



SLOW TRAVEL

Podróżowanie z uważnością

Magdalena Malinowska
www.przewodnikpomazurach.pl

Ruch „Slow Movement”

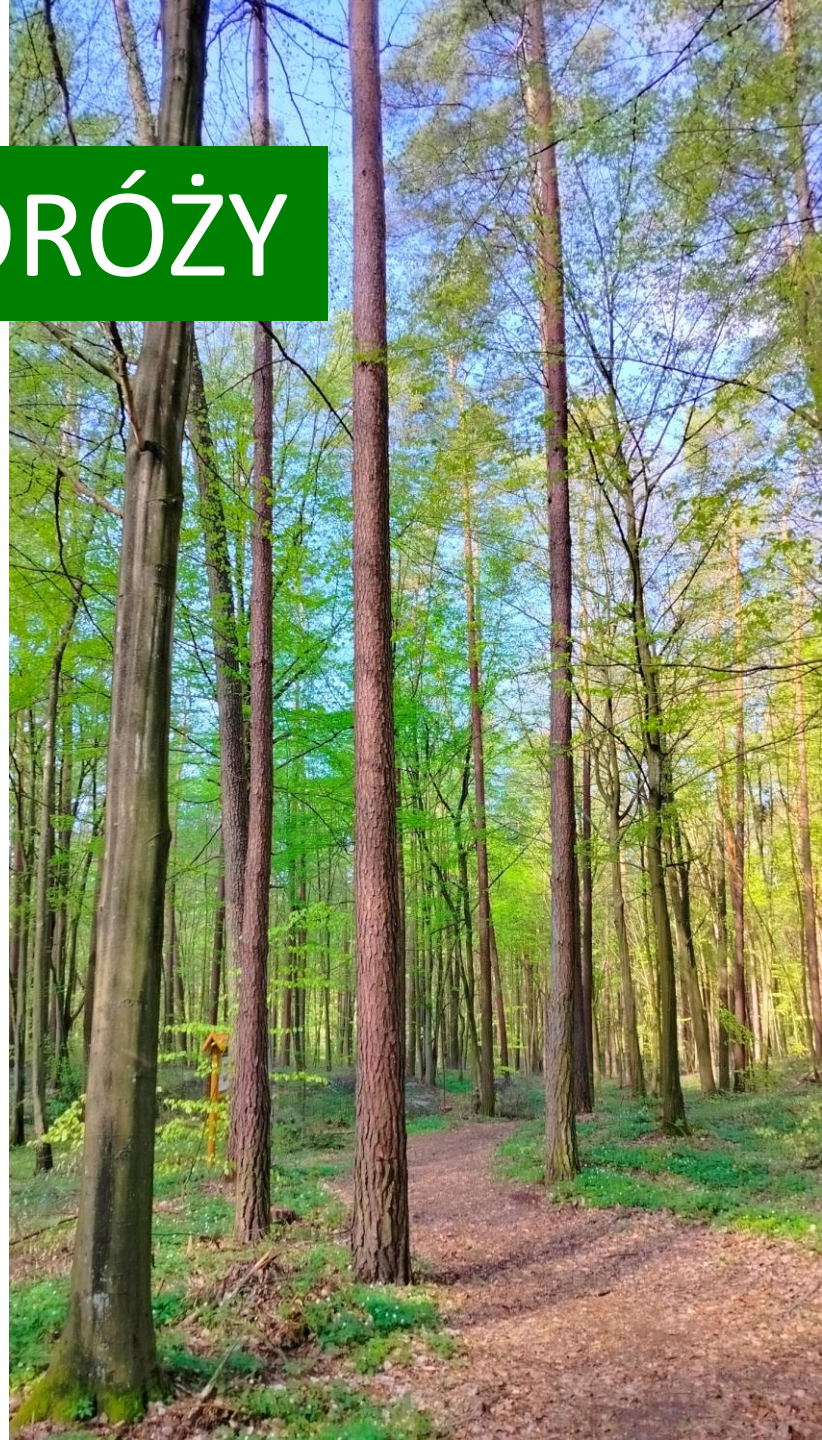
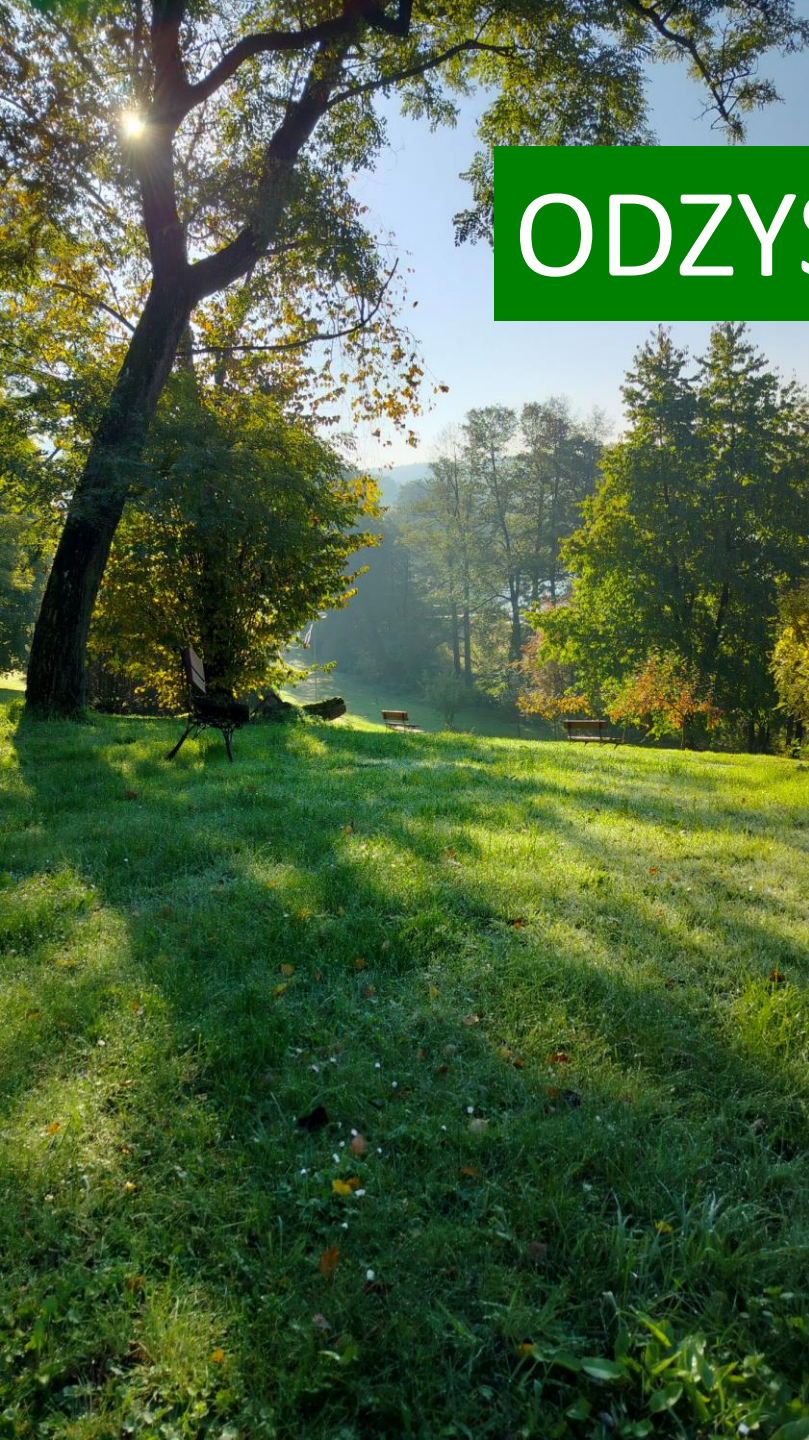
Ruch na rzecz Spowolnienia

Walczy z bezmyślnym pośpiechem współczesnego człowieka.

Dokonuje rehabilitacji powolności.

Mówi, że dobrze żyć można tylko wtedy, gdy żyje się powoli, blisko natury, mając czas na drobne przyjemności.

ODZYSKAĆ CZAS W PODRÓŻY



SLOW TRAVEL to FILOZOFIA PODRÓŻOWANIA.

BEZ POŚPIECHU
WE WŁASNYM RYTMIE
POZA UTARTYMI SZLAKAMI
ALTERNATYWNIE
MNIJ
JAKOŚCIOWO
UWAŻNIE
DOGŁĘBNIJ
ŚWIADOMIE
MĄDRZE
„DETALICZNIE”
Z OTWARTOŚCIĄ I
ZAINTERESOWANIEM

Z SZACUNKIEM DO LOKALNEJ
SPOŁECZNOŚCI I ŚRODOWISKA
Z REALNĄ OBECNOŚCIĄ
GOSPODARZY
W POSZUKIWANIU PRAWDY
I AUTENTYCZNOŚCI
Z WYKORZYSTANIEM
ALTERNATYWNYCH ŚRODKÓW
TRANSPORTU
BIORĄC UDZIAŁ W LOKALNYCH
WYDARZENIACH
CODZIENNE PODRÓŻE

MANIFEST SLOW TRAVEL

Nicky Gardner, 2009

1. Zaczynij swoją podróż w domu.
2. Droga może być piękniejsza od samego celu.
3. Odwiedź lokalne sklepy, targi, lokale.
4. Zatrzymaj się, bądź wśród ludzi, stań się częścią krajobrazu, a nie tylko obserwatorem, przechodniem.
5. Naucz się kilku podstawowych słów w lokalnym języku/gwarze. Podejmij trud zrozumienia inności.
6. Wyjdź poza złotą klatkę, opuść więzienie all inclusive. Poznaj miejscową społeczność. Dziel przestrzeń z miejscowymi, nawiązuj kontakt.

MANIFEST SLOW TRAVEL

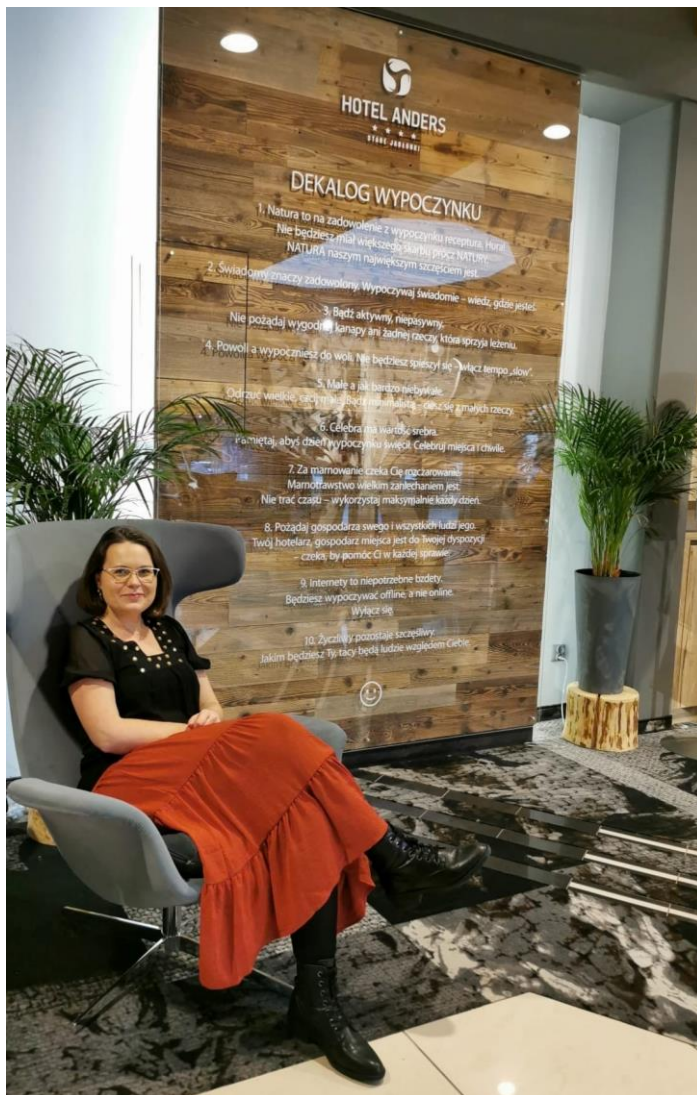
Nicky Gardner, 2009

7. Rób to, co robią miejscowi, a nie tylko to, co jest polecane w przewodnikach, internecie itd.

8. Delektuj się tym, co niespodziewane.

9. Pomyśl o tym, co ty możesz dać miejscowej społeczności.

KULTURA DOBREGO WYPOCZYNKU W RYTMIE SLOW

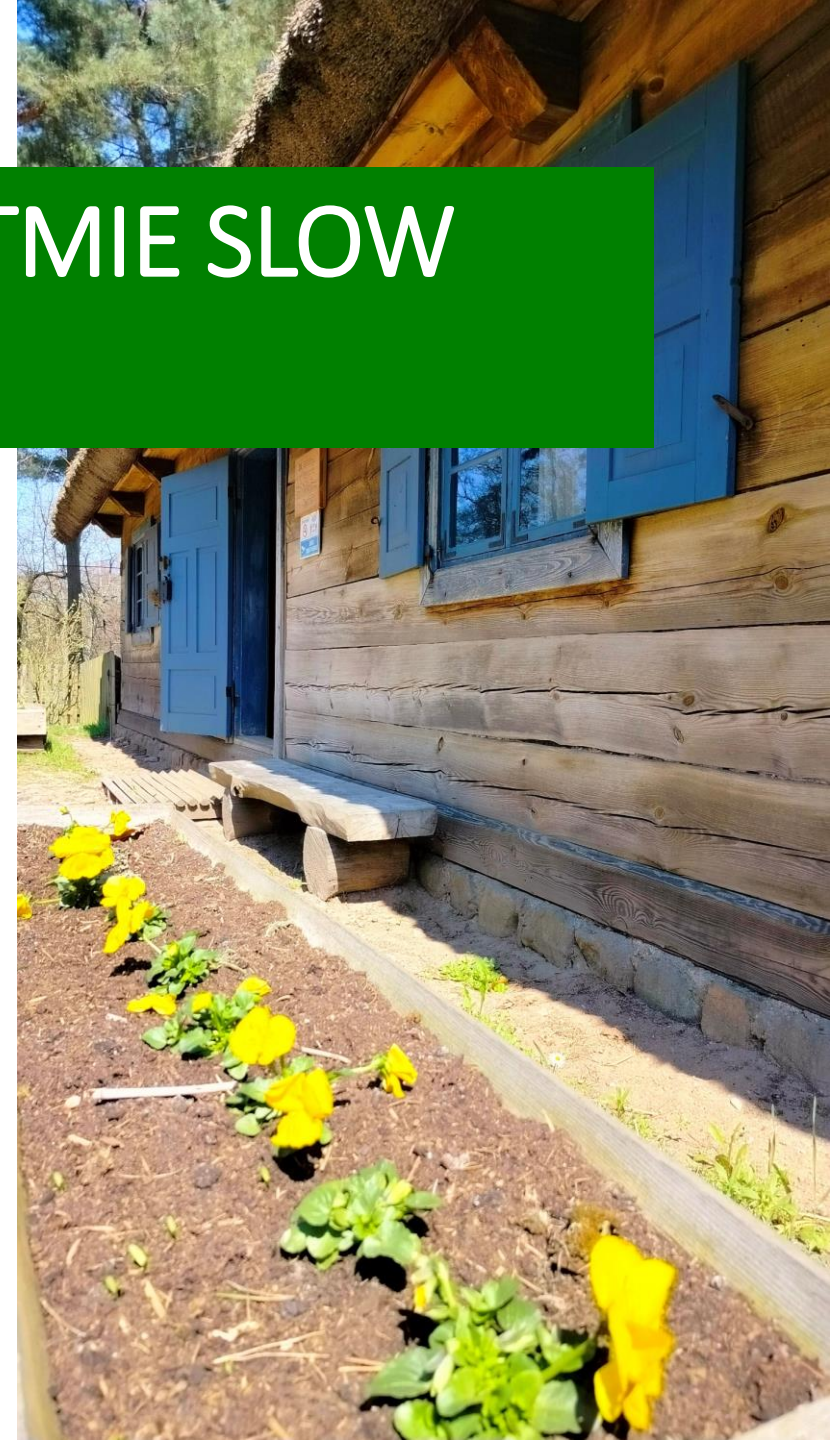


1. Natura to na zadowolenie z wypoczynku receptura.
2. Świadomy znaczy zadowolony.
3. Bądź aktywny, niepasywny.
4. Powoli, a wypocznieś do woli.
5. Małe, a jak bardzo niebywałe.
6. Celebra ma wartość srebra.
7. Za marnowanie czeka Cię rozczarowanie.
8. Pożądaj gospodarza swego i wszystkich ludzi jego.
9. Internety to niepotrzebne bzdety.
10. Życzliwy pozostaje szczęśliwy. Jakim będziesz Ty, tacy będą ludzie względem Ciebie.

ODBIÓR RZECZYWISTOŚCI W RYTMIE SLOW ZMYSŁY



WZROK
WĘCH
SŁUCH
DOTYK
SMAK



ODBIÓR RZECZYWISTOŚCI W RYTMIE SLOW ZMYSŁY

WZROK – piękno, wyjątkowość, codzienność, detale, elementy, charakter...





ODBIÓR RZECZYWISTOŚCI W RYTMIE SLOW ZMYSŁY

WĘCH – zapach sosnowego lasu,
wody w jeziorze, jedzenia w
restauracji, świeżo mielonej
kawy, starego drewna, grzanego
wina, marcepana w grudniu,
zapach przestrzeni, świeżo
skoszonej trawy, żniw na wsi,
zwierząt, kwiatów...

ODBIÓR RZECZYWISTOŚCI W RYTMIE SŁOW ZMYSŁY



SŁUCH – rozmowa z właścicielem pensjonatu, opowieść przewodnika, koncert organowy, gwar turystycznego kurortu, cisza osady leśnej, śpiew ptaków, chlapnięcie ryby w wodzie, rechot żab, rykowisko jesienią, klangor żurawi wiosną, bicie dzwonów w kościele, hejnał z wieży...





ODBIÓR RZECZYWISTOŚCI W RYTMIE SLOW ZMYSŁY

**DOTYK – wody
podczas kąpieli,
wiatru, mchu w lesie,
piasku na plaży, kory
drzewa, słońca na
twarzy...**

ODBIÓR RZECZYWISTOŚCI W RYTMIE SLOW ZMYSŁY



**Smak – lokalność, wyjątkowość,
adekwatność, regionalizm, spektakl kulinarny,
niepowtarzalność...**

Informacje dla slow turystów

Koncepcja autorska

Miejsce wypadowe – punkt wyjścia

Wyróżniki miejsca – „wow” miejsca, na czym polega niepowtarzalność miejsca

Ogólny opis miejsca – zabytki i atrakcje miejsca (również dla dzieci)

Wycieczki piesze po okolicy – pętle (start i powrót do miejsca wypadowego)

Wycieczki rowerowe po okolicy – pętle (start i powrót do miejsca wypadowego, o różnej długości, z wykorzystaniem istniejących szlaków i poza szlakami)

Wycieczki samochodowe/kolejowe/pks – program kilku wycieczek wyjazdowych z bazy – maks. godzina drogi / mogą być tematyczne

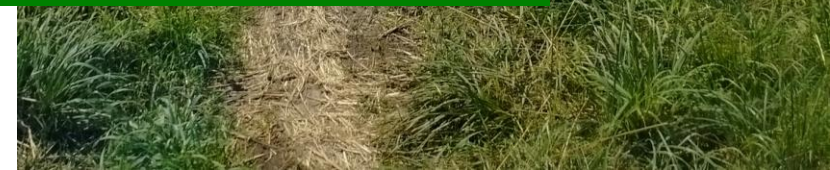
Spływy kajakowe i rejsy (jeśli występują)

Produkty regionalne w danym miejscu i najbliższej okolicy

Infrastruktura turystyczna miejsca i najbliższej okolicy (plaże, dostawcy kajaków, restauracje, obiekty noclegowe, zwierzyńce, sale zabaw, lodowiska, narty, konie, ekstremalne atrakcje itd.)



Baza wypadowa – Guzowy Piec



Przewodnik dla slow turystów na przykładzie Guzowego Pieca

Miejsce wypadowe

Wyróżniki miejsca

Spacery i wycieczki piesze

Wycieczki rowerowe

**Wycieczki
samochodowe/PKP/PKS**

Guzowy Piec

Pogranicze Warmii i Mazur, OChK Lasy Taborskie,
Rezerwat przyrody Ostoja bobrów na rzece Pasłęce

Dookoła Jeziora Guzowy Piec (ok. 2,5 km)

Do Śródki nad Pasłęką (ok. 7 km)

Do Parwówek nad jezioro (ok. 10 km)

Wokół Guzowego Pieca (ok. 16 km)

Do Starych Jabłonek (ok. 10 km w jedną stronę)

Do Unieszewa na plażę nad Jeziorem Wulpińskim (ok.
10 km w jedną stronę)

Do Gietrzwałdu na Warmię (ok. 23 km w sumie)

Arboretum w Kudypach (ok. 19 km), Olsztynek (ok. 18
km), Ostróda (ok. 24 km), Olsztyn (ok. 26 km), Morąg
(ok. 36 km)

Lokalne jedzenie – istotny element pobytu



Przewodnik dla slow turystów na przykładzie Guzowego Pieca

Ciekawe restauracje

Pod Kogutem w Guzowym Piecu
Karczma Warmińska w Gietrzwałdzie (ok. 10 km)
Restauracja Pałacowa w Starych Jabłonkach (ok. 16 km)
Z Zielonym Piecem w Olsztynku (ok. 16 km)
Przystanek Zatoka w Sile (ok. 21 km)
Cudne Manowce w Olsztynie (ok. 26 km)
Między deskami w Tomaszkanie (ok. 28 km)
Młyn pod Mariaszkiem w Idzbarku (ok. 29 km)

Produkty regionalne

Ekotarg Bio Hub Bazar w Tomaszynie (ok. 3,5 km)
Lodziarnia Olka w Rapatach (ok. 10 km)
Pijalnia Ziół i Mieszanek Ziółowych w Olsztynku (ok. 15 km)
Jagodzianki z Olsztynka (ok. 16 km)
Lody u Smolejów w Łukcie (ok. 18 km)
Browar Kormoran (ok. 28 km)
Targowisko Dobre bo Nasze Warmińsko-Mazurskie w Tomaszkanie (ok. 29 km)
Palarnia kawy w Morągu (ok. 36 km)
Kozia Farma Żłotna (ok. 47 km)

Przewodnik dla slow turystów na przykładzie Guzowego Pieca

Inne okoliczne atrakcje

Basen i spa w Bajkowym Zakątku
w Guzowym Piecu

Spacery z alpakami w Sząbruku
(ok. 21 km)

Pole golfowe w Naterkach
(ok. 25 km)

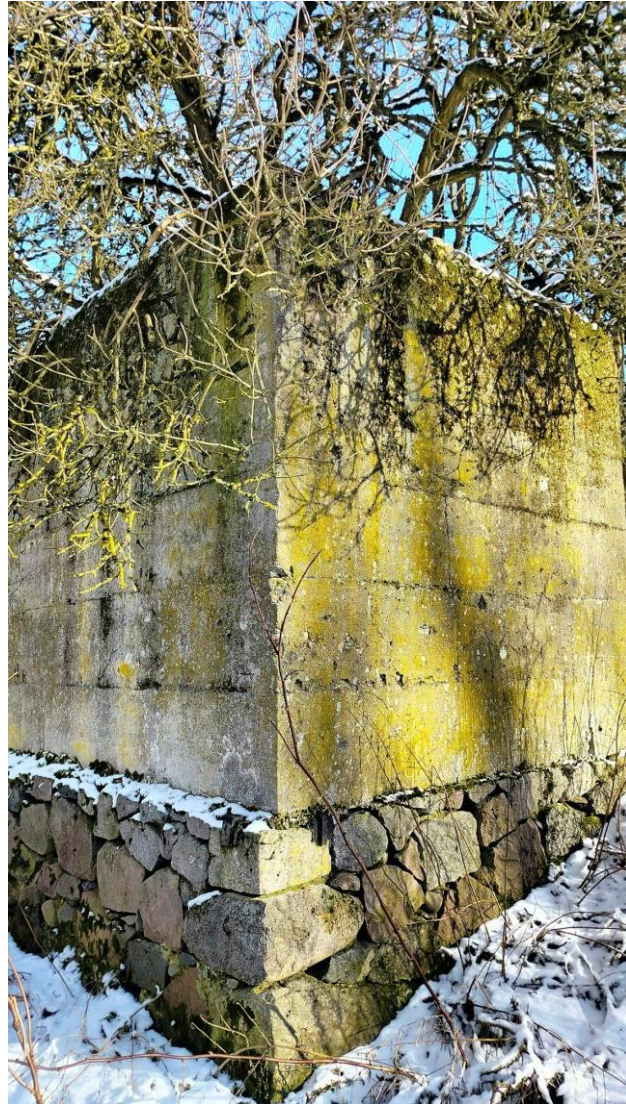
Spływ kajakowy Marózką (ok. 27
km do punktu startu spływu)

Aquapark w Pluskach (ok. 30 km)

FORMA OPowieści o REGIONIE Z PERSPEKTYWY DETALI, HISTORII „ZWYKŁYCH LUDZI”, „MAŁYCH” MIEJSC, OD SZCZEGÓŁU DO OGÓŁU



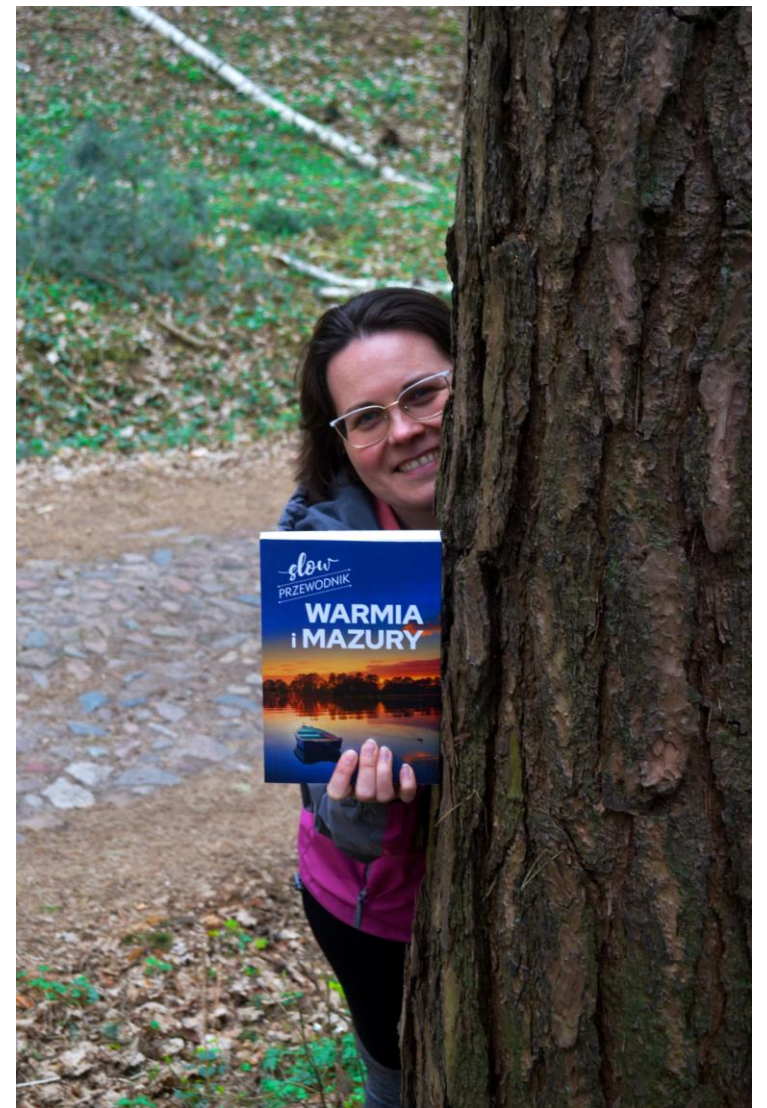
FRYDA ZE SMOLANKA I JEJ GADAJĄCA SROKA



URBAN EXPLORING & FORBIDDEN PLACES

BYCIE TURYSTĄ U SIEBIE
ZWIEDZANIE MIEJSC NA CO DZIEŃ
NIEDOSTĘPNYCH lub „ZAKAZANYCH”

Na przykład: zapomniane cmentarze, schrony, różne inne obiekty militarne, będące w ruinie pałace lub budynki przemysłowe, prywatne domy i wille, zamknięte na co dzień kościoły itd.



DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ 😊
Magdalena Malinowska
www.przewodnikpomazurach.pl