WITAJ W RODZINNYM KOMPASIE

# Edycja Jesień–Zima

## 50 rodzinnych tras. Jeden kompletny przewodnik na jesień i zimę.

Rodzinny Kompas — edycja Jesień–Zima to samodzielny przewodnik po 50 górskich trasach w Sudetach, Beskidach, Tatrach i Bieszczadach. Przy każdej wyprawie znajdziesz pełny opis, dystans i orientacyjny czas przejścia, miejsce startu, lokalizację parkingu, klikalną mapę oraz wskazówki dla rodziców.

Na jesień i zimę przygotowaliśmy dodatkowe informacje sezonowe: ocenę możliwości przejścia pełnej trasy zimą, uwagi o warunkach, orientacyjny zimowy czas wyprawy tam, gdzie ma to zastosowanie, potrzebne wyposażenie oraz informacje, gdzie można się ogrzać. Na dzieci czekają **trzy Tajne Misje jesienne i trzy zimowe przy każdej z 50 tras**.

**To pełny, niezależny ebook.** Nie potrzebujesz żadnego innego wydania, żeby korzystać ze wszystkich opisów i klikalnych funkcji.

**Ważne:** nie wszystkie trasy nadają się do przejścia zimą z dziećmi. Ebook obejmuje 50 tras z naszą oceną zimową, w tym trasy, które zimą odradzamy. Kolorowe oznaczenia pomagają zorientować się w tej ocenie, ale nie zastępują aktualnej prognozy, komunikatów służb ani decyzji rodzica na miejscu. Oznaczenia wieku też są wskazówką, a nie regułą.

### Ocena zimowa trasy (orientacyjna)

- **Dobra także zimą (7 tras).** Trasa zwykle odpowiednia na rodzinną wycieczkę przy sprzyjającej pogodzie i dobrych warunkach na szlaku. Przed wyruszeniem sprawdź aktualny stan trasy i dopasuj wyposażenie.
- **Zimą z przygotowaniem i rozsądkiem (27 tras).** Przejście może być możliwe, ale wymaga dokładniejszego planowania, odpowiednio wczesnego startu, doświadczenia dostosowanego do trudności szlaku i właściwego sprzętu. Konkretne wymagania opisano przy trasie.
- **Zimą odradzamy z dzieckiem (16 tras).** W naszej ocenie pełna trasa jest szczególnie wymagająca lub nieodpowiednia dla większości rodzin w typowych zimowych warunkach. To rekomendacja, a nie zakaz. Przyczynę podajemy przy każdej trasie: trudny teren, zagrożenia śnieżne, oblodzenie, ekspozycja, trudna orientacja albo bardzo ograniczony margines czasu.
- **Zamknięcie szlaku** przez zarządcę to osobna informacja (ramka „Uwaga”) i nie jest tym samym co kolorowa rekomendacja.

### Misje jesienne

Na wrzesień, październik i listopad: kolorowo, mokro i szybko robi się ciemno.

### Misje zimowe

Na grudzień–marzec: ślady na śniegu, szron i cisza. Przy trasach odradzanych zimą to zadania do wykonania w domu.

# W razie kłopotów w górach

Zachowaj spokój, zadzwoń i podaj, gdzie jesteście. Numery poniżej są klikalne: na telefonie dotknij numeru, żeby zadzwonić.

RATUNEK W GÓRACH
**985**
GOPR / TOPR

RATUNEK W GÓRACH
**601 100 300**
drugi numer ratunkowy

NUMER ALARMOWY
**112**
policja, pogotowie, straż

## Aplikacja Ratunek: pobierz przed wyjazdem

Aplikacja przekazuje ratownikom Twoją pozycję GPS. Zainstaluj ją i sprawdź, czy działa, zanim wyruszysz w góry.

▶ Android (Google Play)

iPhone (App Store)

## Jak wezwać pomoc

Powiedz: **kto dzwoni, co się stało, ile osób potrzebuje pomocy, gdzie jesteście** (współrzędne z aplikacji lub opis miejsca) i jaki jest stan poszkodowanego. Nie rozłączaj się pierwszy i zostań w miejscu.

## Zasięg i numer 112

Połączenie alarmowe może zostać nawiązane przez dowolną dostępną sieć komórkową, nawet gdy nie działa Twój operator. **Nie gwarantuje to jednak połączenia**: w miejscu bez zasięgu żadnej sieci telefon nie zadzwoni. Pobierz mapy offline, poinformuj bliskich o planie i w razie braku zasięgu spróbuj połączyć się z miejsca bardziej otwartego, nie oddalając się od grupy.

## Tatry

Przed wyjściem sprawdź komunikaty **TPN** (tpn.pl) i **komunikat lawinowy TOPR** (topr.pl). Zimą w Tatrach obowiązuje inna skala ryzyka niż na reszcie tras.

## Inne pasma

W Bieszczadach, Beskidach i Sudetach sprawdź stronę parku lub nadleśnictwa, komunikaty o zamkniętych szlakach i prognozę dla gór.

## Przed wyjściem

- [ ] Prognoza i godzina zachodu słońca sprawdzone
- [ ] Planowana godzina powrotu do samochodu ustalona z rodziną
- [ ] Ktoś bliski zna trasę i planowaną godzinę powrotu
- [ ] Mapa offline pobrana, telefon naładowany, powerbank w plecaku

# Drewniane kładki, pradawne bagno i tajemnicze bajorka – Torfowisko pod Zieleńcem (Góry Bystrzyckie)

ok. 5 lat | 4,5 km | ok. 1h 45 min – 2h 15 min

❄ Dobra także zimą — Ocena zimowa tej trasy. Szczegóły znajdziesz na karcie jesień–zima po opisie trasy.



Fot. Jiří Komárek · Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0



**Mapa trasy.** Dotknij mapy, aby otworzyć trasę w Mapy.com.

Niezwykła podróż do krainy przypominającej tundrę Syberii lub Skandynawii, liczącej ponad 7600 lat. Trasa prowadzi przez leśne dukty na Widlastą Drogę, a stamtąd do samego serca rezerwatu — płaską ścieżką poprowadzoną po drewnianych pomostach nad miękkimi dywanami mchów torfowców, małe bajorka z ciemną wodą, widokową groblę nad kotliną torfowiska oraz fascynujące rośliny owadożerne (rosiczki). Uwaga: dawna wieża widokowa w rezerwacie została rozebrana w 2020 r. ze względu na zły stan techniczny — nowa jest w planach Nadleśnictwa Zdroje, ale na dziś jeszcze nie stoi.

## Karta informacyjna wyprawy

**DYSTANS**
4,5 km (trasa parking → Widlasta Droga → torfowisko → parking, wg trasy wytyczonej na mapy.com)

**SUMA PODEJŚĆ**
72 m (podejścia: 72 m, zejścia: 72 m — z profilu wysokościowego mapy.com; najwyższy punkt trasy 785 m n.p.m., najniższy 708 m n.p.m.)

**OZNACZENIE TRASY**
Szlak zielony / ścieżka przyrodnicza Nadleśnictwa Zdroje (przez Widlastą Drogę)

**BILETY**
Rezerwat Przyrody „Torfowisko pod Zieleńcem” – wstęp bezpłatny

**TRASA NA MAPY.COM**
Otwórz na telefonie i włącz nawigację na żywo po całej trasie

Otwórz trasę



Fot. Jiří Komárek · Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0

## Gdzie zaparkować

- **Parking:** Bezpłatny parking leśny przy Drodze Dusznickiej (Duszniki-Zdrój – Zieleniec), przy wejściu na szlak.
- **Lokalizacja:** Droga z Dusznik-Zdroju do Zieleńca (po prawej stronie, ok. 2 km przed Zieleńcem).
- **Współrzędne GPS:** 50.3472782N, 16.4005977E
- **Na miejscu:** Zadaszone wiaty odpoczynkowe, stojaki na rowery, tablice edukacyjne ze schematem rezerwatu.

Nawiguj do parkingu

## Tajne Misje: jesień i zima

**Wytnij lub przeczytaj dziecku przed wyruszeniem. Wybierz zestaw na porę roku, w której jedziecie.** Trasa 01

### Jesień

1. **Łowca Rudych Mchów**
   Na torfowisku mchy i krzewinki zmieniają kolory. Znajdź trzy różne odcienie rudości, czerwieni lub brązu i pokaż je rodzicom. Tylko oglądamy, niczego nie zrywamy.
2. **Detektyw Mgły**
   Jeśli trafisz na mgłę, stań na grobli i opisz głośno, co widać tuż przed Tobą, a co dopiero w oddali. Co chowa się za mgłą?
3. **Strażnik Zwiniętej Rosiczki**
   Jesienią rosiczka jest mała i często zwinięta. Wypatrz ją przy kładce i sprawdź, czy jej kropelki jeszcze się błyszczą.

### Zima

Dobra także zimą

1. **Tropiciel Śladów na Śniegu**
   Przy drodze i kładce poszukaj śladów zwierząt (ptaków, sarny, lisa). Policz, ile różnych rodzajów śladów znajdziesz. Oglądaj tylko z drogi, nie z torfowiska.
2. **Mistrz Szronu**
   Odszukaj szron na gałązkach sosenek lub na mchu. Zrób zdjęcie „najbardziej puszystej” gałązki i pokaż rodzicom.
3. **Cichy Wędrowiec**
   Na grobli stańcie na jedną minutę w zupełnej ciszy. Ile różnych dźwięków usłyszysz zimą: skrzypienie śniegu, wiatr, ptaki?

## Przebieg trasy krok po kroku

1. **Start z parkingu do Widlastej Drogi**
   ok. 40–45 min
   Ruszasz z parkingu szeroką, utwardzoną leśną drogą za znakami zielonymi, w stronę skrzyżowania szlaków zwanego Widlastą Drogą.

2. **Dalej do rezerwatu i wejście na drewniane kładki**
   ok. 30–35 min
   Od Widlastej Drogi ścieżka prowadzi do serca rezerwatu, gdzie wkraczasz na drewniane kładki z poręczami, unoszące się tuż nad taflą torfowiska. Krajobraz zmienia się diametralnie – wysokie drzewa ustępują miejsca karłowatej sośnie błotnej, kobiercom mchów i wrzosów.

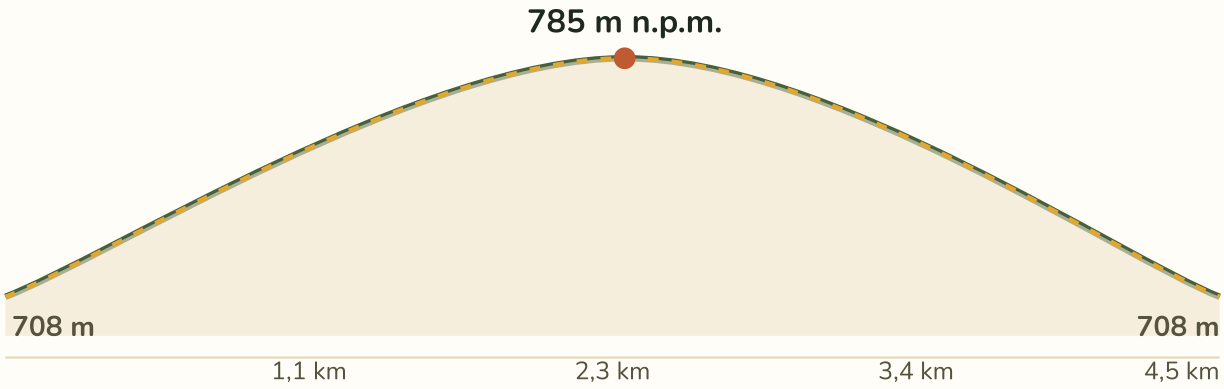
3. **Widokowa grobla nad torfowiskiem**
   Przystanek na drugie śniadanie – ok. 20 min
   Ścieżka doprowadza do głównej grobli przecinającej środek torfowiska — to najszerszy i najbardziej widokowy punkt trasy, skąd rozciąga się widok na całą kotlinę torfowiska i otaczające ją grzbiety Gór Bystrzyckich.

4. **Powrót przez Widlastą Drogę na parking**
   ok. 40–45 min
   Zamykasz pętlę, wracając tą samą, znaną już trasą do parkingu.

## Wskazówki dla rodziców

- **Śliskie deski:** Po porannym deszczu lub mgle drewniane kładki mogą być śliskie – warto przypomnieć maluchowi, by szedł spokojnym krokiem i trzymał się środka pomostu.
- **Ochrona przed owadami:** Wilgotne środowisko torfowiska sprzyja obecności komarów w cieplejsze dni – wrzuć do plecaka preparat przeciw owadom dla dzieci.
- **Gdzie zjeść po trasie:** Zaledwie kilka minut jazdy autem dalej znajduje się Zieleniec, gdzie działa wiele całorocznych restauracji i schronisk (np. Schronisko Orlica czy regionalne karczmy z placami zabaw).

## Profil wysokościowy




wejście 72 m · zejście 72 m · najniżej 708 m n.p.m. — najwyżej 785 m n.p.m.

KARTA JESIEŃ–ZIMA · TRASA 01

# Torfowisko pod Zieleńcem

## Dobra także zimą

Trasa zwykle odpowiednia na rodzinną wycieczkę przy sprzyjającej pogodzie i dobrych warunkach na szlaku. Przed wyruszeniem sprawdź aktualny stan trasy i dopasuj wyposażenie. Sprawdź stan kładek; nakładki na buty tylko wtedy, gdy deski są oblodzone.

**ORIENTACYJNY CZAS ZIMOWEGO PRZEJŚCIA**

**ok. 2h 15 min – 3h 00 min**

dłużej niż latem: śnieg, lód i przerwy na ogrzanie się

**ORIENTACYJNY NAJPÓŹNIEJSZY START W POŁOWIE GRUDNIA**

**ok. 11:30**

zakłada zachód ok. 15:30 i powrót do samochodu godzinę wcześniej; zależy od daty i miejsca

**NAJWYŻSZY PUNKT**

**785 m n.p.m.**

wyżej zwykle zimniej i bardziej wietrznie

### Jesienią

Co zobaczysz: rude mchy, wrzosy i karłowate sosny w jesiennych barwach, poranne mgły nad torfowiskiem i zapach żywicy po deszczu.

### Zimą

Pomosty z desek po mrozie i opadach bywają oblodzone albo przykryte śniegiem, więc idź wolno i środkiem kładki. Nie schodź z pomostu na torfowisko: śnieg i lód mogą ukrywać wodę i grząski grunt. Trasa jest krótka, więc przy wietrze lub gołoledzi łatwo wrócić do parkingu.

### Wyposażenie na tę trasę

- [ ] termos z ciepłym napojem i przekąski
- [ ] spokojne tempo na kładkach i podestach
- [ ] nakładki na buty na oblodzone odcinki
- [ ] zapasowe rękawiczki i skarpetki dla dziecka
- [ ] czołówka na wypadek opóźnienia

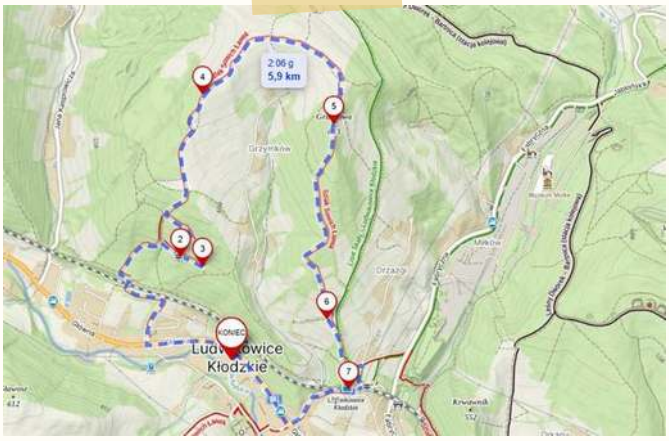
**Gdzie się ogrzać:** w Zieleńcu, kilka minut jazdy autem, są restauracje i schroniska, m.in. Schronisko Orlica. Na trasie są nieogrzewane wiaty odpoczynkowe, które chronią tylko przed deszczem, nie przed mrozem: weź termos. Zimą sprawdź aktualne godziny otwarcia.

# Tajemnicze ławki z sówkami i drewniane arbuzy w lesie – Szlak Sowich Ławek i Szlak Arbuzowy z Ludwikowic Kłodzkich (Góry Sowie)

ok. 8 lat | 5,9 km | ok. 2h 30 min – 3h 00 min

**❄ Zimą z przygotowaniem i rozsądkiem** Ocena zimowa tej trasy. Szczegóły znajdziesz na karcie jesień–zima po opisie trasy.






**Mapa trasy.** Dotknij mapy, aby otworzyć trasę w Mapy.com.

Nietypowa, pełna zabawy wyprawa łącząca dwie oddolne, społeczne inicjatywy turystyczne w Górach Sowich. Szlak Sowich Ławek to sieć drewnianych ławek z budkami dla sówek, ukrytych w lasach wokół Ludwikowic Kłodzkich — każda oferuje inny widok na okoliczne wzgórza. Tuż obok startuje Szlak Arbuzowy (Szlak Drewnianych Arbuzów) — krótka, 600-metrowa ścieżka edukacyjna z zagadkami dla dzieci i wyrzeźbionymi w drewnie arbuzami, stworzona przez lokalnego rzeźbiarza. To jedna z najbardziej oryginalnych, choć wciąż mało znanych tras w regionie.

## Karta informacyjna wyprawy

**DYSTANS**
5,9 km (pętla, wg trasy wytyczonej na mapy.com; sam Szlak Arbuzowy to tylko ok. 600 m)

**SUMA PODEJŚĆ**
218 m (podejścia: 218 m, zejścia: 218 m — z profilu wysokościowego mapy.com; najwyższy punkt trasy 680 m n.p.m. na Górze Gruntowej, najniższy 450 m n.p.m.)

**OZNACZENIE TRASY**
Szlak Sowich Ławek — UWAGA: to nieoficjalny, bardzo słabo oznaczony szlak (jedynie symbole sówek na drzewach, miejscami w ogóle brak oznaczeń); Szlak Arbuzowy jest za to dobrze oznakowany

**BILETY**
Wstęp bezpłatny — to nieoficjalna, oddolna inicjatywa, nie teren płatnego parku

**TRASA NA MAPY.COM**
Otwórz na telefonie i włącz nawigację na żywo po całej trasie

Otwórz trasę



## Gdzie zaparkować

- **Parking:** Parking w Ludwikowicach Kłodzkich, w pobliżu Centrum Kultury Gminy Nowa Ruda (ul. Fabryczna 2).
- **Lokalizacja:** Ludwikowice Kłodzkie, gmina Nowa Ruda, powiat kłodzki (woj. dolnośląskie).
- **Współrzędne GPS:** 50°37.24117'N, 16°28.42835'E

Nawiguj do parkingu

## Tajne Misje: jesień i zima

**Wytnij lub przeczytaj dziecku przed wyruszeniem. Wybierz zestaw na porę roku, w której jedziecie.** Trasa 08

### Jesień

**1 Tropiciel Sówek w Liściach**
Odszukaj na drzewach symbole sówek i policz je. Czy jesienią łatwiej je dostrzec, czy trudniej niż latem?

**2 Kolory Arbuza**
Na Szlaku Arbuzowym znajdź na ziemi liście w kolorach arbuza: zielone i czerwone lub różowe. Ułóż je obok rzeźbionego arbuza.

**3 Sowi Obserwator**
Na jednej z ławek usiądźcie w ciszy na minutę. Ile ptaków i dźwięków lasu usłyszycie?

### Zima

Zimą z przygotowaniem i rozsądkiem

**1 Arbuz pod Śniegiem**
Na Szlaku Arbuzowym znajdź rzeźbionego arbuza i sprawdź, czy ma czapkę ze śniegu. Policz, ile arbuzów zobaczysz.

**2 Zimowy Rozwiązywacz Zagadek**
Odszukaj tabliczkę z pytaniem o wysokość Wielkiej Sowy i wspólnie spróbujcie odgadnąć, zanim przeczytacie odpowiedź.

**3 Strażnik Zapisanej Mapy**
Pokaż rodzicowi, że masz na telefonie zapisaną trasę offline. Kto sprawdzi, czy bateria ma jeszcze co najmniej połowę?

## Przebieg trasy krok po kroku

1. **Start z Ludwikowic Kłodzkich do Ławkowskazu**
   ok. 30–35 min
   Trasa rusza od parkingu przy Centrum Kultury, prowadząc wzdłuż zabudowań wsi w stronę przystanku kolejowego, mijając po drodze zabytkowy XIX-wieczny wiadukt kolejowy. Po ok. 1,5 km ścieżka skręca pod górę do pierwszej ławki — przy niej stoi żartobliwy „ławkowskaz” (jego wskazania traktuj z przymrużeniem oka). To także start krótkiego Szlaku Arbuzowego.

2. **Krótki odcinek do kolejnego punktu**
   ok. 2–3 min
   Tuż obok Ławkowskazu trasa mija kolejny, bliski punkt orientacyjny na ścieżce.

3. **W stronę Sowiej Ławki 2**
   ok. 30–35 min
   Ścieżka prowadzi dalej przez las Wzgórz Wyrębińskich — tu warto zwolnić i uważnie wypatrywać oznaczeń w kształcie sówki na drzewach, bo szlak bywa trudny do odnalezienia.

4. **Zdobycie Góry Gruntowej**
   ok. 15–20 min
   Trasa wznosi się na najwyższy punkt pętli — Górę Gruntową (683 m n.p.m.), skąd rozciąga się ładny widok na okoliczne wzgórza.

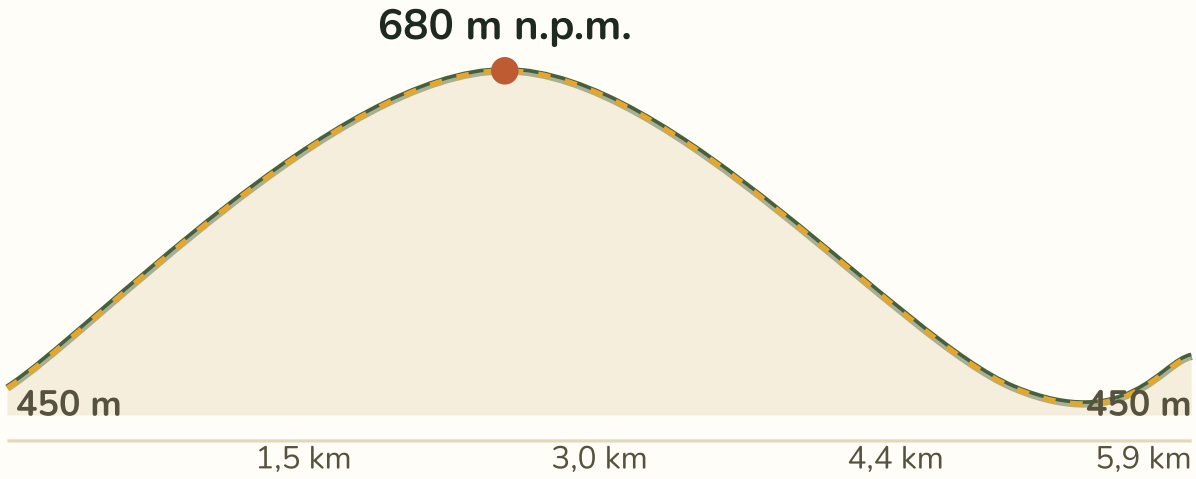
5. **Do Sowiej Ławki 4**
   ok. 20 min
   Ścieżka schodzi do kolejnej z charakterystycznych, drewnianych ławek z sówką.

6. **Powrót przez Ludwikowice Kłodzkie na parking**
   ok. 25–30 min
   Ostatni odcinek prowadzi z powrotem przez wieś do parkingu, zamykając pętlę.

## Wskazówki dla rodziców

- **Szlak bardzo słabo oznaczony:** To nieoficjalna, społeczna inicjatywa — na drzewach pojawiają się jedynie symbole sówek, a niektóre ławki (jak np. Sowia Ławka nr 3) bywają trudne do znalezienia nawet z bliska. Koniecznie miej zapisaną trasę offline.
- **Wersja dla młodszych dzieci:** Jeśli pełna pętla wydaje się zbyt długa lub wymagająca dla malucha, sam Szlak Arbuzowy (ok. 600 m, dobrze oznakowany) przy Sowiej Ławce 1 to świetna, krótka alternatywa z zagadkami dla dzieci.
- **Zasięg telefonu:** W okolicy zdarza się słaby zasięg internetu — warto pobrać mapę offline przed wyjazdem.
- **Odznaka za ukończenie:** Za zdobycie wszystkich siedmiu ławek na pełnym szlaku (ok. 15 km, poza zasięgiem tej konkretnej trasy) przewidziana jest odznaka „Sowia Ławka” — informacje na stronie sowieszczyty.pl.

## Profil wysokościowy




wejście 218 m · zejście 218 m · najniżej 450 m n.p.m. — najwyżej 680 m n.p.m.

KARTA JESIEŃ–ZIMA · TRASA 08

# Szlak Sowich Ławek i Szlak Arbuzowy z Ludwikowic Kłodzkich

## Zimą z przygotowaniem i rozsądkiem

Przejście może być możliwe, ale wymaga dokładniejszego planowania, odpowiednio wczesnego startu i właściwego sprzętu. Wymagania na tej trasie: Słabo oznaczony szlak: trasa offline, sprawdź, czy ścieżka jest przetarta, i wyjdź wcześnie.

**ORIENTACYJNY CZAS ZIMOWEGO PRZEJŚCIA**

**ok. 3h 30 min – 4h 15 min**

dłużej niż latem: śnieg, lód i przerwy na ogrzanie się

**ORIENTACYJNY NAJPÓŹNIEJSZY START W POŁOWIE GRUDNIA**

**ok. 10:00**

zakłada zachód ok. 15:30 i powrót do samochodu godzinę wcześniej; zależy od daty i miejsca

**NAJWYŻSZY PUNKT**

**680 m n.p.m.**

wyżej zwykle zimniej i bardziej wietrznie

### Jesienią

Co zobaczysz: kolorowy las Wzgórz Wyrębińskich, sówki wyglądające spomiędzy liści i wzgórza widoczne z Góry Gruntowej.

### Zimą

Szlak Sowich Ławek jest nieoficjalny i bardzo słabo oznaczony. Zimą śnieg zasłania oznaczenia i ślady ścieżki, więc łatwo się zgubić, a w okolicy bywa słaby zasięg. Sam zimowy czas przejścia da się pogodzić z krótkim dniem przy wczesnym starcie: o ocenie decyduje trudna orientacja. Jeśli mimo to planujesz wyjście, zapisz trasę offline i sprawdź, czy ścieżka jest przetarta.

### Wyposażenie na tę trasę

- [ ] termos z ciepłym napojem i przekąski
- [ ] mapa offline: zasięg bywa słaby
- [ ] nakładki na buty na oblodzone odcinki
- [ ] dodatkowa ciepła warstwa na przerwy
- [ ] czołówka na wypadek opóźnienia

**Gdzie się ogrzać:** na trasie nie ma schroniska ani kawiarni, a przewodnik nie wskazuje przy niej lokalu gastronomicznego: zabierz termos i ciepłą przekąskę. Zimą wracaj do ogrzanego samochodu na parkingu przy Centrum Kultury Gminy Nowa Ruda. Zimą sprawdź aktualne godziny otwarcia.