrową trasę można pokonać w ciągu godziny. Wycieczka rozpoczyna się od drewnianego, stylowego pawilonu, gdzie można posilić się przed drogą.

Na trasie ścieżki znajduje się osiem przystanków, przy których można dowiedzieć się jakie gatunki drzew rosną w okolicznych lasach, jakie ptaki, gady i płazy je zamieszkują. Jest oczko wodne, są moczary, punkt widokowy, źródelko i studnia.

Ścieżka dydaktyczna to nie tylko atrakcja turystyczna, ale również znakomicie przygotowane miejsce do lekcji przyrody dla młodzieży.



Przystanek pierwszy i miejsce na grill



Przystanek trzeci



Oczko wodne

Przystanki: 1. Wypoczynek i rekreacja. 2. Gatunki drzew i krzewów. 3. Życie w środowisku wodnym. 4. Dokarmianie zwierząt i ochrona ptaków. 5. Tereny podmokłe i bagienne. 6. Przebudowa drzewostanu. 7. Uprawy leśne i pułapki feromonowe. 8. Powierzchnia doświadczalna – punkt widokowy.

OFERTA ZIMOWA

W Rabce-Zdroju znajdują się miejsca sprzyjające aktywnemu, zimowemu wypoczynkowi, a długość zalegania pokrywy śnieżnej sprzyja uprawianiu narciarstwa zjazdowego i biegowego. Do niewątpliwych atrakcji, należą również przejazdy saniami, można w ten sposób poznać Rabkę i okolicę.

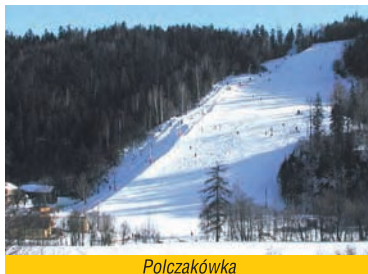
STACJA NARCIARSKA POLCZAKÓWKA

Lokalizacja – Rabka Zaryte, odległość od centrum Rabki-Zdroju ok. 3 km w kierunku Nowego Sącza, przy drodze 28. Z centrum dojazd busami (co 15 minut) w kierunku Mszany Dolnej i Olszówki. Przystanek znajduje się na wprost stoku.

Wyciąg orczykowy o długości 650 m, przepustowość 850 osób/godz., różnica wzniesień 130 m, trasa o dł. 650 m.

Wyciąg linowy dla dzieci i początkujących narciarzy o długości 110 m, różnica poziomów 7 m.

Oba stoki są oświetlone, funkcjonuje ratrak i system sztucznego naśnieżania. Przy dolnej stacji wyciągu duży parking, zaplecze gastronomiczne, szkoła narciarska dla dzieci, dorosłych oraz dla kandydatów na instruktorów PZN (licencjonowana), wypożyczalnia sprzętu i serwis.



Polczakówka

WYCIĄG NARCIARSKI „U ŻURA”

Dojazd z centrum ul. Zakopiańską, którą należy jechać w kierunku Czarnego Dunajca, przejechać pod „zakopianką”, a potem prosto 2 km do wyciągu drogą nr 958. Dojazd busami w kierunku Raby Wyżnej.

Wyciąg orczykowy, o długości 350 m, różnica poziomów 50 m, trasa zjazdowa łatwa, dla początkujących i średnio zaawansowanych.

Wyciąg linowy dla dzieci dł. 100 m, różnica poziomów 10 m.

Trasa bardzo łatwa, idealna do stawiania pierwszych kroków narciarskich oraz dla dzieci.

Oba stoki są oświetlone, sztucznie



„U Żura”

naśnieżane, funkcjonuje ratrak. Przy wyciągu działa serwis narciarski, wypożyczalnia sprzętu, szkołka narciarska, mini-bar, szalasy. Naprzeciwko wyciągu przestronny parking.

Tel. 1826 77 869, www.chabowka.com

LODOWISKO

Lodowisko przy ul. Jana Pawła II, obok Stadionu Sportowego „Wierchy”, istnieje od kilkunastu lat. Jest to otwarte lodowisko czynne sezonowo, od pierwszych mrozów aż do wiosny. Na miejscu znajduje się serwis i wypożyczalnia łyżew (figurowe i hokejowe) oraz bar. Obiekt jest oświetlony, posiada nagłośnienie.

Lodowisko, ul. Jana Pawła II, tel. 18 26 70 339.



Lodowisko



NARCIARSTWO BIEGOWE

Rabka-Zdrój i okolice to doskonale tereny do uprawiania narciarstwa biegowego oraz ski-tourowego. Wiele szlaków turystyki pieszej w pobliskich pasmach górskich znakomicie nadaje się do uprawiania turystyki narciarskiej. W regionie wytyczono również specjalne trasy turystyczne dla narciarzy m.in. w samym sercu uzdrowiska – w Parku Zdrojowym w sezonie zimowym można poruszać się na nartach po wyznakowanej trasie.

Szlaki narciarstwa biegowego (za wyjątkiem trasy w Parku Zdrojowym) nie są utrzymywane i dlatego polecane są adeptom narciarstwa śladowego i ski-tourowego.



Trasy narciarstwa biegowego

W Parku Zdrojowym – trasa niebieska

Trasa: wejście do parku przy skrzyżowaniu ulic Orkana i Chopina – cmentarz radziecki – ścieżka zdrowia – plac zabaw i miasteczko komunikacyjne – korty tenisowe – pomnik Jana Pawła II – Tężnia solankowa i Pijalnia Wód Mineralnych – powrót w stronę fontanny tzw. „Nerki” – powrót do wejścia do parku przy skrzyżowaniu ulic Orkana i Chopina.

Z Parku Zdrojowego na Górę Krzywoń – trasa czarna

Trasa: wejście do parku przy skrzyżowaniu ulic Orkana i Chopina – mostek łączący park z ulicą Do Pocięsnej Wody – ulicą Do Pocięsnej Wody aż do parkingu na ulicy Podhalańskiej (obok Komisariacie Policji) – parking przy leśniczówce Rabka-Zdrój – wzdłuż Leśnej Ścieżki Edukacyjnej aż do punktu widokowego – polami aż do stromego zjazdu z Krzywoniu – drewniana wiata na Leśnej Ścieżce Edukacyjnej – parking przy leśniczówce Rabka-Zdrój.

Z Parku Zdrojowego do Schroniska PTTK na Starych Wierchach – trasa czerwona

Trasa: wejście do parku przy skrzyżowaniu ulic Orkana i Chopina – parkiem w kierunku ulicy Nowy Świat – wejście ulicą Dietla aż do ulicy Gorczańskiej – zgodnie z czerwonym szlakiem turystycznym na Maciejową –

z Maciejowej za znakami pod bacówkę PTTK – czerwonym szlakiem turystycznym na Jaworzynę Ponicką, a następnie na Stare Wierchy – ze Starych Wierchów za znakami pod schronisko PTTK.

Z Obidowej do Schroniska PTTK na Starych Wierchach – trasa niebieska

Trasa: stacja benzynowa na Obidowej – zgodnie z niebieskim szlakiem turystycznym na Jaworzynę – za znakami pod schronisko PTTK na Starych Wierchach.

Z Plaskówki do Bacówki PTTK na Maciejowej – trasa zielona

Trasa: Plaskówka na Słonem (w okolicy znajduje się budynek GOPR) – do skrzyżowania z niebieskim szlakiem turystycznym – przejazd/przejście do Rzeźbionego Krzyża i punktu widokowego – skrzyżowanie z żółtym szlakiem turystycznym w kierunku Starych Wierchów – odbicie na zielony szlak w stronę Maciejowej – za znakami pod bacówkę PTTK na Maciejowej.

Ze Śmietanowej na Luboń Wielki – trasa zielona

Trasa: przystanek autobusowy Śmietanowa – zgodnie z zielonym szlakiem turystycznym na Luboń Wielki – kapliczka Jezusa Króla – punkt widokowy z ławkami – połączenie z niebieskim szlakiem narciarstwa biegowego – punkt widokowy na Tatry – za znakami pod schronisko PTTK na Luboniu Wielkim.

Z Zarytego na Luboń Wielki – trasa niebieska

Trasa: wyjście spod poczty na ulicy Zaryte – zgodnie z niebieskim szlakiem turystycznym na Luboń Wielki – lekkie odbicie od niebieskiego szlaku turystycznego – połączenie zielonym szlakiem narciarstwa biegowego – punkt widokowy na Tatry – za znakami pod schronisko PTTK na Luboniu Wielkim.

Wynajem noclegu w Rabce-Zdroju nie stanowi żadnego problemu, choć przed szczególnie ważnymi okresami takimi jak święta, ferie, czy Nowy Rok, chcąc uzyskać odpowiednią dla siebie ofertę, rezerwacją warto zająć się wcześniej. Miasto, tak w centrum, jak i okolicy posiada doskonale rozwiniętą bazę wypoczynkowo-noclegową. Oferta przeznaczona jest dla turystów indywidualnych, grup zorganizowanych, szkół. Zakwaterowanie można znaleźć w domach wczasowych, pensjonatach, kwaterach prywatnych oraz ośrodkach sanatoryjnych – to propozycja dla tych, którzy chcą wzbogacić swój pobyt wypoczynkowy o zabiegi lecznicze.

Na turystów wybierających się w góry czekają okoliczne schroniska górskie. Rezerwacji miejsc pobytowych i noclegowych można dokonać osobiście, telefonicznie u właścicieli obiektów lub skorzystać z pomocy biur informacji turystycznej, znajdujących się na terenie Rabki-Zdroju, posiadających zawsze aktualne informacje odnośnie obsługi ruchu turystycznego. Informacja turystyczna – str. 77.

Hotele • Pensjonaty • Ośrodki szkoleniowe i wypoczynkowe

- „Ela” O.W., ul. Kręta 13 a, tel. 18 54 47 444
- „Jan” O.W., ul. Zakopiańska 32, tel. 18 26 76 640
- „Prezydent” Pensjonat***, ul. Na Banię 16a, tel. 18 26 76 733
- „Pocieszna Woda” Pensjonat, ul. Do Pociesznej Wody 17c, tel. 784 662 095
- „Royal” K.S-W., ul. Na Banię 10, tel. 18 54 47 331
- „San Vita” O.R-W., ul. Sądecka 62, tel. 18 26 91 100
- „Sokolica” O.W-K, ul. Garncarska 4, tel. 18 26 92 195
- „Sokół” O.W., ul. Poniatowskiego 272, tel. 18 26 77 737
- „Światowid” O.S-W., ul. Słowackiego 6, tel. 18 26 76 280
- „U Guta” Hotel, Rdzawka 114a, tel. 18 26 78 251
- „Willa Luboń Wielki” O.P.ZiR.,

ul. Zaryte 76a, tel. 18 26 84 106

- „Wiosna” Hotel***, ul. Poniatowskiego 54, tel. 18 26 77 777
- „Zdrojowy” Pensjonat**, ul. Poniatowskiego 254, tel. 18 54 47 410

Ośrodki sanatoryjno-wypoczynkowe

- „Cegielski” O.S-W., ul. Na Banię 42, tel. 18 26 77 260
- „Jagiellonka” Sanatorium, ul. Brzozowa 6, tel. 18 26 76 333
- „Leśne Wzgórze”, ul. Pasieczna 4, tel. 18 26 92 701
- „Olszówka” – „Wierchy” Oddział Szpitala, ul. Słowackiego 10, tel. 18 26 92 634
- „Rabczański Zdrój Medical Spa”, ul. Roztoki 7, tel. 18 26 93 410
- Szpital Kardiologiczny, al. Jordana 2, tel. 18 26 76 516
- „Świt” Willa, ul. Brzozowa 1, tel. 18 26 76 663

Domy wczasowe /DW/, wille /W/

- „Anna” /DW/, ul. Nowy Świat 27, tel. 18 26 77 477
- „Betania” D,R-W., ul. Cicha 14, tel. 18 26 77 685
- „Benia” /DW/, Ponice 61a, tel. 18 26 85 169
- „Cassia” /DW/, ul. Pocztowa 8, tel. 18 26 77 071
- „Danusia” /DW/, Ponice 59, tel. 18 26 85 201
- „Ela” /DW/, ul. Na Banię 3a, tel. 18 26 77 722
- „Ela” /W/, ul. Na Banię 21a, tel. 18 26 92 133
- „Gorce” /W/, ul. Leśna 16, tel. 607 252 838
- „Hanusia” /W/, ul. Bystra 18, tel. 18 26 77 547
- „Kamilówka” /W/, ul. Do Pocięsnej Wody 7e, tel. 698 904 848
- „Karabela” /DW/, ul. Zaryte 14, tel. 18 26 84 132
- „Katarzynka” /W/, ul. Poniatowskiego 20, tel. 18 26 77 282
- „Krystyna” /W/, ul. Podhalańska 48c, tel. 602 272 013
- „Marzena” /DW/, Ponice 129a, tel. 18 26 85 455
- „Mirena” /W/, ul. Zaryte 31b, tel. 601 088 333
- „Papierzówka” /W/, ul. Bystra 10a, tel. 18 26 77 183
- „Parkowa Rezydencja” /W/, ul. Brzozowa 4, tel. 509 129 229
- „Parkowy Dworek” O.W., ul. Orkana 26, tel. 18 26 76 906
- „Pod Dębami” /W/, ul. Na Banię 37b, tel. 888 302 039
- „Promienna” /W/, ul. Zaryte 152, tel. 504 164 840

- „Roztoczanka” /DW/, ul. Roztoki 6, tel. 604 825 155
- „Słońce” /DW/, ul. Zaryte 13, tel. 18 26 84 115
- „Szarotka” /W/, ul. Na Banię 29, tel. 530 727 712
- „Villa Gorczańska” /W/, ul. Dietla 31, tel. 883 307 671
- „Villa Medica” /W/, ul. Słoneczna 52, tel. 18 26 77 071
- „Wiesia” /W/, ul. Poniatowskiego 112a, tel. 18 26 92 158
- „Willa Arkadia”, ul. Traczykówka 31, tel. 608 796 403
- „Willa do Słońca”, ul. Tetmajera 22, tel. 18 26 76 719
- „Willa Zofia” /W/, ul. Jana Pawła II 22, tel. 18 26 76 536
- „Zaryte” /W/, ul. Zaryte 25, tel. 18 26 84 143
- „Zajazd pod Chmurką”, ul. Sądecka 97, tel. 18 26 79 991
- „Żuraw”, ul. Krótka 8, tel. 604 175 046

Agroturystyka /A/, pokoje gościnne /P/

- „Agroturystyka Rabka-Ponice”, Ponice 196 a, tel. 18 26 85 448
- „Apartamenty Lawenda”, ul. Piłsudskiego 2, tel. 661 044 042
- „Apartamenty pod Różami”, ul. Roztoki 9, tel. 501 292 798
- „Apartamenty przy Parku”, ul. Kliszczaków 1, tel. 883 307 671
- „Apartament Reha-Top”, ul. Krótka 23, tel. 606 943 496
- „Apartamenty w Rynku”, ul. Rynek 8a, tel. 883 307 671
- „Apartamenty-Studio”, ul. Krótka 11e, tel. 509 374 798
- „Apartamenty Watra”, ul. Pocztowa 6, tel. 500 077 239

- „Apartament U Jacka”,
ul. Jana Pawła II 45, tel. 692 175 961
- „Aqua-Fun” /P/, ul. Zakopiańska 31,
tel. 606 275 591
- „Cichy Zakątek” /A/, ul. Bystra 13,
tel. 18 26 79 017
- „ChrapRabka” /P/, ul. Do Pocięsnej
Wody 2b, tel. 574 249 866
- „Domek w Rabce” /P/,
ul. Kasprowicza 55, tel. 601 462 249
- „Domki przy ul. Gilówka” /P/,
ul. Gilówka 70, tel. 602 238 962
- T.J. Gil /P/, ul. Słoneczna 54a,
tel. 12 411 86 95
- „Gocha” Pensjonacik,
ul. Kasprowicza 29, tel. 18 26 76 662
- GOPR /P/, al. Tysiąclecia 1,
tel. 18 26 76 458
- Handzel Noclegi /P/, ul. Poniatow-
skiego 276b, tel. 604 158 512
- „Helena” Noclegi /P/,
ul. Zakopiańska 9a, tel. 503 169 503
- „Janber” /P/, ul. Krótka 15c,
tel. 18 26 77 305
- „Jota” Willa, ul. Leśna 26,
tel. 602 443 508
- „Karo” /P/, ul. Wicjska 10,
tel. 18 26 77 381
- „Karolinka” Apartamenty,
ul. Kilińskiego 38, tel. 576 068 598
- „Kordeczki” Apartamenty i Pok.,
ul. Krótka 7b, tel. 507 000 548
- „Kubuś” /A/, Chabówka 126a,
tel. 18 26 77 519
- „Kubuś” /P/, ul. Tetmajera 17a, tel.
18 26 77 863
- „Maciejowa” /P/, ul. Poniatow-
skiego 286a, tel. 604 552 085
- „Magnolia” /P/, ul. Smrekowa 7,
tel. 18 26 77 398
- „Mały Domek” /P/,
ul. Zakopiańska 6, tel. 536 281 820
- „Maria” /A/, Ponice 196,
tel. 18 26 85 159
- „Nad Rabą” /P/, ul. Sądecka 18a,
tel. 693 847 030
- Noclegi Nowy Świat 30 /P/,
ul. Nowy Świat 30, tel. 18 26 76 258
- „Ola” /P/, ul. Tetmajera 20b,
tel. 696 599 041
- „Panorama” (sezonowy) /P/,
ul. Krótka 15, tel. 18 26 79 326
- „Pod Krokusem” /P/,
ul. Zakopiańska 86, tel. 18 26 70 689
- Stefaniak /P/, ul. Zakopiańska 15a,
tel. 18 26 70 524
- Noclegi U Dominika /P/, ul. Poniatow-
skiego 280a, tel. 880 703 775
- „Trzy Koty” /P/, ul. Tetmajera 21b,
tel. 609 107 788
- St. Tyrpuła /A/, Ponice 103,
tel. 18 26 85 475
- St. Wójciak /P/, ul. Poniatow-
skiego 20b, tel. 18 26 77 664
- „U W. Bali” /P/, ul. Podhalańska 29d,
tel. 18 26 77 190
- „U Krystyny” /P/, ul. Zakopiań-
ska 132a, tel. 501 435 738
- „U Lucy” /P/, ul. Zakopiańska 106,
tel. 18 26 79 228
- „U Łucji” /P/, ul. Słoneczna 9a,
tel. 18 26 79 698
- „U Zosi” /P/, ul. Zakopiańska 112,
tel. 697 066 616
- „Zuza” /A/, ul. Poniatowskiego 281,
tel. 18 26 70 391
- „Wczasy Pod Gruszą” /A/,
Chabówka 11b, tel. 18 26 79 501
- Andrzej Witkowski /A/,
Rdzawka 265, tel. 18 26 85 405
- „Zacisze” /P/ i stołówka,
ul. Roztoki 4a, tel. 18 26 77 752

Oferta gastronomiczna w Rabce-Zdroju jest zróżnicowana, czyli każdy może znaleźć coś dla siebie. Restauracje o stylowych wnętrzach zapraszają już od wjazdu do miasta. Cztery pizzerie oferują oczywiście pizzę, aby się przekonać, która jest najlepsza, należy po prostu każdej skosztować. W barach otrzymamy posiłek skromniejszy, lecz korzystniejszy cenowo. Kawiarnie zaś, oprócz kawy oferują ciastka i lody, często własnej produkcji – trzeba więc spróbować aby wybrać odpowiednią dla siebie.

RESTAURACJE

- „Hot Chicken Bar”, przy wyciągu Polczakówka ul. Zaryte, tel. 884 005 008
- „Hulaj Dusza”, ul. Piłsudskiego 18, tel. 18 26 82 200, www.hulaj-dusza.pl
- „Pod Chmurką”, ul. Sąddecka 97, tel. 18 26 79 991, www.sponti.eu
- „Retro Bil”, ul. Jana Pawła II 37, tel. 533 710 810, www.restauracja-retro-rabka.pl
- „Siwy Dym”, ul. Kilińskiego, tel. 18 26 76 674, www.siwydym.pl
- „Victoria”, ul. Zakopiańska 22a, tel. 600 475 882, www.victoria-rabka.pl
- „Pocieszna Woda”, ul. Do Pociesznej Wody 17C, tel. 882 841 214, www.pociesznawoda.pl
- „Przełęcz”, ul. Jana Pawła II 57a, tel. 880 487 295
- „Zdrojowa”, ul. Orkana 51, tel. 18 26 76 105, www.kawiarnia-zdrojowa.pl

KAWIARNIE, KLUBY

- Café Bistro „Co-Nieco”, ul. Orkana 7, tel.: 604 903 901
- „Cafe Słodka”, ul. Orkana 16a, tel. 18 26 70 957, www.cafeslodka.pl
- „Kawiarnia Koncertowa”, ul. Orkana 49, tel. 18 26 92 695
- „Kawiarenka Rabkawka”,

ul. Orkana 20, tel. 888 623 505

- „Kawiarenka Ciastkarnia Karpatka” ul. Piłsudskiego 3/4 (Manhattan)
- „Mon Ami”, ul. Orkana 45, www.monami-cafe.pl
- „Parkowa”, ul. Orkana 41b, tel. 18 26 80 314

BARY

- „Cascada” ul. Orkana 19
- „Frykas” ul. Orkana 10, tel. 604 150 194
- „Hossen”, dworzec BUS ul. Jana Pawła II, tel. 518 951 800
- „Hot Chicken Bar”, ul. Orkana 18j, tel. 794 371 387, www.hotchickenbar.pl
- „Lodowisko”, ul. Jana Pawła II, tel. 18 26 70 339
- „Myśliwski”, ul. Rynek
- „Pod Koziołkiem”, ul. Piłsudskiego 25, tel. 18 26 79 347
- „Smakosz” Fastfood, ul. Jana Pawła II 41, tel. 730 633 728
- „Sponti”, ul. Kilińskiego 49a, tel. 18 26 89 172, www.sponti-bar-rabka.business.site
- „Zacisze”, ul. Roztoki 4a, tel. 18 26 77 752

PIZZERIE

- „Calabria”, ul. Orkana 25a, tel. 18 26 80 437

- „Małeńka”, ul. Orkana 19A, tel. 18 26 76 868, www.pizzeria-malenka.pl
- „Pizzeria na Torach”, Chabówka 257, tel. 18 26 76 051, www.pizzerianatorach.pl
- „Pod Młynem”, ul. Podhalańska 2, Rabkoland, tel. 790 455 005, www.podmlynem.com
- Dom Pomocy Społecznej, ul. Parkowa 4, tel. 18 26 80 434
- Środowiskowy Dom Samopomocy „Radość Życia”, ul. Słowackiego 2
- Zakład Wod. i Kan., Oczyszczalnia, ul. Zaryte 141a, tel. 18 26 77 130
- Zakłady Komunalne Sp. z o.o., ul. Kilińskiego 46 b, tel. 18 26 77 395

TELEFONY ALARMOWE

- Straż Pożarna, ul. Piłsudskiego 2a, tel. 18 26 76 410, 998
- Szpital Miejski w Rabce-Zdroju, ul. Słoneczna 3, tel. 18 26 76 040, Izby przyjęć: chirurgiczna tel. 18 26 85 721, internistyczna tel. 18 26 85 771, oddziałowa tel. 18 26 85 735
- GOPR, Centralna Stacja Ratunkowa Rabka-Zdrój, al. Tysiąclecia 1, tel. 601 100 300, 18 26 76 880, 985
- Komisariat Policji, ul. Podhalańska 50a, tel. 18 26 76 220, 997
- Pogotowie Energetyczne, ul. Podhalańska 15, tel. 18 26 77 102
- Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne, ul. Zaryte 141 a, tel. 18 26 77 129
- Posterunek Gazowy, ul. Kilińskiego 19, tel. 992
- Straż Miejska, ul. Parkowa 2, tel. 18 26 79 263

URZĘDY I INSTYTUCJE

- Urząd Miejski w Rabce-Zdroju, ul. Parkowa 2, tel. 18 26 92 000, 18 26 76 440, www.rabka.pl
- Fundacja Rozwoju Regionu Rabka, ul. Orkana 20f/1, tel. 18 26 77 739, www.frwr.pl

INFORMACJA TURYSTYCZNA

• **MSIT** („Małopolski System Informacji Turystycznej”) w Rabce-Zdroju. Punkt informacji turystycznej, powstały w sieci jednostek informacji turystycznych z terenu Małopolski. W punkcie można uzyskać informacje na temat Rabki-Zdroju i okolic oraz całej Małopolski. Punkt jest przyjazny dla osób niepełnosprawnych; jest wyposażony w wydawnictwa w alfabecie brajla i druku powiększonym. ul. Parkowa 2, tel./fax 18 26 91 553, www.it.rabka.pl

• **Punkt Informacji Turystycznej** ul. Orkana 27 (budynek dworca kolejowego)

• PTTK Oddział Rabka

Dysponuje kadrą wykwalifikowanych przewodników, organizuje wycieczki, ul. Piłsudskiego 1, tel. 18 26 77 317, www.rabka-zdroj.pttk.pl

• Biuro Promocji i Informacji Obsługi Ruchu Turystycznego BIT-BORT

Sprzedaż miejsc bazy noclegowej, zielone i białe szkoły, wycieczki, usługi przewodnickie, instruktorzy narciarstwa, sprzedaż wydawnictw turystycznych i pamiątek, ul. Orkana 49, tel./fax 18 26 70 210, 602 443 508, www.bit-bort.com.pl

- **Pole Pole Tours.** Organizacja wycieczek, ul. Zakopiańska 6, tel. 536 281 820, www.polepoletours.pl
- **Biuro Turystyczne „Turbacz”**
Sprzedaż miejsc noclegowych, pro-
gramy pobytowe, organizacja wycie-
czek szkolnych oraz dla wczasowi-
czów, ul. Wąska 1, tel./fax 18 26 77
588, 604 146 231, www.turbacz.com.pl
- **Biuro Raba,** ul. Orkana 31,
tel. 18 26 70 605, www.biuroraba.pl
- **Usługi transportowe, Agencja
turystyczna - pośrednictwo,
W. Jarosz,** ul. Orkana 20,
tel. 18 26 70 717,
www.jarosz.webserwer.pl

POCZTA

- **Urząd Pocztowy Rabka-Zdrój,**
ul. Orkana 22, tel. 18 26 76 826

BIBLIOTEKI

- **Miejska Biblioteka Publiczna,**
ul. Orkana 27, tel. 18 26 77 449
- **Biblioteka Pedagogiczna,**
ul. Jana Pawła II, tel. 18 26 80 421

SZKOŁY

- **Szkoła Podstawowa nr 2**
im. Wł. Orkana, ul. Sądecka 2,
tel. 18 26 76 677, www.sp2.rabka.pl
- **Szkoła Podstawowa nr 3**
im. A. Mickiewicza, ul. Poniato-
wskiego 186, tel. 18 26 76 184
www.sp3.rabka.pl
- **Szkoła Podstawowa Nr 4**
im. J. Kochanowskiego, ul. Zaryte 78,
tel. 18 26 84 104, www.sp4.rabka.pl
- **Specjalny Ośrodek Szkolno-
Wychowawczy dla Dzieci
Niewidomych i Słabowidzących**

im. Św. Tereski w Rabce-Zdroju
ul. Słoneczna 11, tel. 18 26 76 525
www.rabka.laski.edu.pl

- **Szkoła Podstawowa**
im. Wł. Orkana w Chabówce
34-720 Chabówka, tel. 18 26 77 552
www.spchabowka.rabka.pl
- **Szkoła Podstawowa**
im. A. Zachary-Wnękowej
w Ponicach, Ponice 105,
tel. 18 26 85 192,
www.szkolaponice.rabka.pl
- **Szkoła Podstawowa im. Bohaterów
Walk o Wolność w Rdzawce,**
Rdzawka 60, tel. 18 26 78 175,
www.zsrdzawka.rabka.pl
- **Szkoła Podstawowa Nr 1**
im. Obrońców Poczty Polskiej
w Gdańsku, ul. Jana Pawła II 40
tel. 18 26 76 721,
www.gimnazjum.rabka.pl
- **Katolicka Szkoła Podstawowa**
im. Najświętszej Rodziny z Nazaretu
ul. Brzozowa 2, tel. 18 544 72 24
www.szkola-katolicka.rabka.pl
- **Liceum Ogólnokształcące nr 1**
im E. Romera, ul. Jana Pawła II 41
tel. 18 26 77 030
www.romer.nowotarski.pl
- **Liceum Ogólnokształcące nr 2,**
Zespół Szkół
im. ks. prof. J. Tischnera,
ul. Kościuszki 9, tel. 18 26 77 029
www.lo2rabka.edu.pl
- **Zespół Szkół Uzdrawiskowych**
w Rabce, ul. Słowackiego 10
tel. 18 26 76 444,
www.zsurabka.tit.pl
- **Liceum Ogólnokształcące**
im. prof. M.L. Jakubowskiego

wchodzące w skład Zespołu Szkół
Uzdrowskich w Rabce
ul. prof. Rudnika 3b, tel. 18 26 77 466
www.zsurabka.tit.pl

- Branżowa Szkoła I Stopnia nr 1
w Rabce-Zdroju, ul. Orkana 49
www.zsz1rabka.szkolnastrona.pl
- Branżowa Szkoła I Stopnia,
Liceum Ogólnokształcące dla
Dorosłych, Ośrodek Nauki Zawodu
al. Tysiąclecia 1 (budynek GPRP)
tel. 18 26 76 362
- Szkoła Muzyczna (Filia), ul. Jana
Pawła II 14, tel. 18 26 77 537

Inne instytucje edukacyjne:

- Małopolskie Centrum Edukacji
ul. Podhalańska 4, tel. 18 26 76 894,
www.malopolska.edu.pl
- Ośrodek Szkolno-Wychowawczy
Dla Dzieci Niewidomych,
ul. Słoneczna 11, tel. 18 26 76 525
- Europejskie Centrum Językowe
Summit w Rabce-Zdroju,
ul. Sądecka 16, tel. 18 26 80 523
- Centrum Językowe Cogito i Szkoła
Muzyczna Yamaha, ul. Zakopiań-
ska 6b/1, tel. 574 534 650

BANKI

- Bank PKO BP, ul. Orkana 22
Agencja ul. prof. Rudnika
- Bank Pekao SA, ul. Kilińskiego 1
- Pekao SA Placówka Partnerska,
ul. Kościuszki 1d
- Bank Spółdzielczy, ul. Orkana 3a
ul. Nowy Świat 17a, ul. Chopina 16
(CH „Steskał” II p.)
- Getin Bank, ul. Sądecka 1b
- Alior Bank S.A., ul. Orkana 37

BANKOMATY:

- PKO BP S.A., ul. Orkana 22

- PKO BP S.A., ul. Zakopiańska 6a
- PeKaO S.A., ul. Kilińskiego 1
- PeKaO S.A., ul. Orkana 18j
(przy C.H. „Małgosia”)
- PeKaO S.A., ul. Chopina 16
(przy C.H. „Steskał”)
- Bank Spółdzielczy, ul. Orkana 3a
- Bank Spółdzielczy,
ul. Nowy Świat 17a
- Bank Spółdzielczy,
ul. Zakopiańska 22a

KANTORY WYMIANY WALUT

- ul. Chopina 16 (C.H. „Steskał” I p.)
- ul. Orkana 19 b (C.H. „Małgosia”)
- ul. Rynek 12
- ul. Zakopiańska 6a, (Carrefour)

POMOC DROGOWA, NAPRAWY SAMOCHODÓW

- F.H.U. Autoholowanie Mirosław
Rutkowski, ul. Gilówka 74,
tel. 18 26 76 836
- Autopogotowie Dawid Derek,
tel. 511 306 112
- Pomoc Drogowa 24 h,
ul. Zakopiańska 37, tel. 606 151 694
- Autoserwis Dziechciowski,
ul. Kasprowicza 24, tel. 18 26 76 798
- Pomoc Drogowa Stol-Mot., ul. Za-
kopiańska 116, tel. 18 26 79 611
- Autoserwis Ligęziewicz, al. Tysiąc-
lecia 34 b, tel. 18 26 79 136
- Auto-Complex Magdalena Leśna,
ul. Kilińskiego 46 c, tel. 18 26 79 136

STACJE BENZYNOWE

- ul. Kilińskiego - Zabornia, 24 h
- ul. Kilińskiego, tylko LPG
- ul. Zakopiańska
- ul. Krakowska, 24 h, LPG
- Chabówka (wiadukt), 24 h, LPG

KOŚCIOŁY W RABCE-ZDROJU I OKOLICACH, GODZINY NABOŻEŃSTW

Zabytkowy kościół pw. św. Marii Magdaleny, ul. Orkana 2.

Msze św. odbywają się okazjonalnie z okazji dużych rocznic lub wydarzeń państwowych i kulturalnych. (Opis kościoła str. 23).

Kościół parafialny pw. św. Marii Magdaleny, ul. Orkana 8.

Msze św. w niedziele i święta w godz.

6⁰⁰, 8⁰⁰, 9³⁰, 11⁰⁰, 12³⁰, 16⁰⁰, 18³⁰;

w dni powszednie w godz. 6³⁰, 7⁰⁰, 7³⁰, 18³⁰, (17³⁰ zima). Opis na str. 25.

Kościół pw. św. Teresy, ul. Parkowa 9.

Msze św. w niedziele i święta w godz.

7⁰⁰, 9⁰⁰, 10³⁰, 12⁰⁰, 19⁰⁰ (17⁰⁰); w dni

powszednie w godz. 6³⁰, 7⁰⁰, 19⁰⁰ (17⁰⁰).

Kościół pw. Matki Bożej

Częstochowskiej, ul. Zaryte 148 a.

Msze św. w niedziele i święta w godz.

8⁰⁰, 10³⁰, 17⁰⁰; w dni powszednie

w pon., czw. w godz. 7⁰⁰, wt., śr., pt;

sob. 18⁰⁰.

W okolicach Rabki-Zdroju, msze św. odbywają się m.in. w kościołach:

- **pw. św. Krzyża** na Górze Piątkowej. Msze św. w niedziele i święta w godz. 8⁰⁰, 9⁰⁰, 10⁰⁰. (opis kościółka na str. 28).
- **pw. św. Brata Alberta** w Chabówce. Msze św. w niedziele i święta w godz. 8⁰⁰, 10³⁰, 16⁰⁰; sob. 18⁰⁰.
- **pw. Matki Boskiej Królowej Polski** w Ponicach. Msze św. w niedziele i święta w godz. 8³⁰, 11⁰⁰, 17³⁰.
- **pw. NMP Matki Kościoła** w Rdzawce. Msze św. w niedziele i święta w godz. 8⁰⁰, 10⁰⁰, 17⁰⁰.



Kościół pw. św. Teresy



Kościół pw. Matki Bożej Częstochowskiej

STACJE KOLEJOWE PKP

- Stacja Rabka-Zdrój
- Stacja Chabówka
- Stacja Zaryte
- Informacja PKP 19 757,
Koleje Małopolskie
tel. 703 202 025

DWORZEC BUSÓW

ul. Jana Pawła II.

Regularne odjazdy busów i dogodna częstotliwość kursów zapewniają doskonałą komunikację.



Dworzec busów

Busy z Rabki-Zdroju kursują na trasach:

- Rabka-Zdrój – Chabówka – Bielanka
- Rabka-Zdrój – Spytkowice – Harkabuz
- Rabka-Zdrój – Spytkowice – Jabłonka
- Rabka-Zdrój – Naprawa – Jordanów
- Rabka-Zdrój – Myślenice – Kraków
- Rabka-Zdrój – Raba Niżna – Mszana Dolna
- Rabka-Zdrój – Sieniawa – Nowy Targ
- Rabka-Zdrój – Czarny Dunajec – Nowy Targ
- Rabka-Zdrój – Rdzawka – Nowy Targ
- Rabka-Zdrój – Olszówka
- Rabka-Zdrój – Ponice
- Rabka-Zdrój – Ponice – Rdzawka
- Rabka-Zdrój – Skawa – Spytkowice Dolne
- Rabka-Zdrój – Skawa Dolna

PRZYSTANEK DWORCOWY PKS

Przy ul. Jana Pawła II, obok dworca busów, praktycznie na tym samym placu, funkcjonuje komunikacja autobusowa.



Widok z Turbacza w stronę Tatr

Walory turystyczne Gorców zaczęto dostrzegać w XIX wieku, kiedy to pojawiają się w Gorcach uczeni, jak Stanisław Staszic w 1803 r., czy poeta romantyczny – Seweryn Goszczyński, który jako jeden z pierwszych opisał Gorce w „Dzienniku podróży do Tatrów”. Prawdziwym piewą Gorców stał się jednak Franciszek Smreczyński, znany pod pseudonimem Władysław Orkan, powieściopisarz, nowelista, dramaturg, poeta, publicysta, którego twórczość była nierozzerwalnie związana z gorczańską ziemią. Żył w latach 1875–1930, urodził się w Porębie Wielkiej, gdzie obecnie mieści się muzeum poświęcone osobie poety (opis str. 84). Pisał o życiu górali, o ich problemach, sporach, chorobach, będąc zarazem wyrazicielem nędzy wsi góralskiej. Opisywał również odpusty, święta, zwracał uwagę jak ważna w życiu górali jest sfera duchowa. W jego powieściach można też znaleźć przepiękne opisy gorczańskiej przyrody. Znane utwory to m.in. „Pomór”, „W roztokach”, „Komornicy” oraz nowele, a wśród nich „Nad urwiskiem”, „Miłość pasterska”. Wydał również cztery tomy poezji: „Nad grobem Matki”, „Dumania”, „Z tej smutnej ziemi”, „Z martwej roztoki”, „Pieśni czasu”. Po śmierci, poeta został pochowany w Krakowie na cmentarzu Rakowickim, następnie ciało przewieziono do Zakopanego, na cmentarz zasłużonych na Pęksowym Brzyzku.

Wycieczki górskie i narciarskie, bardzo modne w początkach XX wieku przyciągały w Gorce coraz liczniejsze rzesze turystów oraz narciarzy. W 1914 r. prof. Kazimierz Sosnowski w „Przewodniku po Beskidzie Zachodnim” opublikował pierwszy przewodnikowy opis Gorców. W 1912 roku rozpoczęto intensywne znakowanie górskich szlaków turystycznych a w 1925 roku na polanie Wisielakówka pod Turbaczem wybudowano pierwsze gorczańskie schronisko. Uroczystego otwarcia dokonał m.in. inicjator budowy Kazimierz Sosnowski oraz Władysław Orkan. Po pożarze w 1933 r., zainicjowano budowę nowego schroniska w zachodniej

Czoło Turbacza



części Hali Długiej (w 1934 r.), które powstawało etapami, a ostateczne jego ukończenie przerwał wybuch II wojny światowej. Podczas okupacji budynek wykorzystywano jako bazę kontaktową do spotkań kurierów ruchu oporu oraz jako schronienie dla działających w Gorcach oddziałów partyzanckich. W listopadzie 1943 roku, w wyniku walk, budynek spłonął. Budowę kolejnego, trzeciego już schroniska pod Turbaczem rozpoczęło PTTK, przy znacznej subwencji państwa. Od 1953 r., według projektu Anny Górskiej, powstawał duży, kamienny, dwuskrzydłowy budynek, z wejściem od strony południowej, przykryty strzelistym dachem gontowym oraz oknami skierowanymi w stronę Tatr i Pienin, pięknie widocznych nad pagórami Podhala. Schronisko oddano w 1958 r., nadając mu imię Władysława Orkana. Po dzień dzisiejszy jest największą bazą noclegową w Gorcach.

GORCE

Rabka-Zdrój znana przede wszystkim jako uzdrowisko dziecięce, jest również ważnym punktem turystycznym i narciarskim. To baza wyjściowa do atrakcyjnych wycieczek w Gorce, gdzie przebiega Główny Szlak Beskidzki oraz tras w Beskidzie Wyspowym. Zachęcamy do wędrówek po turystycznych szlakach, odwiedzania gościnnych i przytulnych schronisk, podziwiania górskich krajobrazów i rozległych widoków, jakie roztaczają się z podszczytowych polan na Tatry, Babią Górę, Pieniny i Beskid Wyspowy.

Południową granicę Gorców tworzy Dunajec na odcinku Ludźmierz – Czorsztyń oraz rzeka Krośnica. Wschodnią granicę tworzy również Dunajec

Puculewski Stawek przy czarnym szlaku z Łopusznej w kierunku Kiczory



oraz dolny bieg rzeki Kamienicy. Środkowy fragment Kamienicy oraz rzeka Mszanka od źródeł do ujścia stanowią granicę północną. Granicą zachodnią jest górny odcinek Raby oraz dolny bieg rzeki Lepietnicy. Obszar zawarty w tych granicach to 530 km².

Wydłużony wał jaki tworzą Gorce rozciąga się z zachodu na wschód, równolegle do Tatr, granicząc od południa z Pieninami, Spiszem i Kotliną Orawsko-Nowotarską. Od wschodu graniczy z Beskidem Sądeckim, od północy z Beskidem Wyspowym, a od strony zachodniej z Pasmem Podhalańskim. Samo Pasma Gorców rozciąga się równoleżnikowo. Grzbiet główny biegnie od Rabskiej Góry przez Turbacz, Gorce, Tworogi do Tylmanowej i ma około 44 km długości.

Centrum Gorców to najwyższy ich szczyt - Turbacz (1310 m n.p.m.). Zbiegają się tu koncentrycznie prawie wszystkie ważniejsze gorcezańskie grzbiety. Sam wierzchołek stanowi spłaszczona kopuła pokryta dorodnym, górnoreglowym lasem świerkowym podszytym borówką.

Z Turbaczem sąsiaduje drugi pod względem wysokości gorceński

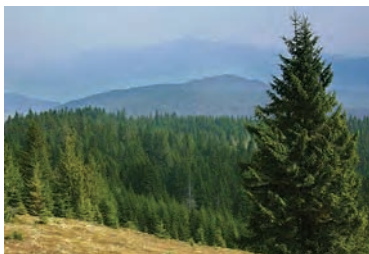
szczyt Jaworzyna Kamienicka (1288 m n.p.m.) z mistyczną Bulandową kapliczką na podszczytowej polanie oraz Kiczora (1282 m n.p.m.). Od zachodu dochodzi do niego grzbiet z Przełęczy Sieniawskiej przez Stare Wierchy i Obidowiec (1106 m n.p.m.) z boczną odnogą z Rabki przez Maciejową (815 m n.p.m.) i Jaworzynę Ponicką (995 m n.p.m.) oraz położony nieco bardziej na południe, równoległy do niego grzbiet Bukowiny Obidowskiej (1039 m n.p.m.) i Miejskiej (1143 m n.p.m.).



Widok z Czoła Turbacza w kierunku Turbacza



Kiczora, widok z polany Zielenica



Pasma Lubania, widok z polany Zielenica

Naturalnym bogactwem Gorców są ich unikalne walory przyrodnicze i krajobrazowe, ciekawy, różnorodny świat zwierząt, roślin oraz malownicze polany. Charakterystycznym elementem gorczańskiego pejzażu są rozciągające się długie doliny potoków (najdłuższa z nich to dolina Potoku Kamienieckiego), zalesione zbocza, szczyty oraz hale, na których prowadzi się wypas owiec.

Zabytki architektury to przede wszystkim stylowe, drewniane kościółki i stare chałupy góralskie.

Dziś Gorce pokrywa gęsta sieć szlaków turystycznych i ścieżek dydaktycznych Gorczańskiego Parku Narodowego, które pozwalają poznać piękno tej krainy, jej przyrodę oraz liczne ciekawostki. Ich szczyty nie są zbyt wysokie, są łagodne, „dostępne” i należą do najczęściej odwiedzanych przez turystów.



Szałas pod Obidowcem przy czerwonym szlaku

GORCZAŃSKI PARK NARODOWY

Początki powstania Parku sięgają lat 1927-30, kiedy to z inicjatywy A. Starzyńskiego i T. Świerza-Zaleskiego, przez wydzielenie z dóbr Poręby

Wielkiej obszaru około 100 ha, powstał Rezerwat „Turbacz” im. Władysława Orkana. Obejmował on trójkąt Kopieniec – polana Szałasiska – polana Turbacz. Obszar ten stał się załącznikiem utworzonego w 1981 roku Gorczańskiego Parku Narodowego o początkowej pow. 5908 ha. Obecnie GPN obejmuje granicami trzy wcześniej wytworzone rezerваты przyrody - wspomniany już rezerwat „Turbacz”, „Dolina Łopusznej” oraz największy „Gorce”. W obszarze Parku o pow. 7030 ha ochroną ścisłą objęto 51% powierzchni, utworzono również otulinę o pow. 16 647 ha. O powstaniu Parku zdecydował pušczański charakter gorczańskich lasów,



różnorodność szaty roślinnej oraz bogaty świat fauny i flory. Od motyli poprzez ważki, chrząszcze, ryby i gady, takie jak zaskroniec czy żmija zygzakowata, po ptaki (obserwowany jest ostatnio bocian czarny do niedawna zagrożony wyginięciem), aż do drapieżników jak wilk i ryś. Na przełomie września i października usłyszeć można odgłosy rykowiska.

Charakterystycznym więc rysem gorczańskiej fauny jest znaczący udział gatunków typowych dla puszczy karpackiej. Przedstawiciele flory to gatunki roślinności alpejskiej i subalpejskiej. Najbogatszymi w gatunki roślin są łąki mietlicowomieczykowe, gdzie masowo kwitnie krokus, ostrożeńowie z zakwitającym w czerwcu ostrożeniem łąkowym oraz młaki kozłkowoturzycowe. Polany zajmują ok. 5% powierzchni Parku i mają ogromne znaczenie dla bioróżnorodności i krajobrazu. Ich atrakcyjność podnoszą również wiekowe szalasy, dawny ślad kultury pasterskiej, reprezentujące styl zagórzański i podhalański. Najstarszym zabytkiem architektury sakralnej na terenie Parku jest kapliczka zwana Bulandową z 1904 r. znajdująca się na polanie Jaworzyna Kamienicka.

Na terenie Parku można uprawiać z pewnymi ograniczeniami turystykę pieszą, rowerową, konną i narciarską. Turyści mogą się poruszać jedynie po odpowiednio oznakowanych szlakach. **Turystyka piesza** może odbywać się po tradycyjnie oznakowanych szlakach turystycznych (ok. 64 km na terenie GPN), szlakach spacerowych (o dł. ok. 39 km) oznakowanych kwadratem biało-kolorowym po przekątnej oraz na ścieżkach

*Krokusy**Zawilce na polanie Jankówki**Kapliczka Bulandowa z 1904 r., w tle Gorce*

edukacyjnych oznaczonych białym kwadratem z zielonym paskiem po przekątnej. **W turystyce rowerowej** dopuszczono specjalnie znakowane trasy (czerwony rower na białym tle) o długości około 55 km. **Szlaki konne** (ok. 63 km) są oznakowane pomarańczowym kołem, dopuszcza się jedynie indywidualną formę tej turystyki. Jeźdźcy powinni zachować wyjątkową ostrożność, gdyż użytkownikami niektórych odcinków są także rowerzyści i turyści piesi. **Turystyka narciarska indywidualna** o charakterze krajoznawczym może się odbywać na wszystkich szlakach dostępnych dla turystyki pieszej. Wszelka turystyka zorganizowana musi być uzgadniana w Dyrekcji GPN, 34-735 Niedźwiedź, Poręba Wielka 590, tel./fax 18 33 17 207. **Zasady korzystania z terenu GPN przez turystów** zawarte są w obowiązującym regulaminie „Dla odwiedzających Gorczański Park Narodowy”. Szczegółowe informacje o Parku znajdują się stronach www.gorczańskiPark.pl



Buczyna karpacza

PTTK ODDZIAŁ RABKA

Początki zorganizowanej turystyki w Rabce sięgają 1927 r., kiedy to grupa miłośników krajoznawstwa założyła Oddział Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego (PTT) działający z przerwą (w czasie II wojny światowej) do grudnia 1950 r. Tym działaczom zawdzięczamy między innymi budowę schroniska na Luboniu Wielkim z 1931 r., jedyne do tej pory schronisko turystyczne w Beskidzie Wyspowym oraz na Starych Wierchach z 1932 r., które spalili wycofujący się Niemcy (aktualny obiekt schroniska pochodzi z 1974 r.). Z Ich inicjatywy powstało w latach 1929-1936 Muzeum Regionalne im. Wł. Orkana w Rabce. W grudniu 1950 roku, po połączeniu Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego (PTT) i Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego (PTK) w Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze (PTTK) - zaczął działać Oddział PTTK w Rabce. W styczniu 1989 r. Oddział przeprowadził się z pomieszczenia tymczasowego do własnego budynku. Przeniesienie połączone było z obchodami 60-lecia istnienia Oddziału PTT-PTTK w Rabce i poświęceniem sztandaru. PTTK Oddział Rabka, ul. Piłsudskiego 1, tel./fax 18 26 77 317, www.rabka-zdroj.pttk.pl

SZLAKI TURYSTYCZNE PIESZE

- SZLAK CZERWONY**
- Rabka-Zdrój - Bacówka „Na Maciejowej” (852 m n.p.m.).
Długość trasy: 5,5 km; czas przejścia: 2 h, powrót: 1 h 15 min
 - Rabka-Zdrój - Maciejowa - Stare Wierchy.
Długość trasy 9,5 km; czas przejścia: 3 h, powrót 2 h 15 min
 - Rabka-Zdrój - Maciejowa - Stare Wierchy - Turbacz (1310 m n.p.m.).
Długość trasy: 16 km; czas przejścia: 5 h 15 min, powrót 4 h
 - Rabka-Zdrój - Skawa - Jordanów. Długość trasy: 14 km; czas przejścia: 3 h, powrót 3 h
 - Luboń Wielki - przeł. Glisne - Mszana Dolna.
Długość trasy: 8,3 km; czas przejścia: 1 h 50 min, powrót 2 h 15 min

- SZLAK NIEBIESKI**
- Rabka-Zdrój - Królewska Góra - Rabka Zaryte.
Długość trasy: 3,7 km; czas przejścia: 1 h 10 min, powrót 1 h
 - Rabka Zaryte - Luboń Wielki (1022 m n.p.m.).
Długość trasy: 3,3 km; czas przejścia: 1 h 20 min, powrót 50 min
 - Rabka-Zdrój - Olszówka - Poręba Wielka.
Długość trasy: 8 km; czas przejścia: 2 h 15 min, powrót 2 h 15 min
 - Rabka-Zdrój - Olszówka - Poręba - Turbacz (1310 m n.p.m.).
Długość trasy: 19 km; czas przejścia: 5 h, powrót 4 h 30 min
 - Rdzawka - Stare Wierchy (983 m n.p.m.).
Długość trasy: 5,5 km; czas przejścia: 1 h 30 min, powrót 1 h 10 min

- SZLAK ZIELONY**
- Rabka-Zdrój - Zaryte - Luboń Wielki (1022 m n.p.m.).
Długość trasy: 7,4 km; czas przejścia: 2 h 20 min, powrót 1 h 45 min
 - Bacówka „Na Maciejowej” - Jasionów - Poręba Górna.
Długość trasy: 4 km; czas przejścia: 1 h, powrót 1 h 20 min
 - Bacówka „Na Maciejowej” - Ponice - Rdzawka - Piątkowa.
Długość trasy: 9 km; czas przejścia: 2 h 30 min, powrót 2 h 35 min

- SZLAK ŻÓŁTY**
- Rabka Zaryte - Luboń Wielki (1022 m n.p.m.).
Długość trasy: 3,5 km; czas przejścia: 1 h 30 min, powrót 55 min
 - Rabka Zaryte - Olszówka - Stare Wierchy.
Długość trasy: 12,5 km; czas przejścia: 3 h 10 min, powrót 2 h 30 min
 - Rabka Zdrój - Piątkowa (715 m n.p.m.).
Długość trasy: 5,3 km; czas przejścia: 1 h 20 min, powrót 55 min

- SZLAK CZARNY**
- Rabka Słone - Maciejowa (815 m n.p.m.).
Długość trasy: 2,6 km; czas przejścia: 1 h, powrót 40 min
 - Rabka Zdrój - Potaczkowa (746 m n.p.m.) - Mszana Dolna.
Długość trasy: 16 km; czas przejścia: 3 h 30 min, powrót 3 h 30 min

TURYSTYCZNE SZLAKI NARCIARSTWA BIEGOWEGO I NORDIC WALKING

Niebieski - Po Parku Zdrojowym, dł. 2,4 km

Czerwony - Park Zdrojowy - Schronisko PTTK Stare Wierchy, dł. 8,9 km

Czarny - Park Zdrojowy - Góra Krzywoń, dł. 4,8 km

Niebieski - Obidowa - Schronisko PTTK Stare Wierchy, dł. 5,4 km

Zielony - Plaskówka - Bacówka PTTK na Maciejowej, dł. 6,0 km

Zielony - Śmietanowa - Schronisko PTTK na Luboniu Wielkim, dł. 4,8 km

Niebieski - Zaryte - Schronisko PTTK na Luboniu Wielkim, dł. 3,5 km

W okolicy Rabki-Zdroju znajdują się schroniska turystyczne, zakładane przez ludzi dla których turystyka była pasją. Z wyjątkiem Bacówki na Maciejowej, historia schronisk sięga czasów przedwojennych.

Ich oferta to całoroczne miejsca noclegowe o zróżnicowanym standardzie, punkt odpoczynku podczas wycieczki, oraz docelowe miejsce różnych tras turystycznych. W każdym ze schronisk można zbierać punkty do Górskiej Odznaki Turystycznej PTTK, jak również otrzymać pamiątkową pieczętą.

W GORCACH

SCHRONISKO PTTK NA MACIEJOWEJ (852 m n.p.m. – Polana Przysłop), oddane dla turystów w 1977 roku. To małe, urokliwe schronisko górskie, zbudowane z drewnianych płazów, oferuje pokoje dwu i wieloosobowe. W schronisku znajduje się bufet, w którym oferowane są napoje, słodczyce oraz ciepłe posiłki. Możliwe jest także zamówienie całodziennego wyżywienia. Turyści mogą usiąść przy kominku znajdującym się wewnątrz schroniska lub na tarasie na zewnątrz, skąd roztacza się widok na panoramę Tatr i kolorowe zachody słońca w rejonie Babiej Góry. Nocą widać światełka samochodów jadących „zakopianką”. Około 10 min. pieszo od schroniska znajduje się górna stacja kompleksu narciarskiego Maciejowa Ski.

Tel. 18 44 75 729, www.namaciejowej.pl



Wycieczki do schroniska wybranymi szlakami

 Z Rabki-Zdroju szlakiem czerwonym. Jest to wycieczka gorczańskim fragmentem głównego szlaku beskidzkiego, prowadzącego z Ustronia w Beskidzie Śląskim do Wołosatego w Bieszczadach. Do Rabki szlak czerwony dociera przez Zbójcką Górę z Jordanowa, po przebyciu Babiej Góry i Pasma Polic. Od dworca PKP znaki prowadzą przez uzdrowisko ulicami Orkana, Parkową, Nowy Świat, Dietla aż do ulicy Gorczańskiej gdzie opuszczają ostatnie zabudowania. Podążając ulicami Rabki trasa szlaku mija wiele ciekawych obiektów wartych chwili uwagi. Na ulicy Orkana, na wysokości cmentarza szlak przechodzi obok 550-cio letniej zabytkowej sosny zwyczajnej, dalej idąc wzdłuż Parku Zdrojowego mija zabytkowy, drewniany budynek, dawną Willę „Pod św. Józefem” z 1903 r. Za skrzyżowaniem z ulicą Chopina, po prawej stronie ulicy przebiega obok nowoczesnego punktu meteorologicznego, gdzie zawsze można sprawdzić aktualne i prognozowane warunki pogodowe. Na przeciw punktu meteo zabytkowa Willa „Pod Trzema Różami” z ok. 1864 roku i Willa „Luboń” wybudowana w 1880 roku. Na ulicy Parkowej szlak mija dwie zabytkowe grupy ośmiu i dziesięciu strzelistych modrzewi, ciekawie sadzonych w okręgu oraz Willę „Krzywoń” z 1880 roku i „Pod Aniołem” z 1870 roku. Zanim szlak skręci w ulicę Dietla, mija na ulicy Nowy Świat kolejne dwa zabytki budownictwa uzdrowskiego – Willę „Liliana” z 1880 roku i „Antonina” z końca XIX w.



Nowoczesny punkt meteorologiczny na ul. Orkana

Po opuszczeniu miasta szlak początkowo prowadzi wśród pól. Ta część trasy jak i osiągnięty podejściem drogą przez las szczyt Maciejowej (815 m n.p.m.), daje możliwość podziwiania panoramy Rabki, pobliskich wzniesień Bani i Grzebienia, masywu Lubonia Wielkiego a także w głębi pasma Babiej Góry. Jeszcze przed szczytem do szlaku czerwonego dochodzą znaki czarne z Rabki Słone. Na szczycie Maciejowej ma górną stację wyciąg narciarski Maciejowa Ski. Stąd do schroniska pozostaje 10-15 minut łagodnej drogi najpierw lasem, a dalej polaną Przysłop (Przysop), na której znajduje się schronisko. Przy dobrej pogodzie i widoczności można stąd podziwiać panoramę Tatr, Babią Górę



Czerwonym szlakiem na Maciejową



Widok na Luboń Wielki spod Maciejowej

i Pasma Polic. Czas podejścia ok. 1 h 45 min, powrót 1h 30 min.

■ Z Poręby Wielkiej Górnej szlakiem zielonym, przez Jasionów na polanę Przysłop, do skrzyżowania ze znakami czerwonymi w bezpośrednim pobliżu schroniska. Długość trasy ok. 4,5 km, czas podejścia ok 2 h, powrót 1h 30 min.

■ Z Góry Piątkowej (spod zabytkowego kościółka) szlakiem zielonym przez Rdzawkę i Ponice a następnie zboczami Sołtysiego Trubacza do znaków czerwonych na polanie Przysłop. Długość trasy ok. 10 km, czas podejścia 3 h w każdą stronę.

■ Z Rabki Słonego szlakiem czarnym. Szlak prowadzi spod szkoły w Słonym, wzdłuż ulicy Poniatowskiego, a następnie biegnie stokami na Górę Maciejową (815 m n.p.m.). Dalej za znakami czerwonymi do schroniska ok. 10-15 min. Długość trasy ok. 3 km, czas podejścia ok. 1 h 15 min, powrót 1 h 15 min.

Polana Przysłop (Przysop)



SCHRONISKO PTTK IM. CZESŁAWA TRYBOWSKIEGO NA STARYCH WIERCHACH (983 m n.p.m.), położone jest w zachodniej części Górców w połowie drogi między Rabką a Turbaczem, na grzbiecie Obidowca.

Pierwsze schronisko, wybudowane w 1934 r. w czasie wojny było bazą ruchu partyzanckiego, służyło partyzantom, głównie Armii Krajowej jako punkt wypadowy w akcjach dywersyjnych. W styczniu 1945 r. zostało zaatakowane i spalone przez Niemców. Dzięki wieloletnim staraniom PTTK, 13 stycznia 1974 r. prawie w rocznicę spalenia starego schroniska nastąpiło uroczyste otwarcie nowego obiektu. Obecnie schronisko oddaje do dyspozycji turystów bufet turystyczny, świetlicę, jadalnię, pole namiotowe z kręgiem ogniskowym oraz 25 miejsc noclegowych w pokojach od 2 do 7-osobowych. Schronisko jest gościnne i pięknie położone, z okien widać panoramę Tatr i Babiej Góry. Jest to doskonały punkt wypadowy do dalszych wycieczek, np. do schroniska na Turbaczu szlakiem czerwonym (ok. 2 h 30 min).

Tel. 888 915 846, www.stare-wierchy.pttk.pl

Wycieczki do schroniska wybranymi szlakami

 Z Rabki-Zdroju szlakiem czerwonym do schroniska PTTK na Maciejowej. Spod schroniska szlak czerwony schodzi polaną i wprowadza do lasu. Na granicy lasu, do czerwonego dołącza szlak zielony (prowadzący z Góry Piątkowej w Rdzawce do Poręby Wlk. Górnej). Tu rozpoczyna się podejście na Wierchową (940 m n.p.m.). Szlak omija wierzchołek Wierchowej i niewielkim podejściem

Schronisko PTTK na Starych Wierchach



prowadzi na Jaworzynę Ponicką. Chwilami można już dostrzec polanę Starych Wierchów. Dalej szlak sprowadza w dół na Przełęcz Pośrednie i polanę Stare Izbiska na początku której dołączają znaki żółte idące z Lubonia Wlk. przez Rabkę Zarytę i Olszówkę. Z polany podziwiać można widok na Suchorę (1000 m n.p.m.) z obserwatorium astronomicznym na szczycie. Stąd już tylko chwila podejścia przez las dzieli od dojścia na polanę ze schroniskiem. Długość trasy z Rabki ok. 9,5 km, czas podejścia ok. 2 h 50 min (powrót 2 h 10 min).

 Z Rdzawki szlakiem niebieskim, trasę można rozpocząć przy parkingu i stacji benzynowej, przy „zakopiance”. Rozciąga się stąd wspaniała panorama na Tatry i Babią Górę. Jest to najtańsze dojście na Stare Wierchy, szlak do schroniska prowadzi grzbietem Obidowej przez Kulakowy Wierch, Skalkę i Jaworzynę. Długość trasy ok. 7 km, czas podejścia ok. 2 h (powrót ok. 1 h 30 min).

 Z Koninek przystanek PKS Borek szlakiem zielonym (tu również swój początek ma szlak żółty prowadzący do Orkanówki - Muzeum Wł. Orkana.), który po opuszczeniu drogi wyprowadza na szczyt Tobołowa (966 m n.p.m.), gdzie ma swoją górną stację krzesiówkowa Kolej Linowa Tobołów oferująca zimą narciarskie trasy zjazdowe. Z Tobołowa szlak podąża przez Suchorę (1000 m n.p.m.) na Obidowiec (1106 m n.p.m.). Na Suchorze mija oddane do użytku w listopadzie 1987 roku Obserwatorium Astronomiczne AP w Krakowie. Z Obidowca łagodną drogą graniową, przez polanę Pudziska dociera do schroniska na Starych Wierchach. Czas podejścia ok. 2 h 20 min (powrót 2 h).

 Z Rabki Zarytego szlakiem żółtym to wycieczka o długości ok. 12,5 km. Można ją rozpocząć w miejscu, gdzie żółty szlak schodzący z Lubonia Wlk. przecina szosę w Zarytem podążając w kierunku Olszówki, którą osiąga po około 1 h 15 min. Jest to wieś istniejąca ponad 600 lat, założona na mocy dokumentu lokacyjnego Władysława Jagiełły, położona w dolinie potoku Olszówka. Dalej wzdłuż drogi, pod górę, szlak prowadzi do Jasionowa. Odcinek ten otwiera widoki w stronę Lubonia Wlk., Poręby Wlk. Górnej i pobliskie wzniesienia Krzyżowej, Ostrej i Gronia. W Jasionowie znakom żółtym, na niedługim odcinku towarzyszą zielone prowadzące z Poręby Wlk. Górnej pod zabytkowy kościółek na Górze Piątkowej. Powyżej Jasionowa otwierają się widoki na zbocza Tobołowa i Suchorę z obserwatorium astronomicznym. Szczególnie urzekające widoki oferuje podgrzbietowa polana Mnisko, na którą wyprowadza szlak. Dalej przez polanę i przełęcz Pośrednie, gdzie znaki żółte dołączają do czerwonych prowadzących do schroniska. Czas podejścia ok. 3 h 50 min (powrót 3 h 25 min).



Na czerwonym szlaku, przełęcz Pośrednia

SCHRONISKO PTTK IM. WŁADYSŁAWA ORKANA NA TURBACZU,

usytuowane jest na wysokości 1270 m n.p.m., w pobliżu szczytu Turbacz (1310 m n.p.m.).

Położone jest na skrzyżowaniu gorczańskich szlaków turystycznych, prowadzących m.in. na Kudłoń (przez przełęcz Borek), Gorc, Lubań (przez przełęcz Knurowską), do Rabki-Zdroju, Nowego Targu, na Stare Wierchy, do Koninek i Niedźwiedzia. Ze względu na urokliwą lokalizację na skraju największej gorczańskiej hali, wśród lasów bukowo-świerkowych oraz walory poznawcze Gorczańskiego Parku Narodowego, schronisko jest często odwiedzane przez rzesze turystów uprawiających turystykę pieszą i rowerową. Istnieją tu niepowtarzalne warunki do wypoczynku dla miłośników gór, spędzania wczasów rodzinnych, obozów pobytowych dla dzieci i młodzieży, organizowania zjazdów, sympozjów i szkoleń. Schronisko oferuje 110 miejsc noclegowych w pokojach 2, 3, 4, 6 i wieloosobowych, apartament 3-pokojowy z kompletnym wyposażeniem. Znajduje się tu również kawiarnia, świetlica z tv i kominkiem a także jadalnia, gdzie serwowane jest pełne wyżywienie. Wielką atrakcją są liczne trasy do uprawiania narciarstwa biegowego, w pełni usatysfakcjonowani będą narciarze uprawiający jazdę w głębokim śniegu oraz wędrowni na nartach. W schronisku znajduje się stacja ratunkowa GOPR Grupy Podhalańskiej. Krótka historia schroniska str. 83.

Tel. 18 26 67 780, www.turbacz.net

Schronisko PTTK Turbacz



Wycieczki do schroniska wybranymi szlakami

 Z Rabki-Zdroju, przez Maciejową szlakiem czerwonym, do schroniska PTTK na Starych Wierchach. Spod schroniska szlak doprowadza polaną do granicy lasu gdzie stoi tablica informacyjna Gorczańskiego Parku Narodowego, a nieco w głębi kapliczka powstała w 2005 roku. Tu szlak wkracza na główny grzbiet Gorców, towarzyszą mu znaki zielone prowadzące do Koninek. Szlak wyprowadza na wierzch Groniki (1027 m n.p.m.) a dalej na polanę Pudziska. Tu w lewo odchodzi „Kopana Droga” na polanę Suchora, a wraz z nią znaki ścieżki dydaktycznej GPN. Szlak rozpoczyna podejście na Obidowiec (1106 m n.p.m.) na którego szczycie odchodzi w lewo szlak zielony do Koninek. Za szczytem polana Obidowiec z tablicą informacyjną Parku a dalej niszczący szałas pasterski. Za polaną szlak wchodzi do lasu, gdzie mija pomnik upamiętniający katastrofę samolotu sanitarnego, który rozbił się 25 maja 1973 roku. Kolejne malownicze polany po drodze to Giecka i Kocurka z widokiem na Średni Wierch i Solnisko. Dalej przez Rozdziele (1198 m n.p.m) wyprowadza na zalesiony szczyt Turbacza (1310 m n.p.m.), a następnie schodzi do położonego poniżej schroniska. Długość trasy ok. 17 km, czas podejścia z Rabki ok. 5-6 h, ze schroniska na Maciejowej ok. 4 h, ze Starych Wierchów ok. 2 h 15 min (powrót do Rabki ok. 4 h 30 min).



Na czerwonym szlaku, w drodze na Wierch Groniki



Miejsce katastrofy samolotu sanitarnego

 Z Koninek, szlakiem niebieskim. Wycieczkę rozpocząć można w Koninkach (przystanek PKS Borek) lub wyżej, przy dolnej stacji kolei krzeslejkowej na Tobołów. Jest tu kilka miejsc gdzie można zostawić zaparkowany samochód. W pobliżu dolnej stacji kolei i leśniczówki Hucisko gdzie prowadzi szlak mają swój początek dwie ścieżki dydaktyczne GPN - „Doliną potoku Turbaczy” i „Na Turbaczy”, mogące być ciekawą propozycją kolejnych wycieczek. Stąd szlak niebieski prowadzi dalej, na Suchy Groń (1043 m n.p.m.) i przez polanę Średnie na Czoło Turbacza. Jest to piąty pod względem wysokości szczyt w Gorcach (1259 m n.p.m.) z tajemniczą inskrypcją wyrytą na szczytowych skałkach. O inskrypcji tej wspominał W. Orkan w swej powieści „W roztokach”.

Powstanie jej, ludowe legendy wiążą z podaniami o gorceńskich rozbójnikach lub obozujących w tych okolicach konfederatach barskich, którzy mieli w tym miejscu pochować swojego towarzysza. Na Czoła Turbacza do niebieskich znaków dołączają zmierzające także na Turbacz, najpierw znaki zielone podążające z Niedźwiedzia, a po chwili, już na Hali Turbacz żółte z przełęczy Borek. Z Czoła Turbacza szlak wyprowadza na piękną Halę Turbacz, skąd do schroniska pozostaje jeszcze około 20 minut drogi. Warto jednak zatrzymać się na chwilę przy mijanym po prawej stronie ołtarzu papieskim. Ołtarz postawiono w 2003 roku na pamiątkę mszy świętej odprawionej w tym miejscu przez ks. Karola Wojtyłę dnia 17 września 1953 roku. Po pokonaniu ostatniego odcinka drogi przez las, docieramy pod schronisko, gdzie otwierają się wspaniałe widoki na największą gorceńską polanę – Halę Długą, a dalej Jaworzynę Kamienicką oraz Kiczorę. Spod samego schroniska otwiera się imponująca panorama Tatr. Długość trasy ok. 6,5 km, czas podejścia ok. 3 h (powrót ok. 1 h 45 min).

 Z Raby Niżnej szlakiem zielonym do Poręby Wielkiej. W Porębie Wielkiej, znaki prowadzą obok dyrekcji GPN i pozostałości parku dworskiego, wchodzącego niegdyś w skład zespołu dworskiego należącego do rodziny Wodzickich. Dalej, przez Niedźwiedź, a następnie drogą pomiędzy Starmachowskim Groniem a Czechową Górą szlak prowadzi w pobliżu domu rodzinnego Wł. Orkana - obecnie muzeum jemu poświęcone. Prowadzą do niego znaki żółte z Koninek - Borek. Po pokonaniu następnego odcinka trasy, szlak wychodzi na polanę Łąki w grupie Turbaczyka. Ta pięknie położona polana była ulubionym miejscem wycieczek i rozmyślań poety Władysława Orkana, który około 1912 roku wybudował tu kolebę – schronisko, mogące



Ołtarz Papieski na Hali Turbacz



Hala Długa, widok z Czoła Turbacza



Centrum Kultury i Turystyki Górskiej na Turbaczu

pomieścić kilka osób. Z polany Łąki przez Turbaczyk, Wierch Spalone i Kopieniec szlak wyprowadza na Czoło Turbacza. Napotka tu znaki niebieskie, a następnie żółte zmierzające także do schroniska. Z Czoła pod schronisko pozostaje około 20 minut drogi. Długość trasy ok. 18 km, czas podejścia 5 h 15 min (powrót 4 h).

„ODKRYJ BESKID WYSPOWY”

Beskid Wyspowy to część Beskidów Zachodnich, położony między doliną Raby a Kotliną Sądecką. Charakterystyczną cechą dla tego pasma jest występowanie odosobnionych, pojedynczych szczytów, od czego pochodzi jego nazwa. Corocznie na terenie Rabki-Zdroju i sąsiednich gmin odbywa się akcja „Odkryj Beskid Wyspowy”, w ramach której zdobywane są szczyty należące do tego pasma górskiego. Niezmiennie od kilku lat cieszy się ona wielkim zainteresowaniem wśród mieszkańców i turystów. Celem akcji jest przybliżenie i popularyzacja wiedzy na temat Beskidu Wyspowego oraz zachęcanie wszystkich, niezależnie od wieku, do aktywnego spędzania wolnego czasu. W ramach wydarzenia „Odkryj Beskid Wyspowy” odbywają się liczne imprezy towarzyszące, m.in.:

- Festiwal Zespołów Regionalnych Beskidu Wyspowego „Beskidzka Podkowiecka”
- Festiwal Kultury Beskidu Wyspowego „Beskidzkie Rytm i Smaki”

Schronisko PTTK na Luboniu Wielkim



Więcej informacji na stronie:
www.odkryjbeskidwyspowy.pl

W BESKIDZIE WYSPOWYM

SCHRONISKO PTTK IM. STANISŁAWA DUNIN- -BORKOWSKIEGO NA LUBONIU

WIELKIM, (1022 m n. p. m.), położone jest w pasmie Beskidu Wyspowego. Wybudowane zostało w 1931 roku z inicjatywy Oddziału PTT w Rabce w oparciu o projekt architektoniczny Stanisława Dunin-Borkowskiego i Jerzego Czopowskiego.

Wojenna historia schroniska związana jest z działalnością Oddziałów

AK, które wykorzystywały obiekt jako bazę, punkt oparcia dla swoich partyzantów, tworząc chlubną kartę w dziejach ruchu oporu na terenie Beskidu Wyspowego. W 1944 roku dzięki sprytności ówczesnego kierownictwa obiekt uchroniono przed spaleniem przez Niemców. Schronisko od tamtej pory nie uległo większym zmianom. Dziś oddaje do dyspozycji swoich gości 25 miejsc noclegowych, w tym 10 w głównym budynku oraz 15 w dobudowanej letniej baczce. W głównym budynku na parterze znajduje się bufet turystyczny, pomieszczenie sanitarne, aparat telefoniczny na kartę, a na piętrze sala wieloosobowa z unikalnym układem okien wychodzących na cztery strony świata. Natomiast w baczce, na parterze znajdują się „jedyńka”, dwie „dwójki” oraz świetlica, a na poddaszu „dziesiątka”.

Schronisko jest wyjątkowo pięknie usytuowane. Rozciąga się spod niego rozległa panorama na Beskid Wyspowy, Makowski i Żywiecki, którą można podziwiać siedząc wygodnie na ławeczkach od strony północnej. Gościnni gospodarze organizują wycieczki po okolicy, imprezy, ogniska i pieczenie barana oraz przejażdżki autem terenowym. Koło schroniska wznosi się stacja przekąsnikowa TV, która jest charakterystycznym punktem widocznym nawet z dalszych okolic.

Na południowym stoku szczytu Lubonia Wlk. znajduje się utworzony w 1970 r. rezerwat przyrody nieożywionej „Luboń Wielki”, zabezpieczający osuwisko fliszowe. Rezerwat ten obejmuje: jezor osuwiskowy z gołoborzem, obszar skał oderwanych, teren niszy osuwiskowej zasłanej blokami oraz ścianę osuwiskową. Wśród płyt i bloków skalnych znajdują się obiekty jaskiniowe w formie jaskiń szczelinowych i nisz jaskiniowych. Dolną część rezerwatu porastają lasy świerkowo-jodłowe, w górnej dominuje buczyna karpacka. Z roślin chronionych występuje w nim wawrzynek wilczełyko i kruszczyk rdzawoczerwony, śnieżyczka przebiśnieg, paproć.

Tel. 608 791 020, www.lubon.pttk.pl

Wycieczki do schroniska wybranymi szlakami

 Szlakiem niebieskim w dwóch wariantach. Pierwszy, krótszy, ma początek w okolicy stacji kolejowej w Rabce Zarytem. Jest to stosunkowo szybkie dojście na szczyt, choć szlak w niektórych partiach jest dość stromy. Po opuszczeniu szosy



Widok spod schroniska na Lubonia Wielkim

w Zarytem szlak najpierw łagodnie wznosi się granicą lasu wśród pól, a po niedługim czasie wchodzi do lasu, gdzie podejście robi się bardziej strome. Dalej, już mozolnie pod górę ścieżką wyprowadza na jeden z bocznych grzbietów Lubonia, gdzie na nieco otwartej w stronę Gorców przestrzeni do znaków niebieskich dołączają zielone. Stąd do schroniska pozostaje około 15 minut łagodnego podejścia. Czas podejścia ok. 1 h 30 min, (powrót ok. 1 h). W dłuższym wariantcie, wycieczkę można rozpocząć w Rabce-Zdroju przy skrzyżowaniu ulicy Jana Pawła II z ulicą Słoneczną. Stąd szlak niebieski pomiędzy wzniesieniami Bani i Grzebienia prowadzi do Rabki Zarytego. Długość trasy z Rabki-Zdroju ok. 7 km w jedną stronę, czas podejścia na Luboń ok. 2 h 30 min (powrót ok. 2 h).

 Z Naprawy, przystanek PKS Luboń Mały, (parking przy „zakopiance”), szlakiem niebieskim. Jest to ładne, grzbietowe podejście do schroniska na Luboni Wielkiej. Przy dobrej pogodzie i widoczności, ze szlaku można podziwiać widoki w stronę Gorców i Tatr, a także Beskidów: Makowskiego, Żywieckiego i Wyspowego. Czas podejścia do schroniska ok. 2 h (powrót 2 h).

 Z Rabki-Zdroju, szlakiem zielonym. Za początek wycieczki można przyjąć, w dłuższym wariantcie okolice kawiarni Zdrojowej w Rabce-Zdroju przy ul. Orkana. Szlak prowadzi stąd na zbocza Bani, a dalej ulicą Tetmajera do mostka, którym przekracza Rabę. Po przejściu Raby ścieżką wzdłuż jej brzegu dochodzi do Rabki Zarytego. W krótszej wersji można rozpocząć wycieczkę w Rabce Zarytem, w miejscu gdzie szlak skręcając w lewo przekracza ulicę Zaryte i wśród pól rozpoczyna podejście na południowe stoki Lubonia Wielkiego. Po około pół godzinie od Zarytego ścieżka wprowadza do lasu, aby po dość mozolnym podejściu wyprowadzić na jeden z bocznych grzbietów Lubonia Wielkiego. Tu znaki zielone dołączają do niebieskich, by wraz z nimi po około 15 minutach łagodnego podejścia doprowadzić do schroniska. Czas podejścia z Rabki Zdroju ok. 2 h 30 min (powrót ok. 2 h 15 min).

 Z Rabki Zarytego szlakiem żółtym, to niewątpliwie najciekawsza z tras prowadzących na Luboń Wielki. Szlak prowadzi ze Starych Wierchów na drogę nr 28 w Zarytem, wzdłuż której biegnie przez ok. 500 metrów w stronę Rabki-Zdroju, aby następnie skręcić w prawo, w kierunku szczytu Lubonia. Najpierw polami, potem stromo lasem wchodzi na teren rezerwatu przyrody nieożywionej „Luboń Wielki”, imienia Stanisława Dunin-Borkowskiego. Ta część szlaku



Perć Borkowskiego - goloborze w rez. Luboń Wielki

nazwana jest imieniem swojego projektodawcy „Percią Borkowskiego”. Jest to emocjonujący i najciekawszy odcinek trasy. Szlak wprowadza na strome, kamienne gołoborze, w którego górnej partii skręca w prawo. Tu uważnie trzeba patrzeć na znakowanie szlaku, który umożliwia zwiedzenie udostępnionego fragmentu gołoborza. Turyści wydeptują skrót - wariant na wprost, tracąc ciekawy odcinek prowadzący dalszą częścią gołoborza, z jego kulminacyjnym punktem, z widokiem w stronę Gorców, małą kapliczką i zejściem do jaskini. Dalszy, krótki odcinek tej części szlaku prowadzi pośród dużych bloków skalnych, wymaga uwagi i zręczności, charakterem przypomina wędrówki po skalnych, tatrzańskich szlakach. Dalej, już lasem, szlak pnie się stromo w górę, ale to naprawdę ostatni męczący odcinek. W ostatniej partii dołącza do znaków czerwonych (z przeł. Glisne) i wraz z nimi doprowadza do schroniska. Perc Borkowskiego to szlak dla nieco bardziej zaawansowanych turystów, zalecany raczej do podejścia. Nieczynny w okresie zimowym. Długość trasy ok 3,6 km w jedną stronę. Czas podejścia z Rabki Zarytego na Luboń Wielki około 2 h (powrót ok. 1 h 30 min).

GÓRSKIE OCHOTNICZE POGOTOWIE RATUNKOWE



Nad bezpieczeństwem osób wybierających się na wycieczki w góry czuwa Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe. Grupa Podhalańska GOPR ze stacją centralną w Rabce zabezpiecza obszar o pow. 4200 m², przez który przebiega 1500 km szlaków turystycznych. Teren działania: Gorce – stacje ratunkowe na Turbaczu, Tobołowie, w Nowym Targu, Ochotnicy Górnej,

Kamienicy. W Niedźwiedziu, w schroniskach na Maciejowej i Starych Wierchach dostępny jest ratownik. Pieniny – stacje ratunkowe w Szczawnicy, Krościenku oraz w schronisku na Dubraszce. Beskid Sądecki – (częściowo) w schronisku na Bereńniku dostępny jest ratownik. Beskid Wyspowy- stacja ratunkowa w Limanowej. Beskid Żywiecki – stacja ratunkowa w schronisku na Hali Krupowej. Beskid Makowski – stacja ratunkowa przy wyciągu krzesiówkowym na górę Chelmu. Na całym obszarze działania Grupy uruchomione są stacje sezonowe przy większości wyciągów narciarskich.

Pogotowie działa od 1955 roku pod pierwotną nazwą Grupa Rabczańska GOPR. W 1965 roku przyjmuje imię Krzysztofa Berbeki, ucznia rabczańskiego liceum, ratownika TOPR, alpinisty, który zginął w Alpach. W 1970 roku Grupa Rabczańska zmienia nazwę na Podhalańską, jako bardziej adekwatną do terenu swojego działania. W chwili obecnej ratownicy Grupy Podhalańskiej GOPR uczestniczą w ponad 700 akcjach, wyprawach i interwencjach rocznie. Są doskonale wyszkoleni, dysponują nowoczesnymi

środkami transportu oraz sprzętem ratowniczym, a w akcjach ratunkowych i poszukiwawczych wykorzystują rozbudowany system nawigacyjny GPS. Aktywnie współpracują z Lotniczym Pogotowiem Ratunkowym. Dzięki prowadzonym całodobowo dyżurom oraz wysokim kwalifikacjom, są w stanie o każdej porze roku, dnia i godziny udzielić pomocy w trudnym terenie górskim osobom jej potrzebującym. Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe jest organizacją częściowo ochotniczą, której głównymi celami są ochrona zdrowia i życia ludzi, którzy ulegli wypadkowi w górach; działalność profilaktyczna, mająca na celu jak najlepsze przygotowanie turystów do górskich wędrówek oraz ochrona środowiska górskiego. Organizowane są imprezy plenerowe, pokazy sprzętu GOPR i sprawności ratowników, prelekcje profilaktyczne oraz całodzienne imprezy dydaktyczne połączone z pokazem udzielania pierwszej pomocy, jazdą na czterokołowcu Honda TRX, wspinaczką na ścianie oraz wycieczką topograficzną w góry w ramach akcji „W górach bezpiecznie”. Stacja centralna prowadzi również wynajem pokoi gościnnych o zróżnicowanym standardzie.

GOPR Grupa Podhalańska, Centralna Stacja Ratunkowa Rabka-Zdrój,
al. Tysiąclecia 1, tel. 18 26 76 880,

www.gopr-podhale.pl • poczta@gopr-podhale.pl

——— **telefony alarmowe 601 100 300, 985** ———

ZASADY POSTĘPOWANIA W GÓRACH

Wybierając się na górskie wycieczki, warto znać podstawowe zasady poruszania się i zachowania w górach. Góry to miejsce dla rozważnych, odpowiedzialnych, szanujących przyrodę ludzi.

Zasady praktyczne

1. Zaplanuj dokładnie trasę wycieczki biorąc pod uwagę kondycję i umiejętności jej uczestników, pamiętaj, że powyżej 1000 m n.p.m. i na terenie Parków Narodowych grupy zorganizowane muszą korzystać z usług górskiego przewodnika turystycznego.
2. Poinformuj wszystkich uczestników o celu wycieczki, planowanej trasie, szlakach turystycznych i orientacyjnym czasie przejścia.
3. Zasięgnij informacji w GOPR na temat warunków terenowych i atmosferycznych.
4. Zaopatrz się w wygodne górskie buty, dostosuj ubiór do aktualnej pory roku pamiętając, iż nawet w lecie przyda się cieplejsza, nieprzemakająca kurtka oraz przy dłuższych trasach latarka, napój, kaloryczne jedzenie np. czekolada i kanapki.

5. Pamiętaj, że warunki pogodowe w górach zmieniają się błyskawicznie.
6. Wychodząc w góry pozostaw wiadomość o dokładnej trasie i czasie trwania wycieczki oraz orientacyjną godzinę powrotu, jeśli jesteś w stanie określić tzw. godzinę alarmową. Zakoduj w swoim telefonie numer ratunkowy, nie zapomnij poinformować o bezpiecznym zakończeniu wyprawy.
7. Weź ze sobą apteczkę wraz z kocem przeciwwstrząsowym (folia NRC), poznaj zasady zawiadamiania i alarmowania GOPR.
8. W terenie nie zbaczaj ze znakowanego szlaku, dostosuj tempo marszu grupy do najsłabszych, pilnuj by grupa trzymała się razem, wyznacz prowadzącego i zamykającego wycieczkę spośród najbardziej doświadczonych i odpowiedzialnych osób, co pewien czas zrób przerwę w celu odpoczynku i sprawdzenia kondycji uczestników.
9. Pamiętaj, że zimą nawet stosunkowo proste szlaki mogą być nie do przebycia.
10. Jeżeli nastąpił wypadek - niezwłocznie zawiadom GOPR, pomoc jest bezpłatna a ratownicy są dla Ciebie!

Międzynarodowym systemem wzywania pomocy w górach jest 6 sygnałów dźwiękowych lub świetlnych co 10 sekund następnie minuta przerwy. Odpowiedź składa się z sygnału dźwiękowego lub świetlnego co 20 sekund. Sygnałem potwierdzającym potrzebę pomocy dla załogi śmigłowca jest sylwetka ustawiona w kształcie litery Y (Yes) - dwie ręce uniesione w górę. Informacją dla śmigłowca, że nie potrzeba pomocy jest sylwetka z jedną ręką opuszczoną a drugą uniesioną w górę - litera N (No).



*Potrzebujemy
pomocy*



NIE

*Nie potrzebujemy
pomocy*

W razie wypadku skontaktuj się ze służbami ratowniczymi, dzwoniąc na numer telefonu ratunkowego w górach **601 100 300** i poinformuj, że zgłaszasz wypadek, przedstaw się i podaj numer telefonu z którego dzwonisz, określ miejsce wypadku – dokładny opis. Określ rodzaj wypadku, urazu i w jakim stanie znajduje się poszkodowany, podaj planowaną trasę przejścia, podaj czy jesteś przy poszkodowanym a jeśli nie, to czy ktoś przy nim pozostał. Jeżeli zawiadamiasz z innego miejsca niż zdarzył się wypadek, to opisz którądy schodziłeś do miejsca w którym się znajdujesz.

Literatura

1. Chrzanowski T., Kornecki M., *Sztuka Ziemi Krakowskiej*, Wyd. Literackie, Kraków 1982
2. Głodkiewicz E., *Pomniki Przyrody Powiatu Nowotarskiego*, U.M., Nowy Targ 2001
3. Gorce, *mapa turystyczna*, 1:50 000, Wyd. Compass, Kraków 2003
4. Gorce, *mapa turystyczna*, 1:75 000, Wyd. PPWK, Warszawa - Wrocław 1986
5. Matuszczyk A., Trybowska E., *Rabka i okolice*, Oddział PTTK, Rabka 1996
6. Moskała E., *Schroniską PTTK W Karpatach Polskich*, PTTK 1980
7. *Muzeum Orawski Park Etnograficzny w Zubrzyicy Górnej*, folder, Wyd. Muzeum - Orawski Park Etnograficzny w Zubrzyicy Górnej 2003
8. Nyka J., *Gorce*, Sport i Turystyka, Warszawa 1965
9. Pagaczewski S., *Rabka i Dolina Raby*, Spółdz. Wyd. „Sport i Turystyka”, Warszawa 1953
10. *Podhalanka Pismo Związku Podhalan*, Ludźmierz nr 2(8), 1983, Numer poświęcony Rabce, Gorcom i Beskidowi Wyspowemu
11. Praca zbiorowa: Błażejczyk K., Kozłowska-Szczęśna T., Krawczyk B., Limanówka D., *Bioklimat uzdrowisk polskich i możliwości jego wykorzystania w lecznictwie*, IGiPZ PAN, 3, 2002
12. *Parafia św. Marii Magdaleny*, folder, Wyd. Rzym.-kat. parafia św. M. Magdaleny, ul. Orkana 2, 34-700 Rabka-Zdrój
13. *Stare Wierchy*, folder, Wyd. COTG PTTK
14. Strauchmann K., *Tajemnice Skalnej Ziemi*, O.W. Rewasz, Pruszków 2001
15. *Wokół Babiej Góry mapa turystyczna*, 1:60 000 Wyd. Compass, Kraków 2005

Strony internetowe, teksty autoryzowane

www.rabka.pl
www.uzdrowisko-rabka.pl
www.scru.pl
www.zpigichp.edu.pl
www.sanatorium-cegielski.pl
www.muzeum-orkana.pl
www.muzeum-zbojnikow.pl
www.laczek-daleki.netgaleria.pl
www.skansenchabowka.pl
www.rabcio.nowotarski.pl
www.mok.rabka.pl
www.smkl-rabka.pl
www.rdzawka.rabka-net.pl

www.sponice.szkolnastrona.pl
www.rabkoland.pl
www.chabowka.com
www.gorczańskipark.pl
www.rabka-zdroj.pttk.pl
www.namaciejowej.pl
www.stare-wierchy.pttk.pl
www.turbacz.net
www.lubon.pttk.pl
www.gopr-podhale.pl

Miasto na cztery pory roku!



ISBN 978-83-940823-0-7



Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie.