

Już dzisiaj odbędzie się Limanowski Głos Profilaktyki 2019

Już dzisiaj 29 maja o godz. 9:00 w Zespole Szkół Technicznych i Ogólnokształcących w Limanowej odbędzie się Limanowski Głos Profilaktyki – happening promujący bezpieczny tryb życia, wolny od wszelkich uzależnień i nałogów.

Organizatorami wydarzenia są: Powiat Limanowski, Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Limanowej, Zespół Szkół Technicznych i Ogólnokształcących w Limanowej, Komenda Powiatowa Policji w Limanowej, Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Limanowej.

Partnerami wydarzenia są: Zespół Szkół Nr 1 w Limanowej Auto-Moto-Klub w Limanowej, Małopolski Ośrodek Ruchu Drogowego w Nowym Sączu, Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe oraz Tymbark S.A.

Wydarzenie objął Honorowym Patronatem Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.

Szczegółowy program zamieszczony na plakacie:

ORGANIZATORZY



Powiat
Limanowski



Powiatowa Stacja
Sanitarno - Epidemiologiczna
w Limanowej



Zespół Szkół Technicznych
i Ogólnokształcących
w Limanowej



Komenda Powiatowa
Policji w Limanowej



Komenda Powiatowa
Państwowej Straży
Pożarnej w Limanowej

PARTNERZY



Zespół Szkół Nr 1
w Limanowej



LIMANOWSKI GŁOS PROFILAKTYKI 2019

PATRONAT HONOROWY Starosta Limanowski **MIECZYŚLAW URYGA**

29 maja godz. 9:00

Zespół Szkół Technicznych i Ogólnokształcących
w Limanowej

Zapraszamy na

LIMANOWSKI GŁOS PROFILAKTYKI

W programie:

- 9:00** Oficjalne rozpoczęcie Limanowskiego Głosu Profilaktyki
- 9:15** „Uzależnienia behawioralne” - **Katarzyna Kudyba** - Centrum Szkoleń Profilaktycznych EDUKATOR
- 10:00** „Zatrucie dopalaczami. Jak pomóc osobie, która zażyła dopalacze?”
- **Przedstawiciel Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Limanowej**
- 10:15** „Cyberprzemoc - zagrożenia w sieci” - **podinsp. Wojciech Chechelski**
- Komenda Wojewódzka Policji w Krakowie
- 10:45** „Bezpieczeństwo w górach” - **Przedstawiciel Grupy Podhalańskiej GOPR**
- 11:00** „Porozmawiajmy o bezpieczeństwie, możesz mieć na nie wpływ”
- debata na temat bezpieczeństwa, z udziałem przedstawicieli policji i straży pożarnej
- 12:00** Odezwa społeczności PaT (Profilaktyka a Ty)
- **Zryw Wolnych Serc**

Dodatkowo m.in. w programie:

- symulator dachowania, ratownictwo drogowe (Auto Moto Klub Limanowa)
- pokaz strażacki (Państwowa Straż Pożarna w Limanowej)
- pokaz tresury psa służbowego (Komenda Powiatowa Policji w Limanowej)
- pokaz sprzętu ratowniczego (Grupa Podhalańska GOPR)
- stoiska tematyczne (Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Limanowej)

„Limanowski Głos Profilaktyki” realizowany jest w ramach programu Komendy Głównej Policji „Profilaktyka a Ty” pn. Ogólnopolski Głos Profilaktyki, kampanii „Nie pozwól odlecieć swojemu szczęściu” w ramach projektu „Profilaktyczny program w zakresie przeciwdziałania uzależnieniu od alkoholu, tytoniu i innych środków psychoaktywnych” oraz kampanii MSWiA „Narkotyki i dopalacze zabijają. Szkoda Ciebie na takie patoklimaty”

Remont w Powiatowej Wypożyczalni Sprzętu Rehabilitacyjnego i Ortopedycznego!

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej informuje, iż w Powiatowej Wypożyczalni Sprzętu Rehabilitacyjnego i Ortopedycznego rozpoczął się gruntowny remont związany z termomodernizacją obiektu. Celem prowadzonych prac jest przede wszystkim poprawa bezpieczeństwa oraz komfortu korzystających.

Za tymczasowe utrudnienia przepraszamy! Dołożymy wszelkich starań, aby mimo remontu korzystanie z Wypożyczalni odbywało się w miarę sprawnie.

W związku z powyższym w przypadku chęci wypożyczenia lub oddania sprzętu prosimy o kontakt pod numerem telefonu (18) 33-37-825.

Podpisanie umowy na realizację robót budowlanych Oddziału Geriatrycznego w

Szpitalu Powiatowym w Limanowej

13 maja bieżącego roku Szpital Powiatowy im. Miłosierdzia Bożego w Limanowej podpisał umowę na realizację robót budowlanych w ramach projektu pn. „Utworzenie centrum leczenia chorób osób w podeszłym wieku – Oddziału Geriatrycznego w Szpitalu Powiatowym w Limanowej im. Miłosierdzia Bożego”.

Przedmiotem podpisanej umowy jest przebudowa, rozbudowa i nadbudowa istniejącego budynku Bloku Operacyjnego o 2 kondygnacje w celu utworzenia poradni i oddziału geriatrycznego. Prace budowlane rozpoczną się od robót związanych ze wzmocnieniem fundamentów bloku, obłożenia słupów płytami ogniochronnymi w poziomie piwnic i parteru. Następnie prowadzone będą prace remontowe w poziomie parteru (poziom II). Kolejnym etapem będzie dobudowa szybu windowego, następnie nadbudowa bloku o dwie kondygnacje. Prace będą również obejmowały stolarkę i ślusarkę okiennie-drzwiową, prace związane z instalacjami sanitarnymi, instalacją gazów medycznych, wentylacji oraz instalacje elektryczną nisko i wysokoprądową. Zakończenie robót przewidziano w terminie do dnia 30.11.2020 r.

W nowo wybudowanej części znajdować się będą pomieszczenia oddziału geriatrycznego i poradni geriatrycznej. Planuje się uruchomienie 64 łóżek na oddziale, które będą w dużej mierze odciążeniem dla funkcjonującego Oddziału Chorób Wewnętrznych, na którym przebywa ok. 70% pacjentów ze schorzeniami geriatrycznymi.

W ramach projektu przewidziany jest również zakup specjalistycznego sprzętu, tworzącego niezbędne wyposażenie nowego oddziału, a także stworzenie sali gimnastycznej i sali fizykoterapeutycznej kinezyterapii. Diagnostyka osób

korzystających z nowego oddziału odbywać się będzie w istniejących już pracowniach i poradniach limanowskiego szpitala.

Wykonawca wyłoniony w drodze przetargu to Konsorcjum firm:
Lider Konsorcjum: F.H.U.B. ZŁOCKI, Robert Złocki, Kamionka Wielka 343, 33-334 Kamionka Wielka oraz Partner Konsorcjum: PPHU Bogdan Romanek, os. 1000-lecia 4b/12, 33-340 Stary Sącz
Całkowita wartość projektu wynosi : 9 635 864,90zł

Kwota dofinansowania: 7 204 701 zł

Wkład własny Beneficjenta: 3 543 484,02 zł

Dziękujemy Władzom Powiatu Limanowskiego za pokrycie wkładu własnego – czytamy na stronie Szpitala Powiatowego w Limanowej.



Aktywny Samorząd – Moduł I – Zachęcamy do składania wniosków!

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej zachęca do składania wniosków w ramach Programu "Aktywny samorząd" edycja 2019 – Moduł I (likwidacja barier utrudniających aktywizację społeczną i zawodową).

Wnioski w ramach Modułu I są przyjmowane od 20 maja 2019 r. do 31 sierpnia 2019 r.

Kierunki działań oraz warunki brzegowe oraz wnioski można pobrać >> [TUTAJ](#) <<

Osoba niepełnosprawna w ramach Modułu I może starać się o dofinansowanie do:

- oprzyrządowania do samochodu,
- prawa jazdy,
- sprzętu elektronicznego wraz z oprogramowaniem,
- szkolenia komputerowego,
- protezy (co najmniej na III poziomie jakości),
- skutera inwalidzkiego,
- oprzyrządowania elektrycznego do wózka ręcznego,
- utrzymanie sprawności technicznej posiadanego sprzętu elektronicznego,
- utrzymanie sprawności technicznej posiadanego wózka elektrycznego lub skutera inwalidzkiego,
- utrzymanie sprawności technicznej protezy (co najmniej na III poziomie jakości)
- kosztów opieki nad osobą zależną.

Szczegółowe informacje o programie i realizowanych formach wsparcia finansowego można uzyskać telefonicznie dzwoniąc pod numer telefonu: (18) 33-37-912. Informacji udziela Pani Joanna

Rozstrzygnięcie konkursów plastycznych zorganizowanych przez PPIS w Limanowej

20 maja br. w Bibliotece Pedagogicznej – Filia w Limanowej miało miejsce rozstrzygnięcie konkursów, których organizatorem był Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Limanowej we współpracy z Biblioteką Pedagogiczną w Limanowej. Honorowy patronat nad konkursami objął Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny – Renata Tokarska powitała zaproszonych gości. Wyrazy wdzięczności skierowała do uczestników za piękne prace oraz chęć uczestniczenia w konkursach, a także do nauczycieli, rodziców i opiekunów za umożliwienie dzieciom udziału. Następnie Członek Powiatu Limanowskiego Wojciech Włodarczyk zwrócił uwagę na to, aby uczyć dzieci świadomości i chęci prowadzenia zdrowego trybu życia przez nich i przez ich rodziców.

Do konkursu plastycznego w ramach programu pt.: „Czyste Powietrze Wokół Nas” wpłynęło 80 prac z 28 przedszkoli i oddziałów przedszkolnych. W ramach programu pt.: Nie pal przy mnie proszę „Stop! Tu się nie pali” – 84 prace z 29 szkół podstawowych z powiatu limanowskiego. Natomiast z zakresu konkursu „Świeży oddech jasna cera, po tym poznasz non – smokera” organizowanego w ramach programu „Bieg po zdrowie” wpłynęły 22 prace z 9 szkół realizujących program.

Prace konkursowe oceniane były pod względem zgodności z

tematem, wkładu własnego dziecka, komunikatywności dla odbiorcy oraz estetyki pracy. Komisja konkursowa w składzie: przewodnicząca Anna Gołonka – plastyk z Zespołu Szkół Nr 1 w Limanowej, członkowie: Agata Jabłońska – Biblioteka Pedagogiczna w Limanowej, Ewa Wątroba – Oświata Zdrowotna i Promocja Zdrowia PSSE w Limanowej, wyłoniła zwycięzców i przyznała następujące miejsca:

KONKURS PLASTYCZNY Z ZAKRESU PROGRAMU CZYSTE POWIETRZE WOKÓŁ NAS PT. „CZYSTE POWIETRZE WOKÓŁ MNIE – PAPIEROSOM MÓWIĘ NIE!”

I miejsce:

Piotr Trystuła – Szkoła Podstawowa nr 2 w Siekierczynie
Dominika Zychowicz – Szkoła Podstawowa w Kłodnem

II miejsce:

Katarzyna Szewczyk – Szkoła Podstawowa w Łukowicy
Monika Woźniczka – Szkoła Podstawowa nr 2 w Siekierczynie

III miejsce:

Filip Matras – Szkoła Podstawowa w Młynnem
Aleksandra Popielska – ZPO w Kasince Małej

Wyróżnienia:

Anna Bochenek – Szkoła Podstawowa w Jastrzębiu
Rafał Mrózek – Szkoła Podstawowa w Chyszówkach
Maciej Olszak – Szkoła Podstawowa w Łukowicy
Anna Włodarczyk – Szkoła Podstawowa w Łukowicy

KONKURS PLASTYCZNY Z ZAKRESU PROGRAMU NIE PAL PRZY MNIE PROSZĘ PT. „STOP! TU SIĘ NIE PALI”

I miejsce:

Milena Sromek – Szkoła Podstawowa w Kłodnem
Klaudia Zygmunt – Szkoła Podstawowa w Kłodnem

II miejsce:

Marcin Woźniak – Szkoła Podstawowa nr 2 w Męcynie
Dominika Orzeł – Szkoła Podstawowa nr 2 Męcynie

III miejsce:

Julia Biernat – Szkoła Podstawowa nr 2 w Starej Wsi
Bartłomiej Kowalczyk – Szkoła Podstawowa w Łukowicy

Wyróżnienia:

Jakub Leśniak – Zespół Szkolno – Przedszkolny w Jodłowniku

Grzegorz Ryś – Szkoła Podstawowa w Dobrej

Edyta Orzeł – Szkoła Podstawowa w Sechnej

Weronika Żądło – szkoła Podstawowa nr 2 w Kasince Małej

KONKURS PLASTYCZNY Z ZAKRESU PROGRAMU BIEG PO ZDROWIE PT.
„ŚWIEŻY ODDECH JASNA CERA, PO TYM POZNASZ NON – SMOKERA”

I miejsce:

Zuzanna Staśko – Szkoła Podstawowa w Tymbarku

II miejsce:

Magdalena Kamińska – szkoła Podstawowa w Łukowicy

III miejsce:

Magdalena Mikołajczyk – Szkoła Podstawowa nr 1 w Szczawie

Wyróżnienia:

Radosław Filipek – szkoła Podstawowa nr 2 w Limanowej

Zuzanna Kęska – Szkoła Podstawowa w Tymbarku

Angelika Kokoszka – Szkoła Podstawowa w Wilczycach

Wiktoria Sawina – Szkoła Podstawowa w Łukowicy

Gabriela Wysopał – Szkoła Podstawowa nr 1 w Szczawie

Wszystkim nagrodzonym oraz wyróżnionym uczestnikom serdecznie gratulujemy!



III Konwent Starostów Województwa Małopolskiego

Wczoraj 14 maja w Starostwie Powiatowym w Krakowie odbył się III Konwent Starostów Województwa Małopolskiego, w którym brali udział Starostowie oraz Prezydenci Miast na Prawach Powiatu z terenu małopolski. Powiat Limanowski reprezentował Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.

Po przywitaniu wszystkich starostów przez gospodarza miejsca i przewodniczącego Konwentu starostę krakowskiego Wojciecha Pałkę, przewodniczący Kolegium Forum e-Geodezja Andrzej Pajor przedstawił aktualną informację i problemy związane z prowadzeniem projektów dotyczących e-geodezji w informacji przestrzennej.

Następnie Małopolski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny Jarosław Foremny zaprosił starostów do współpracy we wspólnej dbałości o bezpieczeństwo zdrowotne mieszkańców małopolski.

Nawiązał on również do jubileuszu 100-lecia działalności służb sanitarno-epidemiologicznych w Polsce.

W kolejnym punkcie dyrektor Wydziału Geodezji, Kartografii i Katastru Starostwa Powiatowego w Krakowie, Leszek Wojciech Basta omówił najważniejsze zmiany w znowelizowanej ustawie prawo geodezyjne i kartograficzne. Później wiceprzewodniczący Konwentu, starosta myślenicki Józef Tomal omówił sytuację kadrową i finansową pielęgniarek w Domach Pomocy Społecznej.

W ostatnim punkcie spotkania omówiono sprawy bieżące dotyczące m. in. służby zdrowia, remontów dróg z Funduszu Dróg Samorządowych, odznaczenia Bene Meritus Powiatom oraz organizacji kolejnego posiedzenia Konwentu.



Konkurs „Narkotyki i dopalacze zabijają. Szkoda Ciebie na takie patoklimaty.” – przedłużenie terminu do 6 czerwca br.

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji przygotowało kampanię pt. „Narkotyki i dopalacze zabijają”. Jej hasło brzmi: „Szkoda Ciebie na takie patoklimaty”. Kampania jest organizowana w ramach programu ograniczania przestępczości i społecznych zachowań „Razem bezpieczniej im. Władysława Stasiaka” na lata 2018-2020.

Kampania ma na celu zwiększenie świadomości młodych ludzi na temat zagrożeń związanych z zażywaniem narkotyków i nowych narkotyków tzw. dopalaczy, w tym konsekwencji zarówno zdrowotnych, prawnych, jak i społecznych uzależnienia. Jednym z istotnych elementów tego przedsięwzięcia jest prezentowany spot filmowy nawiązujący treścią do tytułu kampanii oraz jej hasła przewodniego.



Obecna kampania daje możliwość dotarcia do kolejnych rzeszy młodych ludzi z praktyczną wiedzą o skutkach stosowania dopalaczy, jak i konsekwencjach prawnych ich używania. Da również możliwość dotarcia do opiekunów młodych ludzi, których policjanci chcą nauczyć, jak rozpoznawać, czy dziecko bierze narkotyki lub dopalacze oraz co należy w takim przypadku zrobić.

W ramach kampanii MSWiA ogłosiło także konkurs skierowany do dzieci i młodzieży którego przedmiotem jest stworzenie MEMU internetowego i animacji w formacie GIF, dotyczących zapobiegania i przeciwdziałania uzależnieniu od narkotyków i dopalaczy. Celem konkursu jest zwrócenie uwagi na problem dotyczący niebezpieczeństwa uzależnienia od narkotyków i dopalaczy. Forma konkursu ma dotyczyć w szczególności uświadamiania młodych ludzi na temat niebezpieczeństwa używania narkotyków i dopalaczy. Termin przesyłania propozycji konkursowych został przedłużony do 6 czerwca 2019 r.

[REGULAMIN](#)

[OŚWIADCZENIE](#)

Przypominamy, że dopalacze to poważne zagrożenie nie tylko dla zdrowia, ale i życia! To substancje działające na ośrodkowy układ nerwowy, wpływające negatywnie na pracę mózgu. Mają postać tabletek, proszków, mieszanin ziół, suszu, kadzidełek, czy naklejek tzw. „tatuazy”. Sprzedawane są w sklepach lub przez Internet pod nazwą artykułów kolekcjonerskich, często z umieszczonym komunikatem „Produkt nie do spożycia”. Niebezpieczeństwo ich zażywania wynika z faktu, że ich skład chemiczny nie jest znany, może podlegać wahaniom i modyfikacjom. Nigdy nie wiadomo, jak po ich zażyciu zareaguje konkretny organizm.

Gdzie szukać pomocy:

800 060 800 Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego

116 111 Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

800 100 100 Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

Ochrona środowiska głównym tematem Forum Wójtów i Burmistrzów

7 maja w Starostwie Powiatowym w Limanowej odbyło się spotkanie z Burmistrzami i Wójtami z terenu powiatu limanowskiego, na którym zostały omówione ważne kwestie związane z pozyskaniem wsparcia na realizację zadań związanych z ochroną środowiska w powiecie limanowskim.

Zapraszam wszystkich do zapoznania się z prezentowanymi tematami oraz do wspólnej debaty. Kwestia ochrony środowiska jest bardzo ważnym elementem, który wpływa na jakość życia mieszkańców naszego regionu, dlatego cieszę się, że możemy dzisiaj spotkać się z przedstawicielami władz samorządowych, aby porozmawiać i podjąć działania związane z ochroną środowiska i dbaniem o jakość powietrza – mówił Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.

Następnie głos zabrał i spotkanie poprowadził Przewodniczący Konwentu Wójtów i Burmistrzów Władysław Sadowski. – *Tematem dzisiejszego spotkania jest budowa biogazowni, która w mojej ocenie na terenach wiejskich może być doskonałym rozwiązaniem dla programów zaopatrzenia tych terenów w energię, czy to przetwarzaną czy energię ciepłą – mówił Przewodniczący Konwentu.*

Tematy dotyczące ochrony środowiska w powiecie limanowskim oraz informacje na temat możliwości wsparcia inwestycji środowiskowych z NFOŚiGW przedstawili eksperci z Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.



8 Bieg Ziemi Limanowskiej

Tradycyjnie 1 maja już po raz ósmy na odcinku Limanowa – Stara Wieś odbył się Bieg Ziemi Limanowskiej. Organizatorem wydarzenia było Stowarzyszenie Kulturalno-Oświatowe Ziemia Limanowska. Patronat nad Biegiem objął m.in. Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.

Tegoroczny 8 Bieg był okazją do sportowej rywalizacji, jak również szerzenia patriotycznej postawy i upamiętnienia 40 rocznicy pierwszej wizyty apostolskiej Jana Pawła II w Polsce

oraz 5 rocznicy Kanonizacji. Jak poinformowali organizatorzy, w tym roku podczas biegu zostały pobite kolejne rekordy. dotychczasowy rekord trasy wynoszący 12: 01: 31 min ustanowiony podczas 5 Biegu Ziemi Limanowskiej przez Pana Adama Jamińskiego został pobity przez trzech zawodników tj. Pana Czerwińskiego Adama z Wieliczki czasem 11:05.18 min. Rekord pobili również Panowie Starzyński Andrzej z Końskiej Woli czasem 11:18.84 min oraz Abderrahim Elasri mieszkający w Chorzowie obywatel Maroka z czasem 11:31.11.

W biegu wzięły udział osoby, które ukończyły 18 lat oraz młodszy zawodnicy posiadający pisemną zgodą rodziców lub prawnych opiekunów. Zawodnicy zmierzyli się w kilku kategoriach i grupach wiekowych. Ostateczne wyniki prezentują się następująco:

[Oficjalne wyniki 8 Biegu Ziemi Limanowskiej](#)

Bieg Ziemi Limanowskiej to nie tylko impreza sportowa ale uroczystość patriotyczna i edukacyjna. Po zakończonym biegu przyszedł czas na uczczenie Święta Flagi, które przypada na 2 maja. W związku z tym uroczysty ceremoniał wciągnięcia flagi na maszt przy śpiewie hymnu narodowego dokonała drużyna strażaków OSP ze Starej Wsi. Słowo o patriotyzmie i godności flagi Polski wygłosił proboszcz parafii Stara Wieś ks. Prałat Marian Tyrka.

Wymiar edukacyjny pełnił konkurs wiedzy o Janie Pawle II w związku 40 rocznicą pierwszej pielgrzymki naszego Papieża rodaka do Ojczyzny. Konkurs był rozegrany w dwóch kategoriach tj. wiedzy o Papieżu Janie Pawle II oraz konkurs plastyczny. Konkurs przygotowali nauczyciele ze Szkoły Podstawowej w Starej Wsi I.

Na koniec imprezy 8 Bieg Ziemi Limanowskiej swoje zdolności wokalne zaprezentowała młoda artystka ze Starej Wsi Magdalena Mól.



Zaplanuj długi weekend w powiecie limanowskim

Weekend majowy w powiecie limanowskim zapowiada się niezwykle obiecująco. Będzie patriotycznie, ale też aktywnie, rodzinie i turystycznie. Aby ciekawie spędzić swój wolny czas, warto zapoznać się z poniższymi propozycjami i skorzystać z gotowego planu pięciu dni w powiecie limanowskim.

Najlepiej skorzystać z wszystkich przedstawionych przez nas propozycji lub wybrać któryś z wolnych dni na zwiedzanie naszego regionu. Gwarantujemy, że każdy będzie mógł znaleźć coś dla siebie.

DZIEŃ PIERWSZY

Po przyjeździe do Limanowej zachęcamy do odwiedzenia Bazyliki Matki Boskiej Bolesnej, Placu Koronacyjnego z Krużgankami usytuowanego tuż za Bazyliką, Muzeum Regionalnego Ziemi Limanowskiej, które mieści się w Dworze Marsów a po południu zachęcamy do małego spaceru dla aklimatyzacji i rekonesansu w terenie. Półtorej godziny trwa przechadzka żółtym szlakiem okrężnym ponad Limanową, stokami Łysej Góry, której pd-zach. ramię zwane jest Miejską Górą. Na trasie spotkamy Stary Krzyż i górujący nad miastem Nowy Krzyż, wzniesiony w darze milenijnym w 2000 roku. Stąd już blisko na szczyt Łysej Góry (782 m). Podczas tej wycieczki podziwiać możemy urocze panoramy Beskidu Wyspowego, objąć wzrokiem całą Limanową i przy odrobinie szczęścia ujrzyć Koronę Tatr.

DZIEŃ DRUGI

Drugi dzień pobytu na terenie malowniczego Powiatu Limanowskiego proponujemy spędzić aktywnie i odwiedzić całoroczne Trasy Rekreacyjno-Sportowe w rejonie Góry Mogielica. Latem jak i zimą wędrowców zachwycają tu niepowtarzalne widoki na góry Beskidu Wyspowego: Łopień, Ćwilin, Jasień, Beskid Sądecki, Gorce, Pieniny i Tatry. W sezonie letnim trasy są uzupełnieniem szlaków turystycznych, ścieżek rowerowych czy konnych. Główną bazą kompleksu jest Centrum Obsługi Ruchu Turystycznego przy LKS „Zalesianka” w Zalesiu, gdzie znajduje się bezpłatna wypożyczalnia sprzętu: w tym 180 par nart z butami do biegów, 60 rowerów górskich kijki do nordic walkingu oraz sprzęt sportowy dla osób niepełnosprawnych. Niezbędne informacje są dostępne na stronie www.trasymogielica.pl

DZIEŃ PIĄTY

Odpoczynek po wyczerpującym długim weekendzie przed podróżą powrotną warto wykorzystać na zwiedzenie niewielkiej wsi Pasierbiec w której mieści się Sanktuarium Matki Boskiej Pocieszenia, jedno z częściej odwiedzanych w Małopolsce. Wokół urządzono dróżki maryjne oraz Drogę Krzyżową ozdobioną okazałymi figurami z brązu. Z tego miejsca można podziwiać przepiękne widoki na okoliczne góry. O każdej porze roku nabiera się głębokiego przeświadczenia, że ten kawałek ziemi wart jest powrotu.



DZIEŃ TRZECI

Na trzeci dzień zobaczcie koniecznie Cuda Poręby Wielkiej. Pobyt w Porębie warto rozpocząć od zwiedzenia Parku Wodzickich z tężnią solankową, amfiteatrem, siedzibę Gorczańskiego Parku Narodowego z wystawą przyrodniczą. Z Poręby po niespełna godzinny spacer, pełnym malowniczych panoram, dotrzeć można do stylowej zakopiańskiej willi piewcy Gorców Władysława Orkana, w której obecnie mieści się jego muzeum biograficzne. Po urokliwym i pouczającym spacerze odpoczynkiem będzie wjazd wyciągiem krzeselkowym na polanę Tobołów, stąd jest już niedaleko do obserwatorium astronomicznego krakowskiej WSP na Suhorze. Powrót wyciągiem lub spacerkiem.

DZIEŃ CZWARTY

W kolejny dzień warto wybrać szlak architektury drewnianej. w województwie małopolskim liczy ponad 1500 km i obejmuje 255 zespołów architektonicznych od kościołów, cerkwi, kaplic i dzwonnicy po spichlerze, wiejskie chałupy i szlacheckie dwory. Szlak w województwie małopolskim podzielony jest na cztery trasy. Jedna z tras wiedzie przez Powiat Limanowski na terenie którego znalazło się aż 16 obiektów, które zostały wpisane na Szlak Architektury Drewnianej. Więcej informacji na temat szlaku na: www.drewniana.malopolska.pl