

Душники-Здруй - курортна місцевість, розміщена на висоті 550 м над р. м., на межі Столових і Бистшицьких гір, поблизу польсько-чеського кордону. Мікроклімат створюють лісові масиви, що оточують курорт. Лікувальні чинники регіону: джерела вуглекислих, лужних і залістистих мінеральних вод з великим вмістом двоокису вуглецю, а також лікувальні грязі. На території курорту знаходяться тенісні корти, відкритий басейн, баскетбольні і волейбольні майданчики з асфальтовим покриттям. Навколо курорту багато позначених туристичних трас - самий цікавий маршрут веде з перевалу Спаленого на вершину Марія Снежна. Щорічно в серпні тут проходить Міжнародний фестиваль музики Шопена за участю видатних піаністів. Композитор виконував тут свої твори в 1826 р. під час лікування. Лікувальний профіль: захворювання органів дихання, системи травлення, гінекологічні захворювання. Складається з 4 санаторно-курортних закладів розрахованих на 235 місць.

Розташування. Знаходиться в Нижньосілезькому воєводстві. Відстань до Свідниці 82,5 км, відстань до Ополе 129 км, до Рибніка 222 км.

Туристична інформація

Buzyzysa Ktodzka, ul. Rycerska 20, тел. 8113707, 8113731

Буро курортних послух

ul. Zdrojowa 10a, тел. 8139051

Курортні заклади і санаторії

FORTUNA, ul. Wolna 2, тел. 8139011

DABRÓWKA, ul. Wolna 4, тел. 8139075

MIESZKO, ul. Zdrojowa 8, тел. 8139032

ONDRASZEK, ul. Zdrojowa 10a,
тел. 8139051

Готелі

SILESIA, ul. Dtugopole Dolne 44,
тел./факс 8139257

Пансіонати

LEŚNY DOM, ul. Leśna 1 5, тел. 8139094

Центри відпочинку

BARBARA, ul. Leśna 10, тел. 8139034

MAĆKOWICE, ul. Zdrojowa 24,
тел. 8139261

SOSW, ul. Zdrojowa 11, тел. 8139169

ZBYSZKO, ul. Kościuszki 9, тел. 8139033

Агротуристичні будинки

Stanisław Gadziński, Dtugopole Dolne 38a,
тел. 8139026

Dagmara Jania, Dtugopole Dolne 33,
тел. 8111 567

Maria Jaśnikowska, ul. Ogrodowa 16,
тел. 8139199

Halina Krząstek, ul. Sadowa 4, тел. 8139162
Stanisława Mikotajczak, Idzików,
тел. 8136043

Ryszard Szczepanski, Ponikwa 36,
тел. 8139235



Курорт Поляниця-Здруй розміщений на березі ріки Бистшица Душніцка на висоті 380-410 м над р. м., біля підніжжя Судетів, в Нижньосілезькому воєводстві на відстані 73 км від міста Свідниця.

Лікувальний профіль курорту - захворювання серцево-судинної системи, системи травлення. Лікувальні ресурси-мінеральні води (0,09-0,27%), карбонатно-кальцієві води.

Протягом року тут відбувається ціла низька різноманітних заходів. Влітку тут проходить Міжнародний турнір Шахістів пам'яті Акіби Рубінштейна, відбувається фестиваль любителів кінофільмів POL-8, Міжнародна курортно-туристична ярмарка.. В Поляниці діє Курортний театр ім. М. Цвіклінської і кінотеатр. Успіхом у меломанів користується концерти камерної і органної музики в концертній залі. Варто відвідати Ієзуїтський будинок XVIII ст., Завод художнього скла, Музей місії отців-серцанців. Для любителів активного відпочинку на території курорту діють туристичні маршрути на Влендні скелі, у Столові і Вистшіцкі гори, в скельні заказники щелиньца. «Топеліска» під Зеленцем.

Туристична інформація

ul. Zdrojowa 13, тел. 8681301

Буро курортних послуг

ul. Parkowa 4, тел. 8680370-1

Курортні заклади та санаторії

CARMEN, ul. Ogrodowa 3, тел. 8690281

KORAB, ul. Kryniczna 5/7, тел. 8681675

LEŚNY LUDEK, ul. Dębowa 14, тел. 8681 553

SEKURA, Al. Róż 11, tel./fax 8681732

SZAROTKA, ul. Kryniczna 1, тел. 8681675

WIELKAPIENIAWA, ul. Parkowa 4,

tel. 8680208

ZAMECZEK, ul. Konopnickiej 1, тел. 8680215

ZDROWIE, ul. Konopnickiej 2, тел. 8680209

Готелі

SANA, ul. Górська 2, tel./fax 8690009

POLOIA, ul. Wojska Polskiego 4, тел. 86815000

OSIR, ul. Sportowa 7, тел. 8681210

Пансіонати

KAPITAN, ul. Górська 22, тел. 8681021

MAŁGOSIA, ul. Krasieńskiego 10, тел. 8681020

MIRANDA, ul. Mariiańska 17, тел. 8681764

SICHY KAŚIK, ul. Żeromskiego 26,
тел. 8681078

GÓRALKА, ul. Kryniczna 2, тел. 8681432

JANTAR, ul. Jaśminowa 4, тел. 8682625

JULIA, ul. Boczna 8, тел. 8681624

Центри відпочинку

ZNР, ul. Ogrodowa 6, тел. 8681 592

STORCZYK FWP, ul. Chrobrego 3,
тел. 8681318

SYRENAFWP, ul. Piastowska 4, тел. 86815103

ŚWIT FWP, ul. Kamienna 1, тел. 8681226



Цеплице-Здруй - здравниця розміщена на висоті 350 м над р. м., в Єленегурській улоговині, біля підніжжя гір Крконоше. Лікувальний профіль - захворювання опорно-рухового апарату і ревматизм, очні захворювання, захворювання серцево-судинної системи у дітей, запалення суглобів. Природні лікувальні ресурси: фтористі термальні води (21-62°C), лікувальні грязі. Протягом року в межах курорту відбуваються фестивалі: Віденської музики в Курортному театрі, Єленегурський вересень, Міжнародний фестиваль вуличних театрів, фестиваль польської та європейської музики. Функціонують два критих і три відкритих басейни, 17 тенісних кортів, школа верхової їзди, гірськолижні витяги в сусідніх населених пунктах Карпач, Шклярська-Поремба, Дзівішувє.

Лікувальні заклади. 13 курортних закладів і санаторіїв на 952 місця.

Розташування. Знаходиться в Нижньосілезькому воєводстві. Відстань до Свідниці 72,4, Рибніка-288, Ополе-197 км.

Туристична інформація

Pl. Piastowski 36, тел. 7558844

Бюро курортних послуг

Pl. Piastowski 38, тел. 6426555, 7551003

Курортні заклади і санаторії

AGAT, ul. Cervi 14, тел. 7552064

DOM ZDROJOWY, Pl. Piastowski 38,
тел. 7551003

EDWARD, ParkZdrojowy, тел. 7551003
ком. 400

JASŃ, ul. Leśnicza 4, тел. 7551003

LALKA, Park Zdrojowy, тел. 7551003

MAŁGOSIA, ul. Cieplicka 73/75,
тел. 7551781

MARYSIENKA, Pl. Piastowski 33,
тел. 7551003

NYSA, ul. Leśnicza 4, тел. 7551003

POLONIA, ul. Cervi 2/4, тел. 7551003

STARYZDRÓJ, ul. Leśnicza 4, тел. 7551003

STOCZNIOWIEC, ul. Jagiellonska 2, тел. 7551003

Готелі

BARON, ul. Grodzka 4, тел. 7523351

CIEPLICE, ul. Cervi 11, тел. 7551041

EUROPA, ul. 1 Maja 16/18, тел. 7647231

JELENIAGÓRA, ul. Sudecka 63,
тел. 7646481

SUDETY ul. Krakowska 20, тел. 7646866

KRÓLOWA MARYSIENKA, Pl. Piastowski
26, тел. 7551453

SIGON, ul. Zamojskiego 3, тел. 7550222

SPORTOWY, ul. Zlotnicza 12, тел. 7526756

Пансіонати

CIEPLICKA HARENDA, ul. Francuska 2a,
тел. 7552030

BARTEK, ul. Bartka Zwycięzcy 10,
тел. 7525746



Кудова-Здруй - курортна місцевість, розміщена в Клодській долині на висоті 390-400 м над р. м., біля підніжжя Столових гір. Клімат у цій місцевості м'який, помірний, гірський. Кліматичні особливості курорту мають позитивний вплив на кровообіг, дихання і травлення, функціонування м'язової і нервової систем. Джерела мінеральних вод використовують у лікувальних цілях з 1636 р. Перші наукові дослідження мінеральних вод почалися в 1787 р. У 1921 р. кількість відпочиваючих становила 12 000. Лікувальна база курорту складається з трьох курортних лікарень, дитячої гастрологічної курортної лікарні та двох санаторіїв. Щорічно тут проходить Міжнародний фестиваль музики Монюшко, виконуються його сольні твори, опери, оркестрові твори. Лікувальний профіль: у дорослих - захворювання серцево-судинної системи, внутрішньої секреції і обміну речовин; у дітей - захворювання органів травлення.

Туризм і спорт. Відкритий басейн, спортивний майданчик, центр верхової їзди, тенісні корти.

Кудова – цікаве місце для екскурсії, наприклад, на вершину Щелинец (919 м) із заповідником природи і фантастичними скельними формами.

Розташування. Знаходиться в Нижньосілезькому воєводстві. Відстань до Свідниці 96,8, Рибніка-236, Ополе-144 км.

Туристична інформація

ul. Zdrojowa 44, тел. 8661387

Бюро курортних послуг

ul. Zdrojowa 41, тел. 8661313

Курортні заклади і санаторії

JAGUSIA, ul. Stoneczna 17, тел. 8661733

KOGA, ul. Warszawska 6, тел. 8661290

POLONIA, ul. Moniuszki 2, тел. 86661034

USTRONIE, ul. Warszawska 6a,
тел. 8661290

ZACISZE, ul. Stowackiego 12, тел. 8661887

ZAMECZEK, ul. Moniuszki 1, тел. 8661470

Готелі

KOSMOS, ul. Buczka 16, тел. 8661511

KROKUS, ul. 1 Maja 32a, тел. 8661035

RYDZ, ul. Sikorskiego 12, тел. 8661183

PRIMAVERA, ul. 1 Maja 42a, тел. 8661689

SZWAJCARKA, ul. Lubelska 6,
тел. 8661443

Пансіонати

AKACJA, ul. Kombatantów 5, тел. 8662712

BRYGIDA, ul. Sikorskiego 16, тел. 8661714

BUENOS AIRES, ul. Chopina 5,
тел. 8663243

DIAMENT, ul. Buczka 7, тел. 0601 828678

ELISABETH, ul. Buczka 14, тел. 8661511

HAJDUCZEK, ul. 1 Maja 10, тел. 8661368

HALINA, ul. Wczasowa 4, тел. 8662308

KAPRYS, ul. Sikorskiego 2, тел. 8661663

LUCYNA, ul. Okrzei 6, тел. 8661570

MAŁGOSIA, ul. Mickiewicza 6,
тел. 8661613

MARYSIENKA, ul. 1 Maja 3, тел. 8661412

ORION A, ul. Graniczna 2, тел. 8661256

ORION B, ul. Buczka 2, тел. 8662869

PARIA, ul. Warszawska 3, тел. 8661211

RENIA, ul. Sikorskiego 4, тел. 8661 517

SAM-BA, ul. Kombatantów 13,
тел. 8661389

SANSSOUCI, ul. Buczka 3, тел. 8661350

SCIALIANO, ul. Sikorskiego 6,
тел. 8661867

SUDETY, ul. Zdrojowa 32, тел. 8661223



