

Bazyli Poskrobko
Uniwersytet w Białymstoku

Zielona terapia i rekreacja jako nowy produkt turystyczny

Streszczenie

Opracowanie jest poświęcone koncepcji projektu badawczo-wdrożeniowego pod nazwą Europejskie Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji, zlokalizowanego na pograniczu polsko-litewsko-białoruskim. W artykule „zieloną terapię” i rekreację odniesiono do zmęczenia psychicznego i regeneracji kreatywnych sił człowieka. Adresatem tych przedsięwzięć w głównej mierze jest klasa kreatywna Richarda Floridy. W artykule omówiono trzy problemy. Pierwszy z nich to teoretyczne podstawy psychoterapeutycznego oddziaływania natury z odniesieniem do teorii biofilii E.O. Wilsona i teorii regeneracji uwagi R. Kaplan i S. Kaplan. Powołano się na wyniki badań A. Krzymowskiej-Kostrowickiej, R.S. Ulricha, P.A. Bella, S. Lyubomirsky i innych. Wskazano też wybrane metody badania przydatności ekosystemów do celów terapeutycznych i rekreacyjnych: metodę *transect walk* oraz „Indeks reakcji emocjonalnej na środowisko” J.A. Russela i U.F. Laniusa. Drugie zagadnienie to prezentacja wielkich obszarów przyrodniczych na pograniczu polsko-litewsko-białoruskim i możliwości ich wykorzystania do „zielonej terapii” i rekreacji. Uzupełnieniem różnorodności biologicznej i krajobrazowej tych terenów jest unikatowe zróżnicowanie kulturowe regionu. Trzecie zagadnienie to specyfikacja problemów do rozwiązania w projekcie badawczo-rozwojowy.

Słowa kluczowe: turystyka zdrowotna, zielona terapia, zielona rekreacja, oddziaływanie psychoterapeutyczne, obszary i ośrodki zielonej terapii, zagospodarowanie turystyczne na potrzeby zielonej terapii i rekreacji, projekt badawczo-rozwojowy.

Wstęp

Na świecie już od wielu dziesięcioleci obserwuje się szybki rozwój turystyki oraz intensyfikację badań naukowych tego zjawiska. W Polsce istotne przyśpieszenie rozwoju tej branży zaobserwowano w latach dziewięćdziesiątych ubiegłego wieku. Rozwija się głównie mały i drobny biznes związany z turystyką: hotelarstwo, gastronomia, biura podróży. Rozwój ten dobrze służy mieszkańcom regionu i kraju, zaspokaja potrzeby wypoczynku i krótkotrwałej, kilkudniowej rekreacji. Przyczynia się także do aktywizacji i uatrakcyjnienia rejonów i miejscowości posiadających już rozpoznane atrakcje turystyczne.

Zdecydowana większość podejmowanych przedsięwzięć turystycznych jest oparta na własnym, drobnym kapitale, czasem wspieranym przez dotacje z funduszy europejskich. Są to działania bardzo zindywidualizowane. Ich koordynacją zajmują się głównie samorządy terytorialne, przez miejscowe plany zagospodarowania przestrzennego oraz pozwolenia na budowę z zachowaniem wymogów ochrony środowiska. Stąd w rozwoju małego biznesu turystycznego przeważa swego rodzaju „wolna amerykanka”. Jest to „choroba wieku

dziecięcego”, która powoduje określone konsekwencje. Wykorzystuje się istniejące atrakcje przyrodnicze, historyczne i kulturowe jako podstawę indywidualnych korzyści przedsiębiorców „tu i teraz”. Ani drobni inwestorzy, ani władze samorządowe nie zastanawiają się nad racjonalnością ich wykorzystania w długiej perspektywie czasowej, nie bada się pojemności turystycznej, czy właściwości terapeutycznych i rekreacyjnych systemów przyrodniczych, a także konsekwencji nadmiernego obciążenia zabytków historycznych lub kulturowych. W ekonomii jest to określane mianem rabunkowej eksploatacji dóbr publicznych, które z powodu nadeksplotacji ulegają nadmiernemu zużyciu, zanieczyszczeniu lub zniszczeniu. Elinor Ostrom¹ już kilka dziesięcioleci temu udowodniła, że korzystanie z dóbr publicznych, szczególnie przyrodniczych, przez pryzmat indywidualnych korzyści (zysku) prowadzi do pogorszenia ich stanu, a następnie do pojawienia się negatywnych skutków, na ogół nieodwracalnych.

W rozwoju turystyki w Polsce zaangażowanie międzynarodowych firm turystycznych jest znikome. Rozwój turystyki międzynarodowej na skalę ponadregionalną postępuje w dużych aglomeracjach miejskich, głównie w Warszawie i Krakowie. W zasadzie białą plamą pod tym względem jest Polska Wschodnia, a szczególnie województwa lubelskie i podlaskie. Jest to obszar jeszcze nieodkryty dla zorganizowanej międzynarodowej turystyki.

Rozwój interdyscyplinarnych badań naukowych dotyczących z jednej strony turystyki jako biznesu, z drugiej zaś jako procesu odnowy fizycznych i psychicznych sił człowieka, na świecie obserwuje się od lat 80. XX wieku. W Polsce badania w tym zakresie na szerszą skalę zaczęły się rozwijać w latach 90. W dorobku naszych uczonych wciąż jeszcze przeważają prace o charakterze opisowo diagnostycznym, zaś mało jest prac planistyczno-wdrożeniowych.

Dalszy rozwój turystyki musi być w większym stopniu zgodny z ideą zrównoważonego rozwoju. Powinien być oparty na kompleksowych projektach, wykorzystujących wyniki poważnych, wielodyscyplinarnych badań naukowych oraz najlepsze praktyki branży turystycznej odnotowane na świecie. Projekty powinny obejmować całe regiony turystyczne, odkrywać znajdujące się tam walory i udostępniać je turystom. Realizacja takich projektów powinna zapewniać szerokie zaangażowanie lokalnych społeczności oraz krajowego i międzynarodowego kapitału. W ten sposób można zapewnić racjonalizację turystycznego wykorzystania dóbr publicznych, pobudzić tworzenie się celowych grup społecznych, a w efekcie zapewnić rozwój społeczeństwa obywatelskiego, włączenie lokalnych ośrodków turystycznych w międzynarodowy system informacji i zarządzania ruchem turystycznym, a w sumie pobudzić zrównoważony rozwój terenów o charakterze peryferyjnym.

¹ Elinor Ostrom była profesorem Uniwersytetu Bloomington (USA), w 2009 roku otrzymała Nagrodę Nobla za „analizę ekonomicznych aspektów zarządzania, szczególnie przez wspólnoty”.

Celem opracowania jest przedstawienie ogólnej koncepcji projektu nowego produktu turystycznego pod nazwą zielona terapia i zielona rekreacja, ze szczególnym uwzględnieniem psychologicznych, przyrodniczych, kulturowych i organizacyjnych uwarunkowań procesu jego tworzenia i funkcjonowania.

W opracowaniu pojęcie „zielona terapia” jest rozumiane jako leczenie lekkich zaburzeń psychicznych i emocjonalnych bez użycia leków, przez bezpośredni kontakt z przyrodą czyli przez oddziaływanie na psychikę naturalnych krajobrazów, kolorów, zapachów i odgłosów natury. W głównej mierze dotyczy to leczenia zaburzeń spowodowanych przepracowaniem lub zbyt długą w czasie, stałą pracą przy komputerze.

Zielona rekreacja jest to aktywny wypoczynek celem wzmocnienia sił fizycznych, umysłowych i twórczych człowieka. „Zielona rekreacja” z założenia powinna odbywać się głównie na „wolnym powietrzu” w różnych ekosystemach – leśnych, polnych, łąkowych lub wodnych, a także w parkach, zagajnikach, ogrodach, ogródkach zielarskich lub kwiatowych. Miejsca rekreacji powinny wzbudzać zainteresowanie rekreantów, dlatego powinny być wzbogacone o różne urządzenia informacyjno-edukacyjne, techniczne i kulturowe, np. służące wzmocnieniu kondycji fizycznej oraz odprężeniu umysłowemu.

Zieloną terapię i zieloną rekreację można prowadzić w różnych formach organizacyjnych. W artykule proponuje się formę wielopodmiotowej organizacji funkcjonującej na wielkich obszarach leśnych, bagienno-łąkowych i polnych. Najbardziej predystynowane pod tym względem jest pogranicze polsko-litewsko-białoruskie. Na tym obszarze proponuje się utworzenie Europejskiego Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji. Jest to specyficzny obszar Europy charakteryzujący się najwyższą bioróżnorodnością, niskim zaludnieniem i słabo rozwiniętą gospodarką. Na tym obszarze mogą być rozwijane równolegle takie specjalności, jak: terapia i rekreacja w ekosystemach, kwiatowo- i ziołoterapia w specjalnych ogrodach, zapachoterapia, muzykoterapia czy hipoterapia w obiektach turystycznych. Podstawą koncepcji projektu są nowe oczekiwania wznoszącej części turystów, którzy pragną odprężenia psychicznego, odpoczynku dla wzroku obciążonego pracą przy komputerze, a jednocześnie poszukujących nowych atrakcji i nowych doznań. Jest to swego rodzaju efekt społecznego trendu powrotu do natury.

W tekście zostało rozwiniętych tylko kilka wątków tego złożonego problemu.

Turystyka zdrowotna jako współczesny trend społeczny

Turystyka zdrowotna, według definicji sformułowanej jeszcze w latach 70. XX wieku, „jest to świadome i dobrowolne udanie się na pewien okres poza miejsce zamieszkania, w czasie wolnym od pracy w celu regeneracji ustroju dzięki aktywnemu wypoczynkowi fizycznemu i psychicznemu” (Wolski 1970). W ostatnim dziesięcioleciu cel zdrowotny staje się jednym z wiodących motywów wyjazdów turystyczno-wypoczynkowych. Jest to wy-

nikiem zarówno potrzeby poprawy kondycji fizycznej i psychicznej człowieka, jak też poszukiwania takich sposobów spędzania wolnego czasu, które zmniejszą negatywne skutki wykonywania pracy i życia w warunkach współczesnej cywilizacji. Jest to trend społeczny, swego rodzaju moda na zdrowy styl życia.

Cechą charakterystyczną współczesnej cywilizacji jest zastępowanie gospodarki opartej na sile przez gospodarkę opartą na wiedzy. Jak dowodzi Richard Florida, rozwija się nowa klasa społeczna, zwana klasą kreatywną. Wyniki jego badań dowodzą, że w Stanach Zjednoczonych na przełomie XX i XXI wieku ta nowa klasa społeczna obejmowała około 30% wszystkich zatrudnionych. „Rdzeń klasy kreatywnej tworzą (...) ludzie, których funkcją ekonomiczną jest tworzenie nowych idei i pomysłów, nowych technologii i nowych treści kreatywnych” (Florida 2010, s. 31). Są to pracownicy o ponadprzeciętnych zarobkach, którzy mają świadomość potrzeby i realne (finansowe, czasowe) możliwości poddania się terapii i rekreacji w profesjonalnie zorganizowanych ośrodkach.

Manuel Castells (2008) dowiódł, że na początku bieżącego stulecia w sześciu najbardziej rozwiniętych krajach świata² swoją wiedzę sprzedawało około 40% zatrudnionych, zaś 60% wykonywało zawody wymagające sprawności fizycznej. Bank Światowy podaje, że w Stanach Zjednoczonych w 2010 roku już 45% zatrudnionych żyło ze sprzedaży swojej wiedzy. Oznacza to, że zwiększa się liczba ludzi, dla których zdrowy odpoczynek to regeneracja psychiczna. O ile zmęczenie fizyczne najlepiej się regenerowało podczas „wylegiwania się” na plaży, opalania się na słońcu, korzystania z ochłody w wodzie, to dla uspokojenia psychicznego niezbędna jest zieleń i ruch. Stąd podstawowym warunkiem rozwoju turystyki zdrowotnej jest stworzenie możliwości przeżywania doznań. Największą gamę takich możliwości stwarza środowisko przyrodnicze (Owsiak 2012, s. 20-37; Bańka 2002).

„Klasa kreatywna oczekuje stymulacji i inspiracji, a nie ucieczki od codzienności (...) ma swoje zainteresowania, które wykraczają poza wirtualny świat“ – pisze Richard Florida (Florida 2010, s. 173). Ludzie tej klasy społecznej są szczególnie nastawieni na przeżycie doznań. Doznania różnią się od usług tak samo, jak usługi różnią się od dóbr. Kiedy klient płaci za usługę, nabywa pewien zestaw czynności wykonywanych w jego imieniu, kiedy zaś nabywa doświadczenie, to płaci za czas, w którym osobiście może brać udział w wydarzeniach. Towary są materialne, usługi przeważnie niematerialne, doznania zaś intelektualne. Ich istotą jest to, że mają pozostać w pamięci. Kiedyś ludzie ograniczali wydatki na dobra, aby móc więcej pieniędzy przeznaczyć na usługi. Dzisiaj zaś oszczędzają i wygospodarowują wolny czas, aby więcej zasobów przeznaczyć na doznania. Stąd przygotowanie obszarów i ośrodków terapii psychicznej oraz rekreacji ciała i umysłu wymaga identyfikacji wpływu na ludzkie doznania każdej atrakcji turystycznej, obiektu przyrody, ścieżki rekreacyjno-edukacyjnej czy konnej, drogi do przejażdżki bryczką czy sałmami.

² Stany Zjednoczone, Kanada, Japonia, Francja, Niemcy i Wielka Brytania.

Natura jako czynnik wspomagający oddziaływanie psychoterapeutyczne

Liczne badania nad estetyką i preferencjami krajobrazu wskazują, że ludzie najwyższej oceniają naturalne pejzaże o harmonijnym zróżnicowaniu rzeźby terenu i roślinności. Jest to swego rodzaju fenomen, który Edward O. Wilson (1984) wyjaśnia w kontekście teorii ewolucji tworząc pojęcie biofilii. Dowodzi on, że potrzeba kontaktu z naturą jest uwarunkowana biologicznie. Jego zdaniem, ludzie są powiązani genetycznie ze środowiskiem przyrodniczym i naturalnym krajobrazem, a szczególnie z obszarami w stanie pierwotnym. Zdaniem Alicji Krzymowskiej-Kostrowickiej (1997), zestawienia barwne w oglądzie krajobrazu oddziałują na organizm ludzki wybitnie uspakajająco, likwidują stresy i napięcia emocjonalne. Dobroczynny wpływ kontaktu z naturą na psychiczny stan człowieka wskazuje także Roger S. Ulrich. Przeprowadził on szereg eksperymentów, w których wykazał, że obserwowanie pejzaży naturalnych prowadzi do redukcji stresu (również na poziomie oznak fizjologicznych) oraz sprzyja rekonwalescencji osób chorych. Na korzyści płynące z kontaktu z naturą wskazali także Rachel Kaplan i Stephen Kaplan w teorii regeneracji uwagi (1989). W myśl tej teorii większość codziennych zajęć ludzi (praca, nauka) wymaga uwagi ukierunkowanej, która wiąże się z wysiłkiem i może prowadzić do szybkiego wyczerpania sił. Aby w pełni zregenerować uwagę ukierunkowaną, wskazana jest aktywizacja uwagi mimowolnej, która jest bezwysiłkowa i pobudzana przez fascynację. Przyroda jest zaś ważnym źródłem tzw. miękkich fascynacji. Przebywanie na „łonie natury” podnosi nastrój ludzi i ich zdolność do mentalnego skupienia. Dzięki fascynacji przyrodą oraz możliwości zdystansowania się od uciążliwości życia zawodowego, poprawia się stan koncentracji umysłu, wzrasta kreatywność (Bell i in. 2004).

Ekosystemy i krajobrazy dostarczają człowiekowi szerokiej gamy doznań wielozmysłowych (multisensorycznych). Przebywanie „na łonie przyrody” silnie pobudza zmysły, co powoduje uruchomienie wszystkich kanałów percepcji. Człowiek mimowolnie harmonizuje własny rytm biologiczny z rytmem natury, działającym kojąco i relaksująco na jego organizm. Czas zaczyna płynąć inaczej, tak jakby spowalniał swój bieg. Poddanie się naturalnemu rytmowi powoduje, że człowiek czuje się wypoczęty i odprężony (Bielawska 2001, s. 46).

Warto jednak zauważyć, że skupienie głównej uwagi człowieka na przesadnie zagospodarowanych przyrodniczych atrakcjach turystycznych nie zawsze wzmacnia proces relaksu. Wynika to z faktu, że zbyt silne bodźce powodują przeciążenie umysłu i dekoncentrację uwagi, zbyt słabe zaś prowadzą do „wydelikacenia” oddziaływania (Krzymowska-Kostrowicka 1997, s. 46).

Fakt, że naturalne krajobrazy łagodzą stany napięcia stresowego spowodował, że na świecie rozwija się trend wykorzystania piękna natury w procesach terapeutycznych. Pojawiły się różnego rodzaju terapie, np. silwoterapia (przebywanie w lesie), hortikuloterapia (terapia ogrodowa, inaczej roślinna) i pejzażoterapia (piękne widoki). Ostatnia z wymienionych form terapii oznacza nie tylko przebywanie w pięknym krajobrazie, ale też wykonywanie zajęć

o tematyce przyrodniczej lub malowanie obrazów przedstawiających krajobrazy i obiekty przyrodnicze (Szule 2011). Odpoczynek psychiczny w ekosystemach może (a nawet powinien) być połączony z muzykoterapią, czy choreoterapią, zapachoterapią, kwiatoterapią, które pełnią funkcję ekspresyjną i kompensacyjną (Kataryńczuk 2007; Sidorowicz 2008, s. 23-30; Stachyra 2007).

W psychologii pozytywnej szczególnie kładzie się nacisk na zmianę filozofii życia. Należy stworzyć we własnym umyśle poczucie zadowolenia z własnych osiągnięć, radości z faktu przebywania w określonym miejscu i danym gronie ludzi, rozwijać poczucie szczęścia. Przyroda, na przykład w istotny sposób wpływa na rozwijanie poczucia szczęścia, które jest traktowane jako predyktor dobrej kondycji zdrowotnej (Trzebińska 2008; Heszen, Życińska 2008). Bycie szczęśliwym jest naturalnym dążeniem większości ludzi. Jak dowodzi Sonja Lyubomirsky (2011, s. 34) około 40% poczucia szczęścia podlega kształtowaniu przez naszą świadomość. Poczucie to nasila się, gdy człowiek osiąga harmonię „z samym sobą” i otoczeniem. Przebywanie na łonie natury, a jeszcze bardziej fascynacja przyrodą ułatwiają przebieg tego procesu. Reakcje ludzi na informacje przekazywane przez przyrodę najczęściej pojawiają się w sposób nieświadomy. Podstawowe stadium tego procesu polega na percepcji bodźców, które określają pierwsze wrażenia. Jest ono szczególnie ważne w procesie „zielonej terapii i rekreacji”, pozwala osiągnąć postawiony cel (Zimbardo 1994). Stadia późniejsze polegają na selektywnym doborze napływającej informacji i jej interpretowaniu, co wymaga już wysiłku umysłu.

W psychologii środowiskowej wykorzystuje się wiele metod badawczych służących do opisu cech środowiska i sposobu ich wykorzystania w zielonej terapii i rekreacji. Mają one kluczowe znaczenie we wstępnych fazach projektów zagospodarowania turystyczno-rekreacyjnego obszarów przyrodniczych. Tytułem przykładu można wskazać dwie spośród takich metod – pierwszą z nich jest metodą *transekt walk*. Jest to rodzaj pogłębionego, ustrukturalizowanego wywiadu, który prowadzony jest w trakcie spaceru. Procedura ta pozwala na zaangażowanie wszystkich zmysłów i bezpośredni opis przeżywanych doznań. Badania tą metodą, zrealizowane wśród odpowiednio dobranej grupy ludzi, umożliwiają ocenę danego obiektu przyrodniczego i pozwalają z dużym prawdopodobieństwem przewidzieć jego postrzeganie przez osoby o określonych kryteriach osobowościowych i/lub społecznych (Grosjean, Thibaud 2001). Drugą metodą jest „Indeks reakcji emocjonalnej na środowisko”, Jamesa A. Russela i Ulricha F. Laniusa. Istotą tej metody są reakcje typu emocjonalnego, które identyfikuje się w dwóch wymiarach „przyjemne–nieprzyjemne”, „pobudzające–niepobudzające”. W zależności od kombinacji tych emocji pojawiają się określone tendencje behawioralne: skłaniają do podjęcia aktywności ku obiektowi fascynacji (emocje określane jako pobudzające i przyjemne), opuszczenia miejsca (emocje określane jako pobudzające i nieprzyjemne), relaksu, odprężenia, odpoczynku (emocje określane jako niepobudzające i przyjemne) lub nudy, bierności, monotonii (emocje określane jako niepobudzające i nieprzyjemne). Diagnoza tego typu jest istotna ze względu na fakt, że emocje leżą u podstaw

szybkiego wartościowania środowiska przyrodniczego, tj. zanim badany jest w stanie przeanalizować jego walory na poziomie poznawczym (Bell i in. 2004).

- Przy projektowaniu ośrodków zielonej terapii i rekreacji należy zwrócić także uwagę na:
- czytelne zaprojektowanie przestrzeni, czyli stworzenie łatwo rozpoznawalnych punktów kompleksu, które ułatwia orientację, unikanie monotonii, zróżnicowanie różnych jego części. Czytelna przestrzeń ułatwia orientację, jest też wyżej oceniane pod względem estetycznym (Burton, Mitchel 2006);
 - prymat rozwiązań umożliwiających przeprowadzanie zabiegów terapeutycznych i sprzyjających wieloaspektowej rekreacji, nad rozwiązaniami wizualno-architektonicznymi. Poprawnie zaprojektowany obiekt powinien, np. stymulować potrzebę („wymuszać“ konieczność) ciągłego poruszania się, spacerowania i podziwiania krajobrazów, kolorów, okazów (np. pokroju różnych gatunków drzew), a także zapachów, które stanowią odpowiednie tło do porządkowania myśli i uczuć.

Są to tylko wybrane przesłanki do tworzenia nowego produktu turystycznego w formie specjalnie przygotowanych obszarów i ośrodków terapii psychicznej oraz rekreacji ciała i umysłu³.

Przyrodnicze uwarunkowania tworzenia Europejskiego Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji

Na wschodnim pograniczu Unii Europejskiej znajduje się jeden z pięciu regionów całej Wspólnoty wyróżniający się niespotykanym gdzie indziej bogactwem przyrodniczym na wszystkich poziomach organizacji przyrody. Jest to obszar położony na pograniczu polsko-litewsko-białoruskim (mapa). Zachowały się tu, jako jedyne w całej Środkowo-Wschodniej Europie, wieloprzestrzenne, nizinne, zwarte kompleksy leśne i łąkowo-bagienne z roślinnością naturalną i półnaturalną. Na tym obszarze znajduje się wiele polodowcowych jezior, głównie na Pojezierzu Augustowsko-Suwalskim. Znaczna część tego regionu została uznana za obszary przyrodniczo cenne i objęta różnymi formami ochrony. Ważną cechą tego regionu jest relatywnie niski stopień urbanizacji i względnie mała gęstość zaludnienia, a w efekcie stosunkowo mały poziom degradacji środowiska. Jest to także teren styku narodowości i kultur. Wszystko to powoduje, że obszar ten stanowi idealne miejsce rozwoju turystyki ukierunkowanej na terapię zmęczenia psychicznego i rekreację kreatywnych sił człowieka. Tego typu turystyka umożliwia zapewnienie ochrony obszarów przyrodniczo cennych, zachowanie tożsamości kulturowej, rozwój produkcji zdrowej żywności i lecznictwa uzdrowiskowego, a w sumie stworzenie nowych miejsc pracy i zahamowanie tempa wyludniania się tych terenów.

³ Współautorami tego punktu są psycholożki dr Mirosława Czerniawska i mgr Aleksandra Czerniawska.

Oddziaływanie terapeutyczne i rekreacyjne może być oparte na odpowiedniej organizacji pobytu stałego w konkretnym ośrodku przy wykorzystaniu lokalnych ekosystemów i krajobrazów lub związane z przemieszczaniem się na znaczne odległości po wielkoprzestrzennych obszarach przyrodniczych. Do terapii i rekreacji psychicznej mogą być wykorzystane następujące tereny:

1. Puszcza Białowieska – jest to zwarty kompleks leśny o obszarze 1500 km² położony na pograniczu polsko-białoruskim, w tym w Polsce 625 km² i na Białorusi 875 km². Jest to las o bardzo zróżnicowanym składzie gatunkowym drzewostanów, co stwarza rzadko spotykaną mozaikę kolorów, szczególnie w okresie wiosennym i jesiennym. Występuje tu także zróżnicowanie lokalnych uwarunkowań mikroklimatycznych – od powierzchni suchych, dobrze nasłonecznionych do wilgotnych, bardzo mocno zacienionych. Obszar nadaje się do wieloaspektowej terapii zmęczenia psychicznego. Na całym obszarze Puszczy Białowieskiej istnieje dobrze rozwinięta infrastruktura turystyczna. W Białowieży znajduje się przejście graniczne dla ruchu turystycznego.

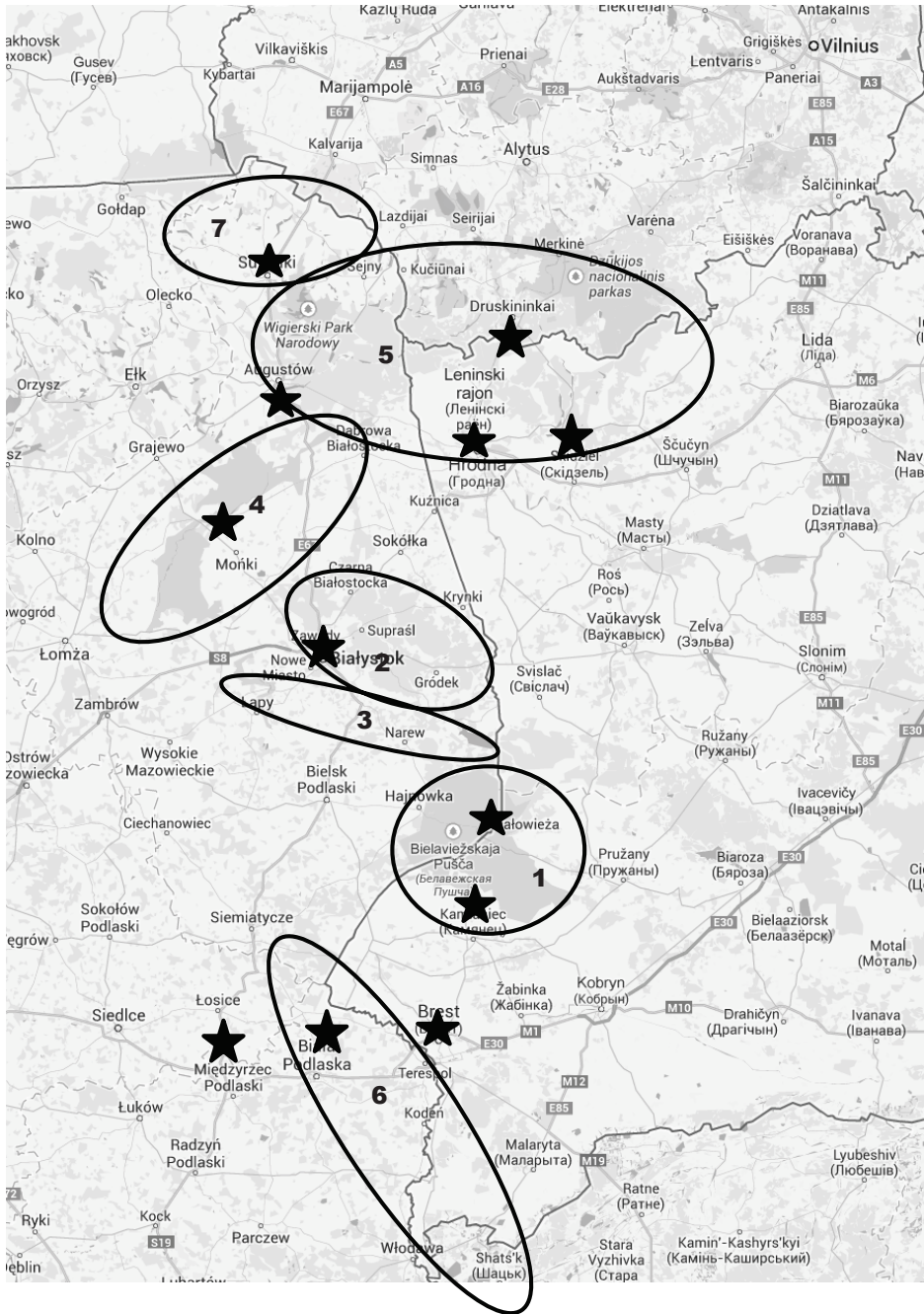
2. Puszcza Knyszyńska jest to rozległy kompleks leśny o powierzchni 1050 km² o przeważającym udziale drzewostanów świerkowo-sosnowych z domieszką drzew liściastych, głównie brzozy. Na tym obszarze występuje stosunkowo duże zróżnicowanie krajobrazowe, co stanowi dobrą podstawę do organizacji działań terapeutycznych i rekreacyjnych, na przykład w formie długodystansowych wycieczek pieszych i rowerowych. Obszar Puszczy jest intensywnym źródłem (zidentyfikowano ponad 240 wypływów) wód gruntowych i głębinowych średniego poziomu, co wpływa na zróżnicowanie mikroklimatyczne. W niewielkich odległościach spotyka się różny mikroklimat, co ułatwia organizację procesu terapii i rekreacji. Rejon Puszczy Knyszyńskiej jest stosunkowo dobrze zagospodarowany pod względem turystycznym.

3. Dolina Biebrzy jest to rozległy obszar naturalnych bagien i rozlewisk rzecznych o powierzchni około 600 km², obejmujący całą dolinę rzeki Biebrzy od jej źródeł u podnóża Wzgórz Sokólskich do ujścia do Narwi. Tego rodzaju obszarów łąkowo-błotnych nie ma w tej części Europy. Do celów terapeutyczno-rekreacyjnych najbardziej nadaje się krajobraz „morza zieleni” z horyzontem do kilku kilometrów. Jest to odpowiednie miejsce do organizacji wycieczek rowerowych lub powozami konnymi. Teren jest jeszcze stosunkowo słabo zagospodarowany pod względem turystycznym.

4. Dolina Górnej Narwi rozciąga się po obu stronach rzeki od polsko-białoruskiej granicy do Żółtek. Powierzchnia tej doliny wynosi 1311 km². W górnym biegu rzeki znajduje się Zalew Siemianówka, stosunkowo płytki, chociaż rozległy (3,5 km²) zbiornik wodny. Dolny odcinek to Narwiański Park Narodowy (73 km²), który został objęty ochroną unikatowego w skali Europy systemu rzeki, która w tym rejonie płynie wieloma rozdzielającymi się i łączącymi korytami. Obszar Doliny Narwi nadaje się do rekreacji rowerowej i kajakowej. Jest to teren jeszcze słabo zagospodarowany pod względem turystycznym.

Mapa 1

Obszar lokalizacji Europejskiego Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji



Źródło: opracowanie własne na podstawie: <http://mapy.google.pl>

5. Puszcza Augustowska obejmuje obszar około 1600 km², z tego na terenie Polski około 1200 km², zaś pozostała część – na Litwie i Białorusi. Puszcę porastają głównie drzewostany sosnowo-świerkowe, które zajmują 85% jej powierzchni. Teren równinny, przeciętany rzeczkami i ciągiem jezior: Wigry, Sajno, Białe, Necko, Studzieniczne, Blizno, Pomorze i kilkadziesiąt mniejszych. Część Puszczy Augustowskiej została objęta ochroną w formie parku narodowego. Jest to Wigierski Park Narodowy, który został powołany celem ochrony unikatowego w skali europejskiej Jeziora Wigry i otaczających go drzewostanów z 42 mniejszymi jeziorami. Jezioro Wigry zajmuje obszar 2187 ha i pod względem krajobrazowym jest bardzo interesującym akwenem. Charakteryzuje się krętą linią brzegową, urozmaiconą wyspami, zatokami i przybrzeżnymi płycznami. Atrakcją turystyczną Puszczy jest także Kanał Augustowski, który zaczyna się od ujścia rzeki Netty do Biebrzy i kończy się ujściem do Niemna na terenie Białorusi. Puszcza Augustowska nadaje się do terapii rekreacji „leśno-wodnej”, głównie spływów kajakowych, wycieczek rowerowych i samochodowych. Obszar Puszczy Augustowskiej ma stosunkowo dobrze rozwiniętą infrastrukturę turystyczną.

Warto odnotować, że Puszcza Augustowska jest jednym z czterech połączonych ze sobą kompleksów leśnych, co stwarza możliwość wyznaczenia wielodniowych, kilkuset kilometrowych leśnych tras terapeutyczno-rekreacyjnych. Z lasami Puszczy Augustowskiej stykają się lasy Puszczy Grodzieńskiej. Jest to obszar leśny o powierzchni prawie 1500 km² z drzewostanami podobnymi do augustowskich. Znaczna część obszaru tej Puszczy jest objęta ochroną w formie Państwowego Krajobrazowego Rezerwatu „Puszcza Grodzieńska”. Jest to najbardziej ekologiczny rejon Białorusi, stosunkowo dobrze zagospodarowany pod względem turystycznym. Dalej na wschód od Niemna, przy granicy białorusko-litewskiej znajduje się trzeci duży kompleks leśny – Puszcza Nalibocka o powierzchni 2400 km². Przeważają drzewostany świerkowo-sosnowe ze znaczną domieszką drzew liściastych, głównie brzozy. Teren pagórkowaty i falisty z niewielką liczbą jezior. Obszar interesujący pod względem krajobrazowym, jednak stosunkowo słabo zagospodarowany turystycznie. Na Litwie, przy granicy z Białorusią, znajduje się czarty duży kompleks Lasy Wschodniej Dzukii o powierzchni około 1600 km². Na obszarze tym dominują bory sosnowe, jest dużo czystych i malowniczo położonych jezior. Część tego obszaru jest objęta ochroną w formie parku narodowego (Dzukijski Park Narodowy), dwóch rezerwatów przyrody oraz dwóch parków regionalnych. Teren stosunkowo dobrze zagospodarowany pod względem potrzeb rekreacyjnych. W tym regionie istnieje dziesięć przejść granicznych między Litwą i Białorusią oraz planowane dwa przejścia między Polską i Białorusią.

6. Dolina Bugu od Włodawy do Ciechanowca. Jest to malowniczy obszar o powierzchni około 1260 km². Cechą charakterystyczną tego rejonu jest urozmaicony krajobraz, ładnie zarysowane wzgórza, niepoddana regulacji meandrująca rzeka. Przyroda wolna od ludzkiej ingerencji tworzy wiele unikatowych mikrokrajobrazów. Znaczna część Doliny jest objęta ochroną. W górnej części znajduje się Park Krajobrazowy Podlaski Przełom Bugu (310 km²), w dolnej zaś Sobiborski Park Krajobrazowy oraz po stronie białoruskiej Park

Krajobrazowy „Nadbużańskaje Polesie” i po stronie ukraińskiej Szacki Park Narodowy. Jest to teren nadający się do długodystansowych przejazdów rowerowych, przejazdów na pojazdach konnych, a także wycieczek samochodowych. Obszar stosunkowo słabo zagospodarowany pod względem turystycznym.

7. Wzgórza Suwalskie i Litewskie to niewielki obszar o powierzchni około 150 km² o niezwykle malowniczym krajobrazie polodowcowym. Umowna granica tego obszaru przebiega od Sejn poprzez miejscowości: Suwałki, Filipów, Żytkiejmy i Wiżajny w Polsce oraz Kalvarija, Šeštokai i Lazdijai na Litwie. Północno-zachodnia część tego obszaru została objęta ochroną w formie Suwalskiego Parku Krajobrazowego. Obszar stosunkowo dobrze zagospodarowany pod względem turystycznym.

Kultura ludowa jako element Europejskiego Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji

Podlasie i Suwalszczyzna to region o ciekawej historii i bogatej tradycji zarówno materialnej i niematerialnej. Kultura tego regionu kształtowała się pod wpływem osiedlających się tu Mazowszan, Mazurów, Litwinów, Rusinów, Żydów, Tatarów, Rosjan, Niemców i Holendrów oraz przemierzających te okolice cygańskich taborów. Każda z tych grup przynosiła tradycyjne i tworzyła nowe, własne obyczaje, stroje, przedmioty użytkowe, narzędzia, oryginalne elementy budowlane, sztukę ludową. Wieloaspektowość i różnorodność narodowa i kulturowa zaowocowała powstaniem swego rodzaju podlaskiego stylu kulturowego, do której swój wkład wnieśli wszystkie nacje. Na pograniczu polsko-białoruskim zachowało się jeszcze wiele artefaktów, specyficznych dla regionalnej kultury. Można wymienić chociażby takie, jak drewniane chaty, często z ozdobnymi okiennicami i narożnikami (np. we wsiach Soce, Trześcianka, Puchły), gliniane i kamienne budynki gospodarcze (okolice Sejn oraz Radziłowa), odświętny strój ludowy, narzędzia oraz przedmioty codziennego użytku, wykonane z naturalnych materiałów, tradycyjną techniką z wykorzystaniem specyficznych regionalnych wzorów. Do dnia dzisiejszego produkuje się dwuosnowowe wełniane dywany (Janów), najprzeróżniejsze wyroby gliniane, jak: dzbany, misy, garnki, wazy, „makotry” (Czarna Wieś). Tutaj funkcjonują jeszcze czynne warsztaty kowalskie, które zajmują się kowalstwem dekoracyjnym tworząc takie przedmioty, jak: świeczniki, wieszaki, szpady, rzeźby z metalu, a także dekoracyjne, metalowe płyty i bramy (Czarna Białostocka). W Zamczysku funkcjonuje ostatnia już w tym regionie ręczna wytwórnia drewnianych łyżek. W każdym z tych warsztatów można odwiedzać i zobaczyć zarówno eksponaty, jak i proces ich wyrobu.

Adam Szczepanowski (2013) dokonał inwentaryzacji znanych kulturowych atrakcji turystycznych województwa podlaskiego. Odnotował kilkadziesiąt obiektów i cyklicznych przedsięwzięć kulturalnych, w tym dużą grupę obiektów sakralnych, jak: kościoły, cerkwie i monasteria, meczety, synagogi, historyczne cmentarze, sanktuaria; muzea, skanseny i sta-

łe wystawy kultury ludowej, historyczne budowle i układ urbanistyczny miast; festiwale; atrakcje regionalnej kuchni.

Niemniej interesujące są walory i atrakcje kulturowe zachodniej części Białorusi. Przykładowo w odległości około 30 km od Grodna znajduje się wieś, żywy skansen budownictwa wiejskiego i kultury ludowej. Jest to normalnie funkcjonująca wieś, której mieszkańcy otrzymują wynagrodzenie za utrzymanie w dobrym stanie historycznego układu wsi i znajdujących się tam budowli oraz za kultywowanie i udostępnianie turystom białoruskiej kultury ludowej. W Grodnie zaś jest organizowany Festiwal Kultury Narodów Grodzieńszczyzny. Każda spośród 12 zamieszkujących tu narodowości przedstawia swoje kulturowe artefakty: muzykę, taniec, wystawy rękodzieła, obrazy, a przede wszystkim serwuje narodowe dania i napoje.

Na Litwie w rejonie Druskiennik znajduje się Muzeum Socrealizmu, w którym na kilkudziesięciu hektarach zgromadzono różne pomniki stawiane w okresie Litewskiej Socjalistycznej Republiki Radzieckiej.

Atrakcje kulturowe stanowią istotne uzupełnienie procesu zielonej terapii i rekreacji. Mogą one być celem pieszych lub rowerowych wędrowek ścieżkami wśród lasów, pól i łąk. Mogą być także celem autokarowych wycieczek prowadzonych lokalnymi drogami wśród malowniczych krajobrazów.

Podstawowe uwarunkowania tworzenia regionu zielonej terapii i rekreacji

Potencjał danego regionu w zakresie zielonej terapii i rekreacji stanowią:

- walory turystyczno-krajoznawcze, terapeutyczne i rekreacyjne obszarów leśnych, polnych i łąkowych oraz ich odpowiednie zagospodarowanie,
- baza noclegowo-wyżywieniowa,
- kadra organizatorów turystyki oraz specjalistów zielonej terapii i rekreacji,
- dostępność komunikacyjna,
- uwarunkowania polityczne, ekonomiczne, kulturowe i społeczne.

Walory to cechy przyrody, które mogą być wykorzystane w procesach terapii i rekreacji psychicznej. W znacznej części są one już rozpoznane i wykorzystywane w turystyce krajoznawczo-przyrodniczej. Są jednak i takie, którymi turystyka krajoznawczo-przyrodnicza się nie interesuje, na przykład właściwości terapeutyczne i relaksacyjne niektórych gatunków drzew lub wybranych drzewostanów. Warto podkreślić, że te same gatunki i podobne drzewostany mogą mieć różne oddziaływanie na organizm ludzki, ponieważ mają inne podłoże skalne i glebowe, różną wilgotność oraz odmienny mikroklimat (nasłonecznienie, promieniowanie ziemskie, siła i kierunek wiatru). Stąd tworzenie ośrodków zielonej terapii i rekreacji powinno być poprzedzone inwentaryzacją walorów otaczającej przyrody. Wyniki

inwentaryzacji powinny stanowić podstawę lokalnego i regionalnego zagospodarowania turystycznego, skoncentrowanego wokół Ośrodków recepcji turystycznej. Identyfikacja i zagospodarowanie walorów przyrody służących zielonej terapii i rekreacji mogą stanowić istotne uzupełnienie i urozmaicenie tradycyjnej oferty turystycznej (Kaczmarek, Stasiak, Włodarczyk 2005, s. 52).

Baza noclegowo-żywnościowa stanowi ważny element procesu psychicznej terapii i rekreacji. Najlepiej do tego nadają się niewielkie obiekty, zapewniające spokój i komfort wypoczynku bez nadmiaru hałaśliwych imprez, szczególnie nocnych. Sieć takich hoteli i restauracji powinna stanowić swego rodzaju „szkielet” proponowanego Centrum. Jednak nie wszyscy rekreanci wolą spokojne miejsca. Niektórzy preferują duże, komfortowe obiekty z szerokim spektrum imprez towarzyszących. Duże obiekty hotelowo-żywnościowe stwarzają możliwość wdrożenia różnych form terapii i rekreacji bezpośrednio w miejscu zakwaterowania, na przykład muzykoterapii, zapachoterapii, możliwości korzystania z basenu czy komory solnej. Część osób preferuje zaś odpoczynek indywidualny lub w kilkuosobowych grupach. Dla nich najlepszy jest pobyt w gospodarstwach agroturystycznych z indywidualnym programem terapeutycznym lub rekreacyjnym w pobliskich ekosystemach albo z dowozem lub samodzielnym dojazdem na zajęcia do hotelowych grup rekreacyjnych.

O powodzeniu każdej inicjatywy, a szczególnie nowego produktu turystycznego, decyduje kadra specjalistów. Potrzebni są między innymi: specjaliści od organizacji turystyki i imprez kulturalnych, lekarze psychiatry, psychologowie, piloci i przewodnicy grup terapeutycznych i rekreacyjnych, a także hodowcy koni i woźnicy, rolnicy specjalizujący się w produkcji zdrowej żywności i wielu innych. W regionie funkcjonuje co najmniej dziesięć wyższych uczelni, które prowadzą kierunki studiów kształcących kadrę potrzebną do obsługi procesu zielonej terapii i rekreacji. Tylko w uczelniach Białegostoku, Białej Podlaskiej i Lublina kształcą się studenci na takich kierunkach lub specjalnościach, jak: turystyka i rekreacja, psychologia, kierunek lekarski z możliwością zdobycia specjalizacji z psychiatrii, fizykoterapia, kosmetologia, zielarstwo i terapie roślinne, hipologia i jeździectwo, dietetyka, technologia żywności i żywienia, inżynier środowiska (kierunek przyrodniczy), leśnictwo. Specjaliści z tego zakresu mogą znaleźć stałe lub doraźne zatrudnienie w proponowanym Europejskim Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji.

Powodzenie w tworzeniu nowego produktu turystycznego w dużym stopniu zależy od umiejętności i aktywności organizatorów poszczególnych ogniw tego procesu. Planista nie jest w stanie rozwiązać wszystkich problemów. Stąd już na etapie opracowywania projektu konieczne jest zapoznanie z ogólnymi założeniami koncepcji tych, którzy potencjalnie będą uczestniczyć w jej realizacji, na przykład prezesów firm i organizacji turystycznych już działających na tym terenie, czy trzon przyszłej kadry specjalistów zatrudnionych lub związanych z Centrum. Powinni oni dokładnie poznać proces zielonej terapii i rekreacji oraz wypracować własną wizję uczestnictwa w tym procesie. Musi być jasno zdefiniowany sposób i zakres koordynacji wszystkich jednostek organizacyjnych działających w ramach

proponowanego Centrum, a także wskazane (uzmysłowione) sposoby współdziałania między tymi jednostkami.

Dostępność komunikacyjna jest rozumiana w szerokim tego słowa znaczeniu, jako możliwość dotarcia na miejsce i przemieszczania się po obszarze różnym transportem. Należy zapewnić zorganizowany dojazd kuracjuszy z najbliższego lotniska lub stacji kolejowej. Region polsko-litewsko-białoruskiego pogranicza jest powiązany z centrum Polski ciągami kolejowymi i drogowymi. Istnieje możliwość korzystania z transportu lotniczego⁴. Warto podkreślić, że w regionie udało się zapewnić normalny dojazd do każdej miejscowości a jednocześnie utrzymać charakterystyczną odmienność (swego rodzaju lokalność i pierwotność) sieci drogowej na tym obszarze.

Ważna jest także organizacja transportu lokalnego od miejsca zakwaterowania do miejsc rekreacji lub zajęć terapeutycznych. Należy zdecydowanie preferować zbiorowy dojazd rekreantów, szczególnie do miejsc rekreacji w ekosystemach lub do atrakcji przyrodniczych. Nadmierny ruch samochodowy po lokalnych drogach może być uciążliwy dla mieszkańców, prowadzić do degradacji terapeutyczno-rekreacyjnych właściwości obiektów przyrodniczych oraz powodować osłabienie efektów kuracji.

Uwarunkowania polityczne w aspekcie wewnątrz krajowym dotyczą głównie warunków podejmowania i prowadzenia działalności gospodarczej, możliwości zrzeszania się osób prawnych i fizycznych, np. w celu tworzenia specjalistycznych grup obsługi turystów, takich jak: piloci i przewodnicy grup terapeutyczno-rekreacyjnych, właściciele pojazdów konnych, ogrodnicy, producenci zdrowej, testowanej żywności, hotelarze.

Uwarunkowania polityczne w aspekcie międzynarodowym ułatwiają lub ograniczają możliwość wykorzystania walorów terapeutycznych i rekreacyjnych regionów przygranicznych. Dotyczy to na przykład łatwości przekraczania granicy, czy kosztów wizy i czasu jej uzyskania. Na projektowanym obszarze Polska i Litwa należą do Układu Schengen, więc dla turystów granica jest tylko swego rodzaju atrakcją turystyczną, natomiast przekraczanie granicy z Białorusią wymaga wizy, ale wydawanie wiz turystycznych w Konsulacie Republiki Białoruś w Białymstoku odbywa się prawie na bieżąco⁵. Na proponowanym obszarze jest 15 przejść drogowych na granicy litewsko-białoruskiej oraz 7 takich przejść na granicy polsko-białoruskiej, zaś 3 kolejne są przygotowywane.

Uwarunkowania społeczne w znacznej mierze są powiązane z politycznymi. To polityka i związana z nią propaganda kształtują stosunek do turystów, szczególnie obcokrajowców. W analizowanym regionie nie odnotowano widocznej niechęci do turystów. Społeczności lokalne przyjaźnie przyjmują zarówno turystów krajowych, jak i zagranicznych, odnoszą

⁴ Lotniska funkcjonują w Wilnie, Grodnie i Brześciu, a na etapie przygotowania do budowy jest lotnisko regionalne w Białymstoku.

⁵ W 2013 roku czas oczekiwania na zbiorową wizę turystyczną nie przekraczał trzech dni.

się z pełnym zrozumieniem do ich potrzeb, w tym do potrzeby wyciszenia się w „morzu zieleni“.

Uwarunkowania ekonomiczne mogą mieć charakter ogólny, na przykład stan zamożności, czy wysokość zarobków, które decydują, jak często i w jakim zakresie przedstawiciele klasy kreatywnej mogą skorzystać z oferty zielonej terapii. Istotne znaczenie mają także kursy walut. Przy relacji między białoruskim rublem a euro, którą zanotowano w 2013 roku, odpoczynek mieszkańców Unii Europejskiej na Białorusi był cenowo atrakcyjny. Pewnym problemem może być zmowa cenowa organizatorów wypoczynku – hotelarzy, restauratorów, firm transportowych, a nawet przewodników. Stąd w procesie tworzenia i realizacji koncepcji Europejskiego Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji musi być uwzględniony aspekt konkurencji.

Specyfikacja zadań badawczych i wdrożeniowych

Idea utworzenia Europejskiego Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji wymaga wykonania wielu prac badawczo-planistycznych opisujących, uściślających i organizujących proces, a także działań wdrożeniowych angażujących firmy turystyczne, miejscową społeczność, studentów kierunków i specjalizacji niezbędnych dla funkcjonowania Centrum. Wymaga to utworzenia międzydyscyplinarnego i międzynarodowego zespołu projektowego, który podejmie wyzwanie znalezienia odpowiedzi na wiele zagadnień niezbędnych do rozwiązania na etapie prac badawczo-projektowych. Przykładowo można wskazać następujące problemy:

1. Opracowanie takich ekspertyz, jak:
 - wymogi i zasady terapii zmęczenia psychicznego, rekreacji psychicznej w środowisku przyrodniczym z jednoczesnym wzmocnieniem sił fizycznych organizmu;
 - terapeutyczne i rekreacyjne właściwości przyrodniczych krajobrazów, ekosystemów, drzewostanów, wybranych gatunków drzew i zwierząt, kwiatów, kolorów, zapachów oraz sposobu ich wykorzystania w procesie zielonej terapii i rekreacji;
 - architektoniczna wizualizacja obiektów kubaturowych i małej architektury, realizowanych (budowanych lub przystosowywanych) na potrzeby zielonej terapii i rekreacji;
2. Opracowanie zasad tworzenia długodystansowych korytarzy widokowo-krajobrazowych, służących zielonej terapii i rekreacji oraz ich wyznaczenie w terenie z jednoczesnym określeniem dopuszczalnego obciążenia antropogenicznego w najbardziej wrażliwych (neuralgicznych) punktach;
3. Opracowanie zasad lokalizacji Ośrodków Zielonej Terapii i Rekreacji, wskazanie miejsc najbardziej predestynowanych do realizacji tego celu;

4. Przeprowadzenie inwentaryzacji zagospodarowania turystycznego wyznaczonych obszarów i ciągów (korytarzy) wraz z oceną możliwości wykorzystania istniejących obiektów i urządzeń na potrzeby zielonej terapii oraz wskazaniem niezbędnych uzupełnień;
5. Przeprowadzenie inwentaryzacji gospodarstw agroturystycznych oraz gospodarstw rolnych, które nadają się do tej działalności wraz z określeniem ich możliwej specjalizacji oraz niezbędnych nakładów inwestycyjnych. Opracowanie zestawu priorytetowych zadań inwestycyjnych, niezbędnych dla rozwoju agroturystyki z podziałem na inwestycje indywidualne w gospodarstwach, wiejskie, gminne lub ponad gminne wraz ze wskazaniem źródeł ich finansowania;
6. Opracowanie koncepcji zagospodarowania rekreacyjnego ekosystemów w każdym z wyznaczonych Ośrodków Zielonej Terapii i Rekreacji, w tym:
 - wyznaczenie miejsc rekreacji w ekosystemach oraz ścieżek i dróg dojazdowych do tych miejsc;
 - wyznaczenie i zagospodarowanie rekreacyjnych (krótkich) tras rowerowych w rejonie każdego Ośrodka;
 - opracowanie koncepcji pieszych szlaków rekreacyjno-edukacyjnych dla każdego z ośrodków i ich wyznaczenie w terenie;
 - opracowanie systemu wielojęzycznej elektronicznej informacji dla każdej z wytyczonych tras i ścieżek do korzystania za pomocą telefonii komórkowej;
7. Opracowanie programów wycieczek krajoznawczo-rekreacyjnych lub terapeutycznych: ogólnych i celowych, regionalnych i międzynarodowych o różnym okresie trwania, od jednodniowych do siedmiodniowych wraz z niezbędnymi uzgodnieniami z już istniejącymi jednostkami turystycznymi;
8. Przeprowadzenie konsultacji społecznych opracowanych dokumentów założeń z potencjalnymi inwestorami, lokalnymi władzami i organizacjami. Nawiązanie kontaktów ze światowymi, europejskimi krajowymi firmami turystycznymi celem ich zainteresowania i przekonania o celowości zaangażowania w realizację projektu Europejskie Centrum Zielonej Teorii i Rekreacji;
9. Opracowanie studium wykonalności, zawierającego zadania inwestorów, gospodarzy terenu i lokalnych organizacji turystycznych. Doprowadzenie do zawarcia odpowiednich porozumień między tymi podmiotami;
10. Podjęcie działań informacyjno-organizatorskich wśród miejscowej ludności – od samorządów gminnych, organizacji społecznych do pojedynczych gospodarstw, w tym:
 - zainicjowanie utworzenia:
 - Stowarzyszenia Przewodników „Zielonej Terapii” i udzielenie im pomocy w zakresie profesjonalnego przygotowania zawodowego, ze szczególnym uwzględnieniem opanowania biegłej znajomości języków obcych,

- Stowarzyszenia Producentów Zdrowej Żywności oraz doprowadzenie do podpisania listów intencyjnych na dostawy lokalnej żywności do Ośrodków Zielonej Terapii i Rekreacji,
- Stowarzyszenia Pojazdów Konnych (co najmniej 20 pojazdów konnych przy każdym ośrodku), jednym z jego zadań byłoby uruchomienie w regionie produkcji pojazdów konnych (bryczek i sań);
- wprowadzenie zasady sporządzanie rocznych harmonogramów imprez kulturalnych w regionie, dostępnych dla każdego turnusu turystów;
- przeprowadzenie wstępnej rekrutacji kadr (w porozumieniu z inwestorami), i skierowanie kandydatów na specjalistyczne doształcanie.

Przedstawione wyliczenie nie obejmuje wszystkich prac badawczych i wdrożeniowych, które należałoby wykonać w ramach tak pomyślanego projektu. Niniejsze opracowanie jest tylko swego rodzaju wprowadzeniem do utworzenia zespołu wykonawców projektu i rozpoczęcia merytorycznej dyskusji nad jego ostatecznym kształtem⁶.

Bibliografia

- Bańka A. (2002), *Spoleczna psychologia środowiskowa*. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa.
- Bell P.A., Greene Th.C., Fisher J.D., Baum A. (2004), *Psychologia środowiskowa*, GWP, Gdańsk.
- Bielawska I.B. (2001), *Podstawy turystyki i rekreacji*, Wydawnictwo Politechniki Białostockiej, Białystok.
- Burton E., Mitchel L. (2006), *Inclusive urban design: street for life*, Elsevier/Architectural Press, Oxford.
- Castells M. (2008), *Spoleczeństwo sieci*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Florida R. (2010), *Narodziny klasy kreatywnej*, Narodowe Centrum Kultury, Warszawa.
- Grosjean M., Thibaud J-P., (Eds.) (2001), *L'espace urbain en methods*, Parentheses, Paris.
- Heszen I., Życińska J. (2008), *Psychologia zdrowia: w poszukiwaniu pozytywnych inspiracji*, Academica Wydawnictwo, Warszawa.
- Kaczmarek J., Stasiak A., Włodarczyk B. (2005), *Produkt turystyczny*, PWE, Warszawa.
- Kaplan R., Kaplan S. (1989), *The experience of nature: A psychological perspective*, Cambridge University Press, New York.
- Kataryńczuk M.L. (2007), *Terapia dźwiękiem*, Wydawnictwo Uniwersytetu Zielonogóskiego, Zielona Góra.

⁶ Wybrane aspekty tej koncepcji były prezentowane w wystąpieniach autora: *Przemysł turystyczny na pograniczu Polsko-Białoruskim*, na X Międzynarodowej Konferencji Naukowej pt. *Nowe wyzwania gospodarki turystycznej na poziomie lokalnym, regionalnym i międzynarodowym*, Politechnika Białostocka i Uniwersytet w Grodnie, Białystok-Grodno, 23-25.09.2011; *Koncepcja Europejskiego Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji w Północno-wschodniej Polsce* na Sympozjum pt. *Turystyka w badaniach naukowych – stan i perspektywy rozwoju*, Szkoła Główna Turystyki i Rekreacji, Warszawa 9-10.05.2013; *Europejskie Centrum Zielonej Terapii i Rekreacji*, na Niemiecko-Polskiej Konferencji Naukowej pt. *Spoleczno-ekonomiczne uwarunkowania turystyki transgranicznej*, Universität Greifswald, Zachodniopomorski Uniwersytet Technologiczny w Szczecinie, Greifswald, 25.11.2013.

- Krzymowska-Kostrowicka A. (1997), *Geoekologia turystyki i wypoczynku*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Lyubomirsky S. (2011), *Wybierz szczęście*, Wydawnictwo Laurum, Warszawa.
- Mayer B., Milewski D. (red.) (2009), *Strategia rozwoju turystyki w regionie*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Owsiak J. (2012), *Wybrane problemy turystyki zdrowotnej w Polsce*, „Problemy Turystyki i Rekreacji”, nr 4.
- Program gospodarczo-ochronny Leśnego Kompleksu Promocyjnego „Puszcza Knyszyńska”* (2013), Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Białymstoku, Białystok.
- Sidorowicz S. (2008), *Prozdrowotność muzykoterapii*, (w:) Siemień M., Siemień T. (red.), *Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław.
- Stachyra K., Grudzińska E. (2007), *Muzykoterapia i terapia przez sztuki plastyczne w piśmiennictwie polskojęzycznym*, Wydawnictwo UMCS, Lublin.
- Szczepanowski A.E. (2011), *Walory i atrakcje turystyczne Województwa Podlaskiego*, tom I *Atrakcje przyrodnicze*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Finansów i Zarządzania, Białystok.
- Szczepanowski A.E. (2013), *Walory i atrakcje turystyczne Województwa Podlaskiego*, tom II *Atrakcje kulturowe*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Finansów i Zarządzania, Białystok.
- Szulc W. (2011), *Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Difin, Warszawa.
- Trzebińska E. (2008), *Psychologia pozytywna*, Wydawnictwa Naukowe i Profesjonalne, Warszawa.
- Wilson E.O. (1984), *Biophilia. The human Bond with other species*, Harvard University Press, Cambridge.
- Winiarski R., Zdebski J. (2008), *Psychologia turystyki*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa.
- Wolski J. (1970), *Turystyka zdrowotna a uzdrowiska europejskich krajów socjalistycznych*, „Problemy Uzdrowiskowe”, nr 5.
- Zimbaro P.G. (1994), *Psychologia i życie*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.

Green Therapy and Recreation as a New Tourist Product

Summary

The elaboration is dedicated to the presentation of the concept of research and implementation project known as the European Centre of Green Therapy and Recreation, which is located at the Polish-Lithuanian-Belarussian border. In this paper, green therapy and recreation were related to physical tiredness and regeneration of man's creative power. These undertakings are addressed mainly to the Creative Class theory by Richard Florida. The article presents three problems. The first problem regards the theoretical bases of psychotherapeutic influence of nature, with reference to the Biophilia theory by E. O. Wilson and the Attention Restoration theory by R. Kaplan and S. Kaplan. Reference was also made to results of the research conducted by A. Krzymowska-Kostrowicka, R. S. Ulrich, P. A. Bell, S. Lyubomirsky and other scientists. There were also demonstrated the selected methods of analysing the usefulness of ecosystems for therapy and recreation needs: the 'transect walk' method and index of emotional reaction to the environment by J. A. Russel and U. F. Lanius. The second issue

is the presentation of large natural areas at the Polish-Lithuanian-Belarussian border and the possibilities of using them for green therapy and recreation. Supplementation of the biological and landscape diversity of these areas is the unique cultural diversification of this region. Third issue presented in this paper regards specification of problems that need to be solved in the research and development project.

Key words: health tourism, green therapy, green recreation, psychotherapeutic impact, green therapy areas and centres, tourist development for the needs of green therapy and recreation, research and development project.

© All rights reserved

Afiliacja:

prof. dr hab. Bazyli Poskrobko

Uniwersytet w Białymstoku

Wydział Ekonomii i Zarządzania

ul. Warszawska 63

15-062 Białystok

tel.: 85 745 77 21

e-mail: b.poskrobko@uwb.edu.pl