

# Priessnitz

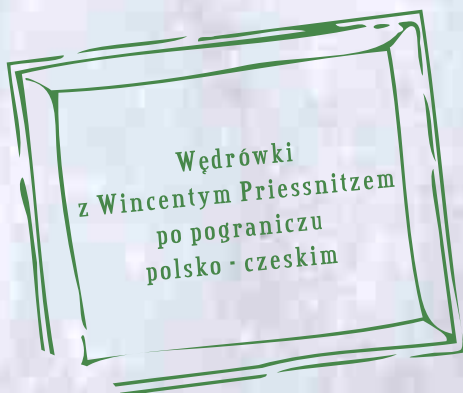
SPRAWDZONE PRZEZ WIEKI



1837



Niniejsza broszura została wyprodukowana  
w ramach projektu:



## PUBLIKACJA BEZPŁATNA

Wydawca:

**Společnost Vincenze Priessnitze, o.s. i Gmina Głuchołazy**

Do opracowania tekstów przyczynili się:

**Mgr Jiří Glabazňa, Mgr Piotr Chrobak, Mgr Věra Janků,  
Dr med. Jaroslav Novotný, Mgr Edward Szupryczyński,  
Mgr Bohumila Tinzová**

Wiele informacji zostało zaczerpnięte z książki:

**Kočka, Miloš – Kubík, Alois: Vincenz Priessnitz.  
Světový přírodní léčitel. Štíty 2006.**

**Publikacja nie powstałaby bez współpracy, wsparcia i niezmiernej  
pomocy w/w osób, za co składamy im ogromne podziękowania.**

Zdjęcia i ilustracje:

**Priessnitzovy léčebné lázně a.s., Státní okresní archiv Jeseník,  
Hnutí Brontosaurus Jeseníky, Gmina Głuchołazy  
Krzysztof Miśniakiewicz**

Korekta językowa:

**Mgr Věra Janků, Dr. Paweł Szymkowicz**

Tłumaczenie na język polski:

**Ing. Dagmar Ponechalová, Ing. Tadeusz Kuchejda**

Opracowanie graficzne:

**Art reklama s.r.o.**

Druk:

**Tiskárna Helbich, a.s.**

Jeseník – Głuchołazy 2014

# Spis treści

<b>WODNY DOKTOR PRIESSNITZ</b>	<b>4</b>
<b>W JAKI SPOSÓB ŚWIAT DOWIEDZIAŁ SIĘ O HYDROTERAPII?</b>	<b>5</b>
<b>PONAD 190 LAT Z WAMI</b>	<b>6</b>
<b>ODKRYJ DZIEDZICTWO VINCENZA PRIESSNITZA!</b>	<b>7</b>
<b>Wędrówki PO WZGÓRZU „STUDNIČNÍ VRCH”</b>	<b>8</b>
<b>CZY ZNASZ? BALNEOPARK VINCENZA PRIESSNITZA</b>	<b>10</b>
<b>PRIESSNITZ ŚWIATOWY FENOMEN</b>	<b>12</b>
<b>HISTORIA LECZNICTWA UZDROWISKOWEGO W POLSCE</b>	<b>13</b>
<b>PRIESSNITZ I GŁUCHOŁAZY</b>	<b>14</b>
<b>CZY ZNASZ? PARK ZDROJOWY W GŁUCHOŁAZACH</b>	<b>15</b>
<b>Wędrówki PO GŁUCHOŁAZACH</b>	<b>17</b>



**Szanowni goście regionu Vincenza Priessnitza**

**Vincenz Priessnitz był człowiekiem, któremu los przeznaczył życie prostego wiejskiego chłopca mieszkającego w odległym zakątku Jesenických Gór.**

**Jednak zdobyciem wiedzy o naturze potrafił zmienić nie tylko swoje życie, ale także lecnicstwo. Kierując się własnym instynktem leczył sam siebie: własny ciężki uraz leczył pośrednictwem nakładania na bolące miejsca zimnych okładów, wykonywał kąpiele i w stosunkowo krótkim czasie wrócił do zdrowia. To zapoczątkowało jego działalność uzdrowicielską do której wykorzystywał niezwykle talent do obserwacji, swoją intuicję, odwagę oraz przedsiębiorczość. Był racjonalnym optymistą skupiającym się na zagadnieniach związanych z aplikowaniem bodźców fizycznych o charakterze termicznym. Wywołane procesem pocenia się, ruchem oraz pracą fizyczną ogrzanie organizmu Priessnitz następnie uzupełniał zabiegami takimi jak: zimny prysznic, kąpiele w zimnej wodzie oraz picie wody źródlanej. Przyczynił się do połączenia z ruchem fizjoterapii uwzględniając przy tym kompleksowe podejście do leczenia chorego. W ten sposób wyprzedził o więcej niż pół roku oficjalną naukę leczniczą. Wierzę, że niniejsza publikacja ujawni czytelnikom genialność jego myśli oraz wyjątkową energię i genius loci naszego regionu.**

**Prim. MUDr. Jaroslav Novotný  
prezes spólky "Společnost Vincenze Priessnitze o.s."**



**Szanowni Mieszkańcy, Drodzy Goście**

**Mam przyjemność przedstawić Państwu przewodnik prezentujący walory przyrodniczo-historyczne i potencjał turystyczny Głuchołaz i uzdrowiska Gräfenberk w Jeseniku. Ze względu na walory krajobrazowe, właściwości klimatu i tradycje wodolecznictwa, na początku XIX wieku w Jeseniku, a nieco później w Głuchołazach zaczęło rozwijać się lecznictwo uzdrowiskowe i turystyka.**

**Niniejsza publikacja jest częścią projektu realizowanego wspólnie ze spółką Społeczność Vincenze Priessnitzze „Wędrówki z Wincentym Priessnitzem po pograniczu polsko-czeskim”.**

**Celem projektu jest zwiększenie znaczenia turystycznego naszego wspólnego regionu w rozwoju gospodarczym obszaru pogranicza.**

**Mam nadzieję, że przewodnik ten stanie się nie tylko doskonałym „produktem turystycznym”, przyczyniającym się do promocji tego obszaru, ale przyczyni się do wzmocnienia tożsamości regionalnej oraz wzrostu zainteresowania historią i wspólnymi tradycjami regionu**

**Edward Szupryczyński**  
**Burmistrz Głuchołaz**

# WODNY DOKTOR PRIESSNITZ

Vincenz był zwyczajnym chłopakiem z jesenickich gór, który swoje obowiązki szkolne musiał godzić z ciężką pracą w gospodarstwie rolnym. Dzięki swoim niezwykłym zdolnościom postrzegania zjawisk w przyrodzie odkrył uzdrawiającą moc wody źródlanej, dał podwaliny współczesnej medycynie naturalnej oraz hydroterapii. Urodził się 4 października 1799 w górskiej miejscowości Gräfenberk, w chłopskiej rodzinie Franciszka Priessnitza i jego żony Teresy. Legenda mówi, że do leczenia własnego ciężkiego urazu, którego doznał na polu, zainspirowała go sarna mocząca swoją zranioną kończynę w strumieniu wodnym.

Jego niemalże cudowne uzdrowienie doprowadziło do popularyzacji hydroterapii wśród jego sąsiadów a pogłoski o metodzie zaczęły rozprzestrzeniać się w całym regionie.

Na początku lat 20. XIX wieku przebudował rodzinny dom w Gräfenberku na mały instytut hydroterapii, ale wówczas pacjenci i lekarze oskarżali go o szarlatanerię, siedział nawet w więzieniu. Na szczęście trzymał się wyznaczonej przez siebie drogi tak wytrwale, że stopniowo zbudował uzdrowisko, do którego przyjeżdżali ludzie z całej Europy a także z za oceanu. Biedna góraska osada stała się popularnym uzdrowiskiem a zwyczajny chłopak został szanowanym uzdrowicielem, który w roku 1846 otrzymał cesarski medal obywatelski I klasy. Za życia Priessnitza ukazało się ponad dwieście książek i broszur poświęconych metodzie hydroterapii. Ten niezwykły uzdrowiciel zmarł 28 listopada 1851.



# W JAKI SPOSÓB ŚWIAT DOWIEDZIAŁ SIĘ O HYDROTERAPII?

Hydroterapia lub wodolecznictwo należy do najstarszych metod leczniczych. Jej korzystny wpływ na organizm wykorzystywali już starożytni Egipcjanie, Persowie, Grecy i oczywiście Rzymianie. Już Hipokrates przepisywał swoim pacjentom kąpiele w wodzie źródlanej. W okresie średniowiecza zapomniano o cudownym oddziaływaniu wody źródlanej na organizm.

Jej siłę odkrył na nowo po kilku stuleciach mieszkaniec Jesenika Vincenz Priessnitz.

W roku 1837, po długich perypetiach, otrzymał on oficjalną zgodę na prowadzenie pierwszego na świecie uzdrowiska stosującego metody hydroterapii, dzięki czemu otworzył swoją drogę do sławy.

Wśród pacjentów, lub raczej gości uzdrowiska znajdowała się szlachecka elita z całej Europy, spotykali się tu polscy i węgierscy konspiratorzy, spotykały znaczące osobistości świata kultury i polityki, łącznie z członkami wówczas panujących dynastii.

W latach 1839 – 1843 Gräfenberk był miejscem, w którym prawdopodobnie najdłużej przebywał węgierski hrabia Miklos Wesselényi. W roku 1845 oraz 1846 uzdrowisko odwiedził rosyjski prozaik i dramaturg N. V. Gogol. W roku 1850 na leczeniu przebywała tu pierwsza lekarka na świecie Elisabeth Blackwell. Uzdrowisko odwiedził również pruski król Wilhelm, rumuński król Karol I. z Hohenzolern, książę von Meclenburg, bawarski rzeźbiarz Ludwig Schwandthaler, duński rzeźbiarz Hermann W. Bissen, hrabia Karol Nostitz z małżonką i córką, hrabia Thun-Hohensteinz z małżonką czy morawscy hrabiowie Wilhelm i Vladimir Mitrovcy. W roku 1845 w balu odbywającym się w uzdrowisku wziął udział ojciec cesarza Franciszka Józefa I., arcyksiążę Franciszek Karol.



# PONAD 190 LAT Z WAMI

Uzdrowisko Priessnitzovy léčebné lázně a.s. kontynuuje dzieło swojego założyciela. Jego odkrycia dotyczące oddziaływania czystych sił natury na człowieka i jego zdrowie są w zasadzie ponadczasowym dziedzictwem dla współczesnego świata w obliczu XXI wieku, który zmagają się ze zgiełkiem i nerwowością.

Dziś wiemy i możemy to udowodnić dzięki przeprowadzeniu licznych badań, że lokalizacja, w której powstał ośrodek hydroterapii Priessnitz – granica gór Rychlebskich oraz Hrubého Jesenika, jest z punktu widzenia warunków geologicznych unikalna. Tutejsze anomalie geologiczne wpływają na klimat, właściwości wody oraz geoenergię miejsca.

Klimat uzdrowiska jest podobny do tego panującego w takich uznanych kurortach jak Bad Gastein w Austrii czy Carlsbad Cavity w USA. Potencjał leczniczy tego miejsca jest wzmacniany przez rzadkie występowanie pierwiastków biogennych, które uwalniają się w dużych ilościach do atmosfery na terenie uzdrowiska. Ponadto górską lokalizacja sprawia, że jest to jedno z najczystszych miejsc w Europie.

Moc tutejszych górskich źródeł nie wynika z ich wyjątkowego składu, ale z ich molekularnej struktury, która sprawia, że jest to żywa woda. Tajemnicę wyjątkowości tego kurortu wzmagają miejsca o dużej energii, w których można czerpać pozytywną energię poprawiającą dobre samopoczucie, witalność i zdrowie.

Leczenie uzdrowiskowe skupia się na 28 wskazaniach terapeutycznych. Klimat wspiera leczenie chorób układu oddechowego, a także chorób tarczycy czy zaburzeń psychicznych. Jednocześnie jako jedyne uzdrowisko w Republice Czeskiej uzdrowisko Priessnitz oferuje specjalistyczne badania układu mięśniowo-szkieletowego wykonywane metodą kinezylogii komputerowej oraz unikatową słupkową terapię korekcyjną.



# ODKRYJ DZIEDZICTWO VINCENZA PRIESSNITZA!

Metody Priessnitza stały się ważnymi podwalinami współczesnej medycyny, filarem balneologii, zasadniczą częścią opieki zdrowotnej.

Okłady Priessnitza „trafiły pod strzechy” i są stosowane jako domowe metody lecznicze. Zabiegi, które znajdują się w ofercie uzdrowiska Priessnitz, mogą poszczycić się prestiżowymi certyfikatami JESENÍKY oryginalny produkt®, które są gwarancją ich lokalnego pochodzenia oraz niepowtarzalności.

Marką oryginalności opatrzone cztery tradycyjne zabiegi:

DWUFAZOWA PÓŁŁĄŻNIA IM. PRIESSNITZA

JEDNOFAZOWA PÓŁŁĄŻNIA IM. PRIESSNITZA

TERAPIA RUCHOWA IM. PRIESSNITZA

OKŁAD IM. PRIESSNITZA



# Wędrówki PO WZGÓRZU „STUDNIČNÍ VRCH”

Vincenz Priessnitz jako pierwszy zunifikował fizjoterapię z wodolecznictwem, dietą, leczeniem pracą, muzykoterapią oraz psychoterapią. Zakazywał rozmawiania o chorobach, oferował indywidualne rozmowy, kładł nacisk na spotkania towarzyskie przy muzyce i tańcu. Spacerował po źródłach u podnóża wzgórza Studniční vrch, pisał listy, kąpiele w leśnych brodzieńkach, kąpiele w porannej rosie oraz kąpiele w leśnych prysznicach pomagały jego gościom w odnalezieniu spokoju, równowagi i nowych sił życiowych. Podnóżę wzgórza Studniční vrch jest wyjątkowym miejscem, którego nigdzie indziej nie znajdziecie. Na stokach tej góry do czasów Priessnitsa znalazło się ponad osiemdziesiąt źródeł, pomników, punktów widokowych, skał pamiątkowych oraz krzyży okolicznościowych. Także i ty możesz odkrywać to wszystko dzięki tematycznym szlakom turystycznym.

## Szlak Vincenza Priessnitsa

Przy dziewięciu źródłach znajduje się dziewięć tablic z tekstami o historii uzdrowiska. Szlak zaprowadzi was na przykład do lekko radioaktywnego źródła zwanego Jitřní czy najbardziej ozdobnego źródła Rumuńskiego, na dzieci czeka Kropelka Turystka oraz krótkie bajeczki. Szlak ma swój początek przy ostatnim przystanku autobusowym w uzdrowisku, a kończy się na Południowym stoku nad uzdrowiskiem. Trasa w formie pętli ma długość 6 kilometrów i jest oznaczona „niebieską kropelką”. Przejście tym szlakiem zajmuje około trzech godzin. Można go „przebiec” szybciej, ale przecież jest to szlak Priessnitsa a on zawsze zalecał ... nie spieszyć się!

## Szlak żywej wody

Na trasie szlaku na 10 panelach znajdują się informacje o ciekawych właściwościach wody oraz wizualizacje tzw. kryształów wodnych pochodzących z próbek miejscowej wody, włącznie z niektórymi źródłami na trasie. Znajdują się ich tu łącznie 17 – są to źródła z XIX wieku z czasów świetności miejscowego uzdrowiska. Atrakcją zarówno dla dzieci jak i dorosłych będą drewniane rzeźby bajkowych postaci, wyrzeźbione ławeczki oraz naturalne prysznice. Trasa jest oznaczona niebieską śnieżynką w białym kółeczku, jest to wyłącznie trasa piesza. Na spacer należy zarezerwować co najmniej trzy godziny. Pętla zaczyna się i kończy przy źródle Jitřní, długość trasy to 6,5 kilometra.

# Wzdórze

## "STUDNIČNÍ VRCH"



# CZY ZNASZ? BALNEOPARK VINCENZA PRIESSNITZA

Balneologia to nauka o wodach leczniczych, uzdrowiskach i ich wpływie na organizm ludzki.

Balneopark Vincenza Priessnitza to unikatowe połączenie dziedzictwa założyciela nowoczesnej hydroterapii Vincenza Priessnitza oraz możliwości odpoczynku w górskiej scenerii z zapierającymi dech w piersiach widokami na wzgórze Hrubého Jeseníka. Tą niezwykle rzadkość znajdziesz jedynie w uzdrowisku Priessnitz w Jeseníku.

Chodzi o specjalny „wodny ogród,” który jest wyjątkowym połączeniem sztuki projektowania ogrodów oraz ukształtowania krajobrazu.

Można w nim brodzić w strumieniach, wypróbować ławki Priessnitza lub bicze szkockie.

Na najodważniejszych gości czekają także naturalne prysznicze z zimną źródlaną wodą.

Jednak najprzyjemniejsze uczucie relaksu czeka na pachnących macierzanką słonecznych tarasach.

Jeśli wypróbujesz niektórych zabiegów opartych na naprzemiennym działaniu zimnej wody i ciepła w Balneoparku, zgodnie z opinią ekspertów wspomogiesz swój autonomiczny układ nerwowy, pobudzisz mechanizmy samoleczenia swojego ciała i wyraźnie zwiększysz ogólną odporność organizmu na infekcje oraz stres.

**WSKAZÓWKA:** Sam Priessnitz twierdził,

że intensywny leśny prysznic zaleca jedynie osobom o silnym charakterze.

Ale nie bój się spróbować! Poza prysznicami znajdującymi się w unikatowym Balneoparku

taka forma orzeźwienia jest dostępna na trasach znajdujących się na wzgórzu Studniční vrch.

W trakcie przyjemnego spaceru do źródła Bezruč oraz źródła Anna dojdiesz do nowego prysznicza Svornost, który znajduje się w miejscu oryginalnego męskiego prysznicza Concordia z roku 1839.



# BALNEOPARK

VINCENZA PRIESSNITZA



# VP

**PRIESSNITZ  
ŚWIATOWY**

**FENOMEN**

# Fenomen

Ośrodki wodolecznictwa działające według wzoru Priessnitza powstawały w całej Europie.

Pierwszy ośrodek tego typu w Czechach założył w roku 1839 w Potocznie w Górach Izerskich Josef Schindler, który później po śmierci Priessnitza prowadził jesenickie uzdrowisko.

W Anglii sławę wodolecznictwa szerzył Josef Weiss z Freiwaldau (dzisiejszy Jeseník). Przed wyjazdem do Anglii i już w latach 1836 – 1842 prowadził instytut hydroterapii bezpośrednio w Jeseníku na rzece Białej.

Bawarski rząd wysłał nawet na Gräfenberk na własny koszt trzech lekarzy – mieli studiować u Priessnitza wodolecznictwo i założyć w domu ośrodki funkcjonujące według jego wzoru. Ośrodki wodolecznictwa powstawały nie tylko w krajach niemieckich, ale również w Austrii.

Na Słowacji jako pierwsi dali się Priessnitzem zainspirować w Bardejovie, później powstał też ośrodek wodolecznictwa w Starym Smokovcu.

We Francji pionierem wodolecznictwa były w 1846 r. Les Ternes. a przydomkiem „francuski Gräfenberk” cieszy się instytut Saint-Seine l'abbaye pod Dijonem.

W Anglii oprócz ośrodków prowadzonych przez Josefa Weissa powstał też np. Gräfenberk House w Malvern.

Również w sąsiedniej Polsce nie pozostawano w tyle. I to dosłownie! Nazwisko naszego jesenickiego rodaka stało się eponimem dla polskiej nazwy określającej czeską „sprchu” czyli przysznic!

W pobliskim mieście Głuchołazy, które ma z Jeseníkiem wspólną historię związaną z wydobywaniem złota i magią, w XIX wieku również powstało uzdrowisko. Na wzór Priessnitza również i tu powstał instytut hydroterapii.



# HISTORIA LECZNICTWA UZDROWISKOWEGO W POLSCE

Początki działalności wodoleczniczej w Polsce sięgają końca XI wieku. Wówczas to, bezpłodna dotąd księżna Judyta, po kuracji w źródłach siarczynowych w Inowłodziu, urodziła syna Bolesława zwanego Krzywoustym.

Historycznie, dzieje polskiej balneologii, datują się od roku 1578, kiedy to nadworny lekarz króla Stefana Batorego Wojciech Oczo, w swym traktacie „Cieplice”, opisał metody zabiegowe, kurację pitną i czas trwania kąpeli. W swym dziele wymienia uzdrowisko w Iwoniczu.

Wykorzystanie wód mineralnych na terenach polskich miało miejsce dopiero na przełomie XVIII i XIX wieku. To okres powstania i dynamicznego rozwoju takich uzdrowisk jak Nałęczów czy Ciechocinek.

Wcześniej, „do wód”, jak nazywano wyjazd uzdrowiskowy, Polacy podróżowali głównie na Śląsk. Ulubionymi uzdrowiskami były przede wszystkim te na Ziemi Kłodzkiej: w Dusznikach, gdzie w 1816 r. koncertował Fryderyk Chopin oraz w Kudowie czy w najmłodszym uzdrowisku w Polanicy.

Popularne było również, uznawane za najstarsze na obecnych ziemiach Polskich, uzdrowisko w Łądku. Pierwsze urządzenia kąpielowe, miały tu funkcjonować już przed 1241 r.

W jego wielowiekowej historii gościli tutaj m.in.: car Aleksander I, przyszły prezydent USA John Quincy Adams, Wolfgang Goethe i stałymi gośćmi byli królowie pruscy.

Oczywiście, celem podróży kuracyjnej dla Polaków było również, położone u stóp Karkonoszy, uzdrowisko w Cieplicach.

# PRIESSNITZ I GŁUCHOŁAZY

Druga połowa XIX-wieku, to systematyczny rozwój Głucholaz jako uzdrowiska (Bad Ziegenhals).  
**Początkowo w latach 70 - tych XIX wieku metody lecznicze stosowane w kurorcie opierały się o wzór metody opracowanej przez Vincenza Priessnitza z sąsiedniego Gräfenbergu (m. Lázně Jeseník), w której wykorzystywano głównie polewanie zimną wodą, okłady, zawijanie i obmywanie ciała chłodną wodą.**



**Jednak już 15 lat później w Głucholazach stosowano z powodzeniem metodę opracowaną przez ks. Sebastiana Kneippa, dzięki czemu dokonał się nieoczekiwany rozwój lecznictwa w tym mieście. W Głucholazach jako pierwszy metodę tę wprowadzili dr Harebolla i dr Michalke, lekarze sanatorium "Juppenbad" (1877 r.), którzy leczyli m. in. otyłość, bóle nerwowe, niedokrwiłość, czy choroby układu oddechowego.**

Metodę Kneippa stosowano także w sanatorium "Ferdinandbad" (1882 r.), gdzie głównym lekarzem był dr Florian. W sanatorium tym stosowano kąpiele galwaniczne, okłady lodem, oraz wstrząsy elektryczne (elektrostymulacje). Głównym miejscem, gdzie stosowano wodolecznictwo kneippowskie było sanatorium "Franzensbad" (1891 r.). Lekarzem prowadzącym był tam dr Sappelt, uczeń samego Sebastiana Kneippa. W głucholazkim uzdrowisku duże znaczenie lecznicze zyskały sobie również kąpiele w wywarze z igliwia sosnowego i w miazdze drzewnej, które po licznych próbach po raz pierwszy wprowadził dr Sappelt w sanatorium "Franzensbad" oraz dr Florian w sanatorium "Ferdinandsbad". W Głucholazach, jako jedynym uzdrowisku na Śląsku, leczono także osoby z uzależnień, m.in. od morfiny, kokainy, alkoholu, lekarstw, jak również chorych z niedożywienia oraz zaburzeniami przemiany materii, a także ludzi potrzebujących wypoczynku i nerwowo chorych. Głównie byli to pacjenci z zaburzeniami układu nerwowego, chorujący na neurastenię, histerię, hipochondrie, fobie, neurozy, natręctwa, łagodne rozstroje nerwowe oraz z chorobą Basedowa, płąsawicą (chorobą św. Wita) oraz zewnętrznymi i centralnymi niedowładami. Walory uzdrowiska Bad Ziegenhals można było streścić w trzech słowach: powietrze, światło i dieta.



# CZY ZNASZ? PARK ZDROJOWY W GŁUCHOŁAZACH

Teren ten stanowi centralną część dawnego uzdrowiska Głuchołazy (Bad Ziegenhals), łącząc unikatowe warunki klimatyczne i krajobrazowe. Jego początki sięgają lat siedemdziesiątych XIX wieku, kiedy to grupa głuchołaskich mieszkańców, założyła Towarzystwo Promenadowe, dążące do nadania miastu statusu uzdrowiska, który uzyskano w 1877 roku. W tym czasie górująca nad miastem Góra Parkowa pokryta została systemem oznakowanych tras spacerowych. Wypoczynek w parku i organizowane w nim atrakcje wypełniały kuracjom wolny czas i w znakomity sposób uzupełniały kurację uzdrowiskową. W 2009 roku dokonano rewitalizacji Parku Zdrojowego, przywołując pamięć o idei wodolecznictwa, które tak znakomicie przyczyniło się do rozwoju Głuchołaz. Ten nieco „zapomniany” teren odnowiono i uporządkowano, podkreślając jego walory estetyczne oraz uatrakcyjniono poprzez stworzenie alejek spacerowych, miejsc odpoczynku i brodenia w strumieniu.

Stało się to możliwe dzięki wspólnemu projektowi Gminy Głuchołazy i spółki Społeczność Vincenze Priessnitze z Jesenika

**"Dziedzictwo Vincentego  
Priessnitza na pograniczu  
czesko-polskim".**



# PARK ZDROJOWY W GŁUCHOŁAZACH



# Wędrówki PO GŁUCHOŁAZACH



W gminie Głucholazy znajduje się ponad 100 km oznakowanych pieszych szlaków turystycznych.

Najważniejszym jest szlak czerwony, będący częścią Głównego Szlaku Sudeckiego ze Świeradowa Zdroju do Prudnika.

W Górach Opawskich, prowadzi od centrum Głucholaz do części zdrojowej i przez wierzchołki Góry Parkowej, Podlesie, Konradów i Jarnołtówek na Kopę Biskupią. Z tego najwyższego punktu województwa opolskiego schodzi do Prudnika.

W masywie Góry Parkowej, funkcjonują jeszcze dwie pętle szlaków: niebieski, prowadzący m.in. wzdłuż drogi krzyżowej i żółty, prowadzący przez wyrobiska średniowiecznego górnictwa złota. Na żółtym szlaku możemy zobaczyć takie relikty górnicze jak: sztolnie, szyby oraz hałdy górnicze.

Ważnym szlakiem jest Szlak Miejski o długości ponad 7 km. Poprowadzony został przez najcenniejsze zabytki i miejsca związane z historią Głucholaz. Poznajemy na nim średniowieczne i nowożytne miasto, część uzdrowiskową, fragment wyrobisk górniczych. Ze Szlaku Miejskiego, podziwiać możemy panoramę miasta z Szubienicznej Góry.

W ostatnich latach wyznakowany został również Szlak Świętego Jakuba. Jest on odnogą historycznego szlaku pielgrzymkowego do Santiago de Compostella. Zaczyna się przy „Studni Jakubowej” na Górze Parkowej i przez Nysę dochodzi do Skorogoszczy.

