



# Do Karczmiska

przewodnik po ścieżce dydaktycznej



Polskie  
Parki Narodowe



Kampinoski  
Park Narodowy





# Do Karczmiska

przewodnik po ścieżce dydaktycznej

---



Kampinoski  
Park Narodowy

*Gdy w bory i lasy  
Zagłębiasz się Puszczy,  
Wśród wydm, gdzie leżą mokradła.  
O słońca zachodzie,  
Gdy opar się wznosi,  
Otoczą cię dziwne widziadła...*

J. Bobiński „Wczoraj dziś jutro Puszczy Kampinoskiej” 1960



Kampinoski Park Narodowy  
ul. Tetmajera 38, 05-080 Izabelin  
kampinoski-pn.gov.pl • dyrekcja@kampinoski-pn.gov.pl

**redakcja i korekta:**

Katarzyna Fidler, Tomasz Hryniewicki, Magdalena Kamińska,  
Małgorzata Mickiewicz, Ewa Siatecka

**teksty:**

Magdalena Kamińska, Grzegorz Okołów, Ewa Siatecka

**zdjęcia:**

Katarzyna Fidler, Magdalena Kamińska, Anna Kębtowska,  
Dawid Marczak, Dorota Matuszyk, Krzysztof Niedbała, Joanna  
i Andrzej Pachowscy, Jolanta Siatecka, Maciej Szajowski

**zdjęcia archiwalne:**

Roman Kobendza, Andrzej Mickiewicz

**copyright:**

© Kampinoski Park Narodowy

© Wydawnictwo Epograf  
ul. Traktowa 6, 05-800 Pruszków  
epograf.pl • wydawnictwo@epograf.pl

ISBN 978-83-62910-70-0

Wydanie I

**redakcja techniczna:**

Anna Sowa

**projekt graficzny:**

Krzysztof Niedbała

**druk:**

EU

Nakład: 5 000 egz.

egzemplarz bezpłatny



Fundusze  
Europejskie  
Infrastruktura i Środowisko



Rzeczpospolita  
Polska

Unia Europejska  
Fundusz Spójności



## Kampinoski Park Narodowy

Piękno Puszczy Kampinoskiej już w początkach ubiegłego stulecia fascynowało przyrodników i badaczy, którzy dostrzegali potrzebę ochrony tego szczególnego miejsca. W latach 30. ubiegłego wieku profesorowie Jadwiga i Roman Kobenzowie rozpoczęli usilne starania o objęcie puszczy ochroną w formie parku narodowego. Pierwszymi owocami tych działań było utworzenie w 1936 r. rezerwatu „Granica”, a rok później rezerwatu „Sieraków”. Główny cel dążeń ziścił się jednak dopiero w 1959 r. Na mocy rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 16.01.1959 r. utworzono Kampinoski Park Narodowy. Powołany został w celu ochrony najlepiej w Europie zachowanych zespołów wydm śródlądowych, naturalnych zbiorowisk bagiennych i leśnych, bogatej flory i fauny, a także wielu pamiątek polskiej historii i kultury. Powierzchnia parku aktualnie wynosi 38 544,33 ha, z czego 72,40 ha zajmuje Ośrodek Hodowli Żubrów im. prezydenta RP Ignacego Mościckiego w Smardzewicach k. Tomaszowa Mazowieckiego. Jest to drugi co do wielkości spośród 23 polskich parków narodowych i jednocześnie jedyny sąsiadujący ze stolicą. To wymarzony teren do pieszych – dłuższych – wędrowek oraz wypraw rowerowych. Sieć szlaków turystycznych pokrywa wszystkie najatrakcyjniejsze turystycznie i przyrodniczo rejony parku, umożliwia planowanie różnorodnych tras i dostosowanie ich do możliwości kondycyjnych odwiedzających. „Pierwsze wycieczki powinny być niezbyt długie, a ich celem należy uczynić miejsca szczególnie charakterystyczne dla przyrody Puszczy i jej zabytków” – radzi Lechosław Herz w przewodniku



Wspólny czas w drodze do Karczmiska

turystycznym „Puszcza Kampinoska” (Rewasz Oficyna Wydawnicza, Pruszków 2022). Jednym z takich miejsc jest ścieżka dydaktyczna „Do Karczmiska”, a przewodnik, który Państwo czytacie będzie pomocny w jej poznaniu. Zanim jednak wyruszy Państwo na wędrowkę „Do Karczmiska”, przedstawimy garść informacji ogólnych o Kampinoskim Parku Narodowym. W jego granicach znajdują się rozległe obszary Puszczy Kampinoskiej, położone w pradolinie Wisły. Puszcza tworzy wyraźnie wyodrębniony układ przyrodniczy, usytuowany w punkcie węzłowym korytarzy ekologicznych doliny Wisły,

Bugu i Narwi o znaczeniu europejskim. Teren ten został ukształtowany w okresie ostatniego zlodowacenia przez wody wypływające z topniejącego lądolodu oraz rzeki płynące z południa i wschodu, które odpływały do Morza Północnego szerokim na 18 km korytem Prawiśły. Wyspy i ławice dały początek wydmom, a w dawnych korytach i starorzeczach wytworzyły się tereny bagiennie. Tak powstały dwa ułożone równoleżnikowo pasy wydmore oraz leżące pomiędzy nimi dwa pasy bagiennie. Dodatkowo wśród kompleksów wydmy ukształtowały się podmokłe zagłębienia, a na terenach bagiennych piaszczyste wzniesienia oraz niewielkie wydmy.



Kukulka szerokolistna – bylina należąca do rodziny storczykowatych

Duże zróżnicowanie siedlisk – od bagiennych po skrajnie suche – powoduje, że występuje tu blisko 150 zbiorowisk roślinnych, co stanowi 1/3 wszystkich zbiorowisk opisanych w Polsce. Tworzą je rośliny naczyniowe, mszaki i porosty. Wśród nich znajdują się gatunki reliktowe oraz charakterystyczne dla różnych stref geograficznych jak relikty epoki polodowcowej – chamedafne północna, gatunki borealne – zimoziół północny i kosaciec syberyjski, relikty pontyjskie – wisienska kwaśna i wężymord stepowy, czy też endemit

środkoeuropejski – brzoza ciemna. Wiele roślin objętych jest ochroną całkowitą, m.in. lilia złotogłów, sasanka łąkowa i storczyki. W parku występuje obfitość gatunków drzew i krzewów. Głównym gatunkiem lasotwórczym jest sosna, a także olcha czarna, dąb szypułkowy i bezszypułkowy oraz brzoza brodawkowata i omszona. Lasy zajmują ponad 70% powierzchni parku, resztę stanowią zbiorowiska nieleśne.

Tereny wydmore są niemal całkowicie pokryte lasami, wśród których dominują bory sosnowe świeże i mieszane. Niewielkie fragmenty wydmy pokrywają ciepłolubne zbiorowiska napiaskowe i kserotermiczne. Na żyznych glebach na stokach i podnóżach wydmy oraz na mineralnych wyspach wśród bagien rosną grądy – wielogatunkowe lasy liściaste złożone z dębów, grabów, lip i klonów. Zbiorowiskami leśnymi terenów bagiennych są olsy o charakterystycznej mozaikowej, kępkowo-dolinkowej budowie. Brzegi cieków wodnych porastają łągi jesionowo-olszowe.

Naturalnymi zbiorowiskami otwartych terenów bagiennych są turzycowiska, które obecnie w dużych fragmentach zachowały się w południowej części parku. W przeszłości wiele terenów bagiennych zostało wylesionych, osuszonych i przekształconych w łąki, pastwiska i pola.

Kampinoski Park Narodowy jest jedną z najważniejszych ostoi fauny niżu polskiego. Szacuje się, że może tutaj występować połowa rodzimej fauny Polski. Najliczniejszą grupę zwierząt stanowią bezkręgowce. Puszcza Kampinowska jest miejscem występowania wszystkich nizinnych gatunków płazów oraz gadów. Na terenie parku i strefy ochronnej gnieździ się kilkadziesiąt gatunków ptaków, wśród nich są bociany czarne, żurawie, orliki krzykliwe i bieliki. Na terenach otwartych licznie występuje derkacz – gatunek z Czerwonej listy ptaków Polski. Miejscem zimowania dużej ilości ptaków wodnych jest pobliska Wisła. Występowanie na terenie parku wielu rzadkich i zagrożonych wyginięciem ptaków, a zwłaszcza świerszczaka i derkacza, zadecydowało o uznaniu w 1999 roku przez Parlament Europejski tego obszaru za ostoję ptaków o randze europejskiej.

Największym z żyjących tu ssaków jest łoś, będący symbolem Kampinoskiego Parku Narodowego. Liczne są sarny, dziki i jelenie. W puszczańskich ostępach mieszkają rysie oraz wilki. Nad niektórymi ciekami wodnymi oraz starorzeczami Wisły spotykana jest wydra. Liczne są bobry, które zasiedliły niemal wszystkie ciekie wodne i zaczęły kolonizować tereny sąsiednie – Wisłę i Bzurę. W parku żyją również nietoperze, w tym najmniejszy polski nietoperz – karlik drobny.



Łoś – herbowe zwierzę Kampinoskiego Parku Narodowego

Zadaniem parku jest także ochrona pamiątek historii i kultury. W przeszłości Puszcza Kampinowska była miejscem wielu wojen, powstań i bitew. Najkrwawszym był okres II wojny światowej. We wrześniu 1939 toczyły tutaj walki idące na odsiecz Warszawie armie „Poznań” i „Pomorze”. W czasie okupacji puszcza była schronieniem i miejscem szkolenia żołnierzy AK „Kampinos”. Działający w puszczy partyzanci przez 2 miesiące

nieśli pomoc powstaniu warszawskiemu. Świadectwem tamtych mrocznych czasów są cmentarze wojenne i partyzanckie oraz rozsiane po całej puszczy mogiły. Ponadto w parku i jego sąsiedztwie znajduje się wiele zabytków architektury, z których najszynniejsze związane są z życiem Fryderyka Chopina.

Najbardziej wartościowe fragmenty parku objęte są ochroną ścisłą w ramach wyznaczonych 22 obszarów. Poszczególne obszary mają własne nazwy, określoną powierzchnię i sprecyzowany cel ochrony. Największy z nich Sieraków położony jest zaledwie kilka kilometrów od granic Warszawy. Na terenach nie objętych ochroną ścisłą prowadzone są różnorodnie zabiegi w zakresie ochrony czynnej jak np.: przebudowa drzewostanów, odtwarzanie zakłóconych stosunków wodnych, reintrodukcja występujących tu wcześniej gatunków roślin i zwierząt oraz utrzymanie terenów otwartych. Celem tych działań jest przyśpieszenie regeneracji i unaturalnienia przyrody zniekształconej przed powstaniem parku lub zachowanie walorów przyrodniczych, zbiorowisk roślinnych oraz gatunków roślin i zwierząt.



Tradycyjny mazowiecki krajobraz z głowiastymi wierzbami

Bezcenną wartością jest zachowany tradycyjny mazowiecki krajobraz, z mozaiką pól i pastwisk, głowiastymi wierzbami i stawianymi na zimę stogami siana. W granicach parku znajduje się ponad sto drzew pomnikowych. Najliczniejszą grupę stanowią dęby, mniej liczne są lipy, klony, jesiony, sosny. Najstarszym jest ponad 400-letni „Dąb Kobendzy”.



Ze względu na wartości przyrodnicze oraz znaczenie społeczne w 2000 roku Kampinoski Park Narodowy wraz ze strefą ochronną został uznany przez UNESCO za Światowy Rezerwat Biosfery pod nazwą „Puszcza Kampinowska”.

Park stanowi – co już było wspomniane – ważną bazę rekreacyjno-wypoczynkową dla stolicy. Na turystów, oprócz szlaków czekają polany wypoczynkowe zlokalizowane w pobliżu parkingów. Na szlakach znajdują się urządzenia małej architektury turystycznej (ławki, zadaszenia, tablice informacyjne, kładki i in.).

Park prowadzi ożywioną działalność edukacyjną i posiada rozbudowaną bazę dydaktyczną. Na zwiedzających czeka tu jednak przede wszystkim świeże powietrze, cisza oraz bezpośrednia możliwość obcowania z dziką przyrodą. To bezcenne!

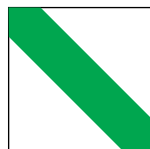
Wybierając się do Puszczy Kampinoskiej, miejmy więc na względzie przede wszystkim dobro i spokój jej mieszkańców. Nie możemy zapominać o tym, że jako goście parku narodowego mamy nie tylko prawa, ale też szczególne obowiązki.

W parku wytyczono 10 ścieżek dydaktycznych. Dzięki ich różnorodności można tu dogłębnie poznać Puszcę Kampinoską pod względem przyrodniczym, geologicznym, kulturowym i historycznym, bez konieczności przejścia wszystkich szlaków. Większość ścieżek rozpoczyna się przy parkingach i jest wyposażona w infrastrukturę turystyczną ułatwiającą spacer. Wszystkie ścieżki dy-



Doświadczanie puszczy

daktyczne (często określane także jako edukacyjne) oznakowane są zgodnie z instrukcją znakowania szlaków turystycznych Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego, charakterystycznym białym kwadratem z przecinającym go zielonym paskiem.



# ŚCIEŻKA DYDAKTYCZNA „DO KARCZMISKA”

8

Zapraszamy na wycieczkę ścieżką „Do Karczmiska”. Jest to jedna z najbardziej reprezentatywnych dla parku i niezwykle urokliwych o każdej porze roku tras. Ścieżka jest chętnie odwiedzana i bardzo lubiana wśród turystów i odwiedzających Kampinoski Park Narodowy. Z uwagi na swój charakter, „łatwość” i dostępność, a zarazem ponadprzeciętne walory krajobrazowe, a także przyrodnicze polecamy ją w szczególności osobom, które pierwszy raz wybierają się do parku oraz bardziej wprawionym piechurkom jako wstęp do dalszej wędrówki w głąb puszczy. Z uwagi na obecność długich odcinków wyposażonych w kładki turystyczne trasa nie jest polecana dla rowerzystów, chyba że konieczność ustępowania pieszym oraz zejścia z roweru i jego prowadzenie nie zniechęci.



Turystka przy sośnie kandelabrowej

Ścieżka „Do Karczmiska” ma charakter liniowy, w odróżnieniu od większości ścieżek w parku, które są w formie pętli, dzięki czemu zaprasza do zgłębiania puszczy i kontynuowania wycieczki dalej wybranymi szlakami. Można także wrócić tą samą trasą. Las wygląda inaczej, gdy przemierza się go od drugiej strony. Na pewno nie będzie nudno. Zawsze warto jednak mieć ze sobą mapę i odpowiednio przygotować się przed wyjściem.

Ścieżka ma niecałe 2,8 km długości i 12 punktów przystankowych, na których znajdują się tablice edukacyjne. Rozpoczyna się bezpośrednio przy polanie wypoczynkowej Truskaw, równoległe do krótkiej ścieżki spacerowej i szlaku turystycznego im. Kazimierza W. Wójcickiego o czarnych oznakowaniach. Jest to jeden z najważniejszych, strategicznych punktów wejściowych do Kampinoskiego Parku Narodowego. Ścieżka jednak kończy się przy dawnych wiatrołomach – powierzchni pohuraganowej, w głębi lasu, więc należy zachować siły i mieć na uwadze czas na powrót. Pod koniec trasy, przy przedostatnim przystanku znajduje się wiata turystyczna, gdzie można odpocząć, pożywić się i zdecydować o powrocie tą samą trasą lub kontynuowaniu wyprawy jedną z dróg okrężnych, np. zielonym szlakiem turystycznym w stronę Mogiły Powstańców 1863 r., a następnie przez Żółty Zaborów Leśny lub szlakiem zielonym i niebieskim przez Pocięchę. Szczególnie wprawieni odwiedzający dysponujący większą ilością czasu mogą wybrać czerwony szlak w stronę Wierszy i Roztoki.



Spacerowicze z dziećmi przy tarasie widokowym

i o różnej kondycji fizycznej, a także z wózkiem. Jest tu również niewielki taras widokowy, umożliwiający odpoczynek i obserwację łąk.

Ścieżka oferuje wszystko to, co w parku dla amatora wycieczek jest najciekawsze. Przejście jej pozwala wyraźnie dostrzec najbardziej charakterystyczną cechę krajobrazu

Puszczy Kampinoskiej, jaką jest naprzemienne występowanie piaszczystych wałów wydmych i bagnistych obniżen w ich podnóża. A to wszystko zaledwie 8 km od granic Warszawy! Trasa wiedzie przez bagiennej dolinę Niepust z malowniczymi łąkami uroczyiska Paśniki, które jeszcze do lat 80. ubiegłego wieku były użytkowane rolniczo, następnie prowadzi przez turzycowiska i mineralne wyspy porośnięte urokliwymi kępami jałowców, później skrajem Obszaru Ochrony Ścisłej Cyganka, gdzie można



Splecione brzozy przy ścieżce

zobaczyć grądy i łęgi, a na koniec wkracza w bory sosnowe, którymi pokryte są stoki wyniosłych wydym o swoich nazwach: Zdrojowa i Ćwikowa Góra. Wiele mijanych miejsc daje świadectwo siły vitalnej przyrody. Przykładem są tereny wydmy, których część jeszcze w latach 60. ubiegłego wieku była pozbawiona lasu, a rozwiewany piasek zasypywał łąki i pastwiska. Dzisiaj wydmy porastają ponad 70-letnie bory sosnowe. Najszym celem jest tytułowe Karczmisko, chociaż – po istniejącej tu w XIX w. i początkach XX w. karczmi Niepust, pozostała tylko nazwa i legenda. Prowiant lepiej zabrać ze sobą!

# I – SUKCESJA LASU

10

Sukcesja zbiorowisk roślinnych jest naturalnym procesem rozwoju roślinności i wszędzie tam, gdzie człowiek nie ingeruje – trwa ciągle. Na łąkach Pańniki jeszcze w latach 60. XX wieku można było spotkać pasące się krowy i konie. Po wykupie tych terenów przez park w latach 70. i 80. część gruntów położonych nieco wyżej zalesiono, a tereny podmokłe pozostawiono przyrodzie i wkrótce rozpoczęła się sukcesja lasu. Na łąki świeże i wilgotne najszybciej zaczęły wkraczać drzewa i krzewy, głównie brzozy, osiki, drzewa owocowe, a także olchy.



Brzozy i wierzby jako pierwsze „wkraczają” na łąki

Nieco inaczej przebiegało wkraczanie lasu na wilgotnych fragmentach łąk bagiennych i turzycowisk. Często stadium przejściowym zarastania tych ekosystemów są tzw. łożowiska, czyli zarośla wierzb: szarej (łozy), uszatej, pięciopęcikowej, rokity i innych. Dopiero później pojawiają się drzewa – olchy i brzozy omszone, które będą budować drzewostan regenerującego się olsu.



Utrwalona skarpa wydmy – lata 60. XX w.

Na glebach bardziej suchych np. na łąkach świeżych i pożarzyskach, proces wkraczania lasu jest jeszcze dłuższy. Najpierw pojawiają się tzw. gatunki pionierskie – brzozy i osiki, a w miejscach najsuchszych sosny. Są to gatunki lekkonasienne, których małe nasiona zaopatrzone są w skrzydełka ułatwiające ich rozsiewanie się przez wiatr. W Puszczy Kampinoskiej w wielu

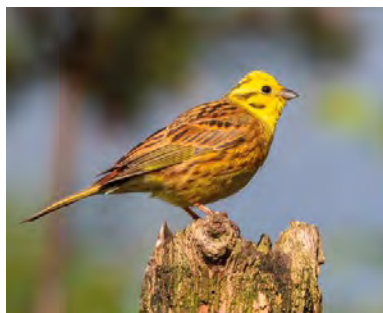
miejscach na gruntach porolnych widać kilkunasto- i kilkudziesięcioletnie tzw. zapusty brzozowe (zapust – ogół młodych drzew, rosnących bez kontroli człowieka na terenie, na którym wcześniej znajdował się las). W miarę wzrostu pojawiają się pod nimi gatunki cienioznośne: dęby, lipy i graby. Wyształcenie się w pełni drzewostanu lasu liściastego może trwać nawet do 300 lat! To właśnie lasy liściaste uważane są za klimaksowe zbiorowiska roślinne naszej strefy geograficznej.



Malownicze łąki uroczyiska Paśniki



Słowik rdzawy



Trznadel

Wraz ze zmianami roślinności, przemianie ulega także świat zwierząt. Zanikają gatunki ptaków i owadów typowe dla terenów otwartych, a na ich miejscu pojawiają się mieszkańcy zarośli – słowik, trznadel, jarzębatka oraz dzierzby: gąsiorok i srokosz, a także wiele cennych gatunków motyli związanych z terenami otwartymi łąk. Za kilkadziesiąt lat w okolicy będą rosnąć wysokopienne grądy, łągi i olsy, jednak na wysształcenie pełnego zbiorowiska leśnego potrzeba co najmniej 100 lat.

Sukcesja lasu może być zatrzymana na dziesiątki lat bez zabiegów z zakresu ochrony czynnej jedynie na fragmentach najbardziej podmokłych turzycowisk i trzcinowisk, gdzie wysoki poziom wody utrzymuje się przez cały rok. Badania prowadzone w latach 90. XX w. i w latach kolejnych wskazały na wyjątkową cennność przyrodniczą łąk, dlatego w wyznaczonych fragmentach zaczęto przywracać regularne koszenia.

## II – OCHRONA CZYNNA

12

Ochrona czynna prowadzona jest na około 70% powierzchni parku. Jej celem jest, z jednej strony, przyspieszenie unaturalnienia przyrody zniekształconej w wyniku długowiekowej działalności człowieka, zwłaszcza ekosystemów leśnych, a z drugiej zachowanie niektórych półnaturalnych ekosystemów związanych z tradycyjną, ekstensywną gospodarką rolną i leśną, wraz z ich charakterystycznym bogactwem świata roślin i zwierząt. W lasach



Sarny na skoszonych łąkach

Zacienianie i zarastanie łąk przez drzewa oraz krzewy ma znaczny wpływ na żyjące tam organizmy i doprowadza do zanikania wielu gatunków związanych z terenami otwartymi. Dla zapewnienia im optymalnych warunków wykonuje się odkrzaczanie i regularne koszenie.



Goździk pyszny

są to najczęściej zabiegi polegające na regulacji składu gatunkowego oraz struktury przestrzennej i wiekowej drzewostanów, zwłaszcza sosnowych – sztucznie posadzonych tu przed laty. Zabiegi te prowadzone są zgodnie z zasadą „krok za przyrodą”, a ich celem jest wsparcie naturalnych procesów przyrodniczych. Na znacznych powierzchniach usuwane są również obce gatunki inwazyjne, np.: czeremcha amerykańska, dąb czerwony i robinia akacja.

Zabiegi przeprowadzane są w terminie i z częstotliwością zależną od typu łąki. Dzięki tym zabiegom staramy się stworzyć miejsca do życia, żerowania i rozmnażania się wielu gatunkom zwierząt, wśród których są, m.in. bezkręgowce np. motyle (modraszek telejus, czerwończyk nieparek), pająki (tygrzyk paskowany), ptaki



Zbiór biomasy na zalanych łąkach bywa trudny ►



Tyrzyk paskowany

(derkacz, pokląskwa, żuraw, myszołów, kszczyk) i ssaki (sarna, jeleń, dzik). Na wykaszanych łąkach spotkać możemy cenne i rzadkie gatunki roślin: mieczyka dachówkowatego, goździka pysznego, nasięźrzała pospolitego i wiele gatunków storczyków. Wszystkie czynności wykonywane są po okresie lęgowym ptaków.

Aktywna ochrona cennych krajobrazowo i przyrodniczo terenów nieleśnych prowadzona jest w celu zachowania bogactwa florystycznego i faunistycznego łąk, muraw i torfowisk oraz zakrzaczeń i zadrzewień, które często w jednym kompleksie współtworzą różnorodną mozaikę siedlisk.



Nasięźrzała pospolity



Koszenia mechaniczne – jeden ze sposobów aktywnej ochrony łąk i muraw



Żurawie na przedwiosniu – zwiastun nadchodzącej wiosny

### III - MOTYLOWE ŁĄKI

Zabiegi ochrony czynnej na łąkach sprzyjają występowaniu wielu gatunków motyli. Dwa z nich: modraszek telejus i czerwończyk nieparek, zasługują na szczególną uwagę.

14

Modraszek telejus to motyl, którego można spotkać na łąkach, gdzie występuje krwiściąg lekarski – roślina żywicielska larw tego motyla. Samice po znalezieniu kwitnącej rośliny składają do wnętrza jej kwiatostanów zwykle jedno jajo. Tam też przebiega pierwszy etap życia gąsienic. Po 2-3 tygodniach żerowania opuszczają one roślinę i schodzą na ziemię.



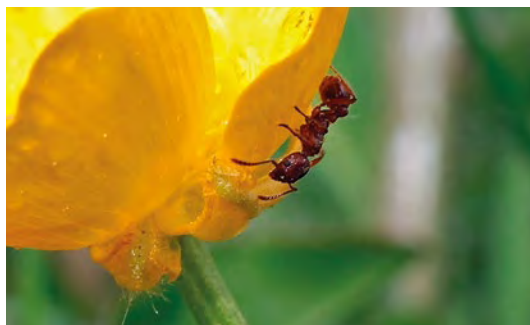
Modraszek telejus

Jeśli się im poszczęści, zostaną zaadoptowane przez odpowiedni gatunek mrówek z rodzaju wścieklica. Gąsienice modraszka wabią mrówkę słodką wydzieliną z gruczołu nektarowego. Po zwabieniu, robotnice mrówek przenoszą gąsienicę motyla do mrowiska. Przebywa ona tam około 10 miesięcy, zjadając larwy mrówek. W czerwcu gąsienica przeistacza się w poczwarkę. Po trzech tygodniach z poczwarki wyłania się motyl i opuszcza mrowisko.

U dorosłych motyli wyraźnie zaznaczony jest dymorfizm płciowy. Wierzch skrzydeł samca jest jasnoniebieski a samic – czarnobrunatny. Oprócz telejusza na łąkach można spotkać także inne gatunki modraszków: alkona, wieszczka, amandusa, argiadesa oraz ikara.



Krwiściąg lekarski



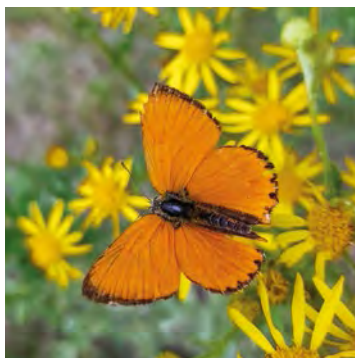
Wścieklica zwyczajna





Czerwończyk nieparek

Czerwończyk nieparek to inny ciekawy gatunek żyjący w tym miejscu. W ciągu roku można obserwować dwa pokolenia tego motyla. Pierwsze pojawia się od połowy maja do połowy czerwca, a drugie od końca lipca do połowy sierpnia. Nieparki spotykane są zwykle pojedynczo. Również u tego gatunku wyraźnie widoczny jest dymorfizm płciowy. Samce mają wierzch skrzydeł metalicznie pomarańczowy z dwiema czarnymi plamkami, natomiast u samic na powierzchni skrzydeł występuje znacznie więcej elementów brunatnych. Rośliną żywicielską larw są szczawie: tępolistny, lancetowaty i kędzierzawy. Oprócz nieparka na tej łące spotkać można także inne gatunki



Czerwończyk dukacik

czerwończyków: dukacika, uroczka, zamgleńca, płomieńca i żarka.

Inne ciekawe gatunki motyli, które można spotkać w tym rejonie to: paż królowej, witeż żeglarz i rojnik morfeusz.



Modraszki wieszczi



## IV – JAŁOWCE

16

Rola jałowca pospolitego w lesie jest niezwykle ważna. Gatunek ten występuje w całej Polsce i jest jednym z pierwszych gatunków roślin pojawiających się na wydmach nizinnych. Widoczne przy przystanku jałowce wyrosły na dawnym pastwisku. Jałowiec posiada potężny system korzeniowy, którego poziomy zasięg przekracza często 4 m. Pionierska rola jałowca oraz jego korzystny wpływ na siedlisko, a zwłaszcza dodatnie oddziaływanie na glebę, związane są ściśle z jego łatwością symbiozy z licznymi mikroorganizmami glebowymi, szczególnie bakteriami nityfikacyjnymi. Opadłe igliwie jałowca i sosny przyspiesza rozkład ściółki oraz hamuje powierzchniowy spływ wody opadowej, co zapobiega erozji gleby. W borach sosnowych rosnących na ubogich siedliskach, jałowiec jest najczęściej występującym naturalnie gatunkiem podszytowym. Może też rosnąć na żyzniejszych i bardziej wilgotnych siedliskach, np. na murawach i łąkach, gdzie jako roślina miododajna i owocująca stanowi źródło pokarmu dla wielu zwierząt, w tym ptaków, ssaków i owadów. Dzięki niewielkim wymaganiom siedliskowym dobrze znosi niskie temperatury, niedostatek substancji mineralnych i wilgoci w glebie.



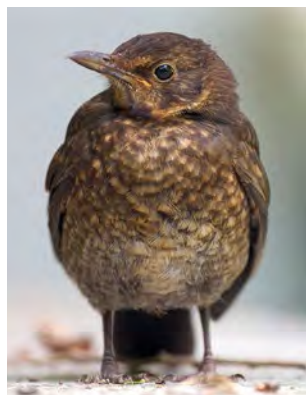
Jałowiec pospolity

Jałowiec jest gatunkiem długowiecznym, rośnie bardzo wolno, najszybszy przyrost osiąga między 5 a 20 rokiem życia. Zwykle przybiera formę krzewu o bardzo zmiennym pokroju, rzadziej drzewa. Jego pokrój zależy od środowiska, w którym rośnie. Jest rośliną dwupienną, choć sporadycznie zdarzają się osobniki jednopienne. Kwitnie w maju i czerw-

cu. Należy do gromady nagozalążkowych, więc nie wytwarza właściwego owocu, lecz mięsistą szyszkojagodę wielkości grochu, zawierającą 3 jasnobrązowe nasiona. Szyszkojagody, szeroko stosowane jako przyprawa kuchenna i surowiec farmaceutyczny, dojrzewają w drugim



Szyszkojagoda jałowca



Młody kos



Jałowiec – forma krzewiasta



Rudzik zwyczajny



Paszkot

lub trzecim roku po zapyleeniu. W pierwszym roku są zielone, a gdy dojrzeją czarnogranatowe, pokryte niebieskim nalotem woskowym. Zawierają mało wody, lecz stosunkowo dużo tłuszczów i cukrów,

dzięki czemu stanowią ważny składnik diety wielu gatunków ptaków, m.in. kwiczołów, kosów, paszkotów i rudzików. Niestrawione nasiona mogą być wydalane przez ptaki w odległości do kilkuset metrów od miejsca żerowania, a dzięki przebyciu przewodu pokarmowego charakteryzują się większą energią kiełkowania. Umożliwia to rozprzestrzenianie się jałowca na nowe tereny.

Aromatyczny dym z gałązek jałowca wykorzystywany jest do wędzenia wyrobów mięsnych. Jego drewno jest cenione przez tokarzy – wytwarza się z niego drobną galanterię, instrumenty muzyczne oraz fajki, a z korzeni i młodych pędów wyplata się koszyki.

Jałowiec do prawidłowego wzrostu potrzebuje dużo światła. W drzewostanie, w warunkach dużego zacienienia degeneruje się i obumiera. Widoczne wzdłuż ścieżki jałowce są systematycznie odśnawiane w celu zachowania ich ciekawego i niezwykle malowniczego pokroju.

## V – OBSZAR OCHRONY ŚCISŁEJ CYGANKA

18



Bór sosnowy

Obszar Ochrony Ścisłej Cyganka o powierzchni 133,03 ha został utworzony w 1977 r. W jego granicach znajdują się bardzo zróżnicowane zbiorowiska roślinne – bory sosnowe, grądy, łęgi, a także fragmenty turzycowisk. Objęcie obszaru ochroną ścisłą sprzyja pełnemu rozwojowi naturalnych procesów przyrodniczych.



Kłępa, czyli samica losia, z młodym

Lasy mieszane i liściaste w stabilnych, pozbawionych kłesk żywiołowych warunkach, przechodzą trwające kilkaset lat fazy rozwojowe. Najdłużej trwa faza dojrzałości, zwana optymalną. Las wygląda wtedy najatrakcyjniej, a drzewa osiągają największe rozmiary. W kolejnej fazie – starzenia się, następuje powolne obumieranie starych drzew, pod którymi zaczyna rozwijać się nowe pokolenie. W ostatniej fazie – regeneracyjnej, stare drzewa zamierają całkowicie, a młode zaczynają konkurować ze sobą o światło i przestrzeń.

W Kampinoskim Parku Narodowym ochroną ścisłą objęto 22 obszary, o łącznej powierzchni 5823 ha (ponad 15% powierzchni parku).



Myszołów



Mucholówka szara



Dzięcioł średni

Przy przystanku znajduje się stok wydmy porośnięty typowym zespołem roślinnym kampinoskich wydm – borem mieszanym. W starym, wielogatunkowym drzewostanie na stokach wydmy rosną oba rodzime dęby: szypułkowy i bezszypułkowy oraz sosna zwyczajna, brzoza brodawkowata i osika – najczęstsza w puszczy topola. Drugie piętro tworzy grab i grusza z leszczyną, kruszyną, trzmieliną brodawkowatą i jałowcem w podszycie. W runie występują zarówno gatunki związane z borami (borówki brusznica i czernica, jastrzębiec baldaszkowy, pszeniec pospolity i widłak goździsty), jak i gatunki żyłniejszych siedlisk (kokoryczka wonna, konwalia majowa, zawilec gajowy i gwiazdnica wielokwiatowa). Żyją tu też osie, dziki, borsuki i liczne ptaki, m.in. muchołówki (szara, żałobna, w części grądowej także mała), dzięcioł czarny, dzięcioł średni, puszczyk, myszołów oraz jastrząb.

Obszar ochrony ścisłej – wyznaczony teren w rezerwatach i parkach narodowych pozostawiony naturalnym procesom bez ingerencji człowieka.



Konwalia majowa



Pszeniec gajowy



Gwiazdnica wielokwiatowa



Borówka brusznica



Kokoryczka wonna

## VI - ODTWARZANIE LASU

20

W okresie zaborów, podczas obu wojen światowych, ale także w okresie międzywojennym i w latach 40. XX wieku, wycięto w Puszczy Kampinoskiej kilka tysięcy hektarów lasu. Miejsca po wycince, tzw. poręby, w przeszłości często pozostawiano bez nowych nasadzeń.



Nagie wydmy w Truskawiu – lata 20. XX w.

Na miejsce wyrąbanych wielogatunkowych drzewostanów mieszanych i liściastych wprowadzono głównie szybko rosnące monokultury sosnowe. Doprowadziło to do powstania dużych potaci jednowiekowych sośnin, wrażliwych na niekorzystne czynniki abiotyczne jak np. porywiste wiatry, pożary i masowe pojawy owadów, jak np. boreczników i barczatki sosnowki.



Zalesianie wydmy Białej Góry – lata 60. XX w.

Doprowadziło to do wtórnego uruchomienia (rozwiewania i osypywania) piaszczystych wydm, które zasypywały pobliskie pola i pastwiska. Po zakończeniu II wojny światowej zaczęła się akcja zalesiania Polski, w tym zdegradowanych fragmentów Puszczy Kampinoskiej. Na

Przy przystanku widzimy drzewostan sosnowy, który powstał w latach 50. XX w. Rośnie on w skrajnie trudnych warunkach, przez co proces jego naturalizacji zachodzi niezwykle powoli. W celu jego przyspieszenia konieczne jest przeredza-



Ubogi las sosnowy

nie drzewostanu oraz usuwanie inwazyjnych gatunków obcych np. dębu czerwonego i czerechy amerykańskiej. Działania te będą kontynuowane do momentu, w którym las osiągnie strukturę najbardziej dopasowaną do warunków siedliskowych. Od czasu utworzenia Kampinoskiego Parku Narodowego w 1959 r. odtwarzanie i przebudowa drzewostanów puszczańskich należy do głównych zadań ochrony czynnej. Tam gdzie monokultury sosnowe występują na bogatszych siedliskach, w wyniku naturalnej sukcesji oraz zabiegów prowadzonych przez leśników, zmieniają się w drzewostany o bardziej złożonej strukturze gatunkowej, wiekowej i przestrzennej. Jeśli warunki siedliskowe na to pozwalają, obok sosny pojawiają się brzozy, dęby, lipy i graby.



Monokultura sosnowa



Usuwanie inwazyjnych gatunków obcych

Od momentu powstania parku powierzchnia leśna powiększyła się prawie o 10 tys. ha, a średni wiek drzewostanów wzrósł z 41 do 86 lat.



Ols w OOS Cyanka

Kampinoski Park Narodowy to mozaika wydm i terenów mokradłowych. Przy przystanku przenikają się dwa bagienne zbiorowiska leśne: bagienny las olszowy i łąg jesionowo-olszowy.

Olsy porastają bezodpływowe obniżenia terenowe ze stagnującą wodą powierzchniową. Ponieważ od końca zimy do lata teren zalany jest wodą, panują tu specyficzne warunki siedliskowe. Gleby bagienne są bardzo ubogie, brakuje w nich przede wszystkim soli azotowych, co utrudnia odżywianie się roślin. W takich warunkach doskonale radzi sobie olcha, bowiem na jej korzeniach bytują bakterie wiążące azot atmosferyczny. Nie jest to jedyne przystosowanie olchy do takich warunków. Rośnie ona na szczudłowatych korzeniach, które wynoszą je ponad poziom wody okresowo zalewającej dno lasu. Wokół korzeni i pni tworzą się kępy, zasiedlane przez mchy oraz rośliny typowe dla terenów suchszych, m.in. borówki, szczawik zajęczy i siódmaczek leśny. W wodzie pomiędzy kępami występuje roślinność szuwarowo-bagienna: knieć błotna, okrężnica bagienna, kosaciec żółty, turzyce i inne. Olcha żyje około 100-120 lat, dorastając do 25-30 m wysokości. Jako jedyny gatunek liściasty wytwarza pień typu strzała (charakterystyczny dla drzew iglastych). U podstawy pnia tworzą się odrośla, które po ścięciu lub obumarciu głównego pnia przejmują jego rolę.

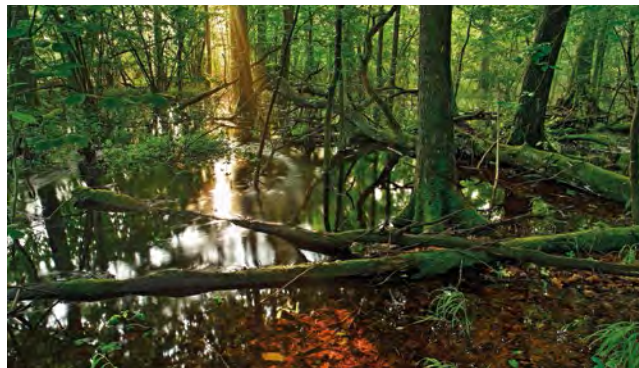
Tam gdzie występuje woda płynąca, tworzą się lasy łągowe. W przeciwieństwie do olsów łągi nie mają charakterystycznej budowy kępkowej. łągi porastają najżyźniejsze gleby, co objawia się niezwykłą bujnością warstwy runa i podszytu – w pełni sezonu



wegetacyjnego przekracza ona 1,5 m wysokości. Wielogatunkowy drzewostan tworzą tu: olcha czarna, dąb szypułkowy i różne gatunki wierzb np. wierzba biała. Wśród krzewów dominują: dereń świdwa i czeremcha zwyczajna. Rośnie tu także trzmielina zwyczajna, chmiel zwyczajny, a w runie spotkać można pokrzywę, kosaćca żółtego, niecierpki i przytulie. W lasach łągowych często występuje wiąz szypułkowy (limak). Drzewo to ma duże wymagania w stosunku do gleby i dobrze znosi niedługie zalewy. Wąskie listwy korzeniowe u dołu pnia wyróżniają go spośród innych wiązów. W mozaice z zespołami bagiennymi, na nieco wyższych, rzadziej zalewanych powierzchniach, wytworzył się grąd niski z drzewostanem grabowo-lipowo-dębowym oraz bardzo charakterystycznym wczesnowiosennym aspektem runa, które tworzą przyłaszczka, zawilce: gajowy i żółty, kokorycze: pełna i pusta, ziarnopłon wiosenny i gwiazdnica wielkokwiatowa.

Bagienne lasy należą do najcenniejszych zbiorowisk leśnych Puszczy Kampinoskiej. Wiele z nich nie zostało przekształconych przez człowieka i zachowało naturalny charakter. Lasy te są matecznikiem dla wielu zwierząt, z łosiem na czele. Łosie przebywają tutaj w okresie wiosenno-letnim, na zimę przenoszą się do suchszych borów sosnowych.

W przeszłości lasy bagienne porastały rozległe obszary pasów bagiennych Puszczy Kampinoskiej. Na skutek wyrębów i karczowania lasu oraz prowadzonych od XIX w. melioracji, znaczna ich część została osuszona i zamieniona na użytki rolne, głównie łąki i pastwiska. Wiele bagiennych lasów cierpi z powodu braku wody. Zbiorowiska te ulegają degradacji i przekształcają się w lasy łąkowe.



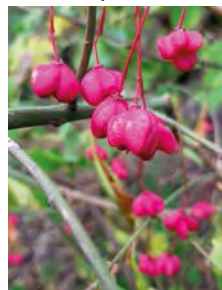
Łęg w OOS Cyganka



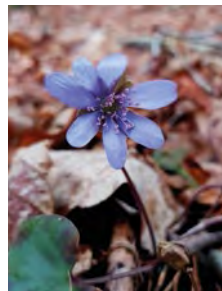
Siódmaczek leśny



Kosaciec żółty



Owoce trzmieliny pospolitej



Przyłaszczka pospolita



Zawilce gajowy

Mijany na trasie ścieżki strumień jest jednym z niewielu cieków wodnych Puszczy Kampinoskiej o naturalnie ukształtowanym korycie. Odwadnia podmokłe obszary uroczyiska Paśniki i wpada do Kanału Zaborowskiego, który odprowadza wody z południowo-wschodniej części puszczy do Łasicy. Pierwotnie brał on swój początek niedaleko Starych Babic, płynąc przez Lipków i Truskaw, by dalej rozlać się na bagnach uroczyiska Paśniki. Jego historyczna nazwa – Rgilewnica – przetrwała w niezliczonych dokumentach. Obecnie jest mało znana i rzadko używana. Nazwa ta pojawiła się po raz pierwszy w dokumencie z 1419 r., czyli tym samym, w którym z nadania króla Władysława Jagiełły powstała jedna z najstarszych miejscowości Puszczy Kampinoskiej – wieś Truskawie, dziś Truskaw.

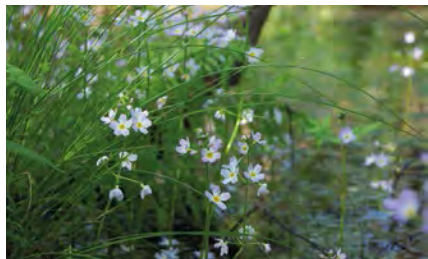
Strumień charakteryzuje się bardzo zmiennym poziomem wody. Wiosną i po dużych opadach deszczu rozlewa się szeroko. Nie trwa to jednak długo. Woda zwykle szybko odptywa i opada, zazwyczaj już w połowie lata, kiedy wzrastają temperatury powietrza, strumień zanika całkowicie. Jest dopływem Kanału Zaborowskiego, który z kolei odprowadza wody z południowo-wschodniej części Puszczy Kampinoskiej do Łasicy.

Krajobraz Puszczy Kampinoskiej tworzą pasy wydmore i bagiennie. Pierwotnie bagna zajmowały około 1/3 terenu Puszczy Kampinoskiej. Południowy pas bagienny zasilany jest wodami spływającymi ze skarpy równiny Łowicko-Błońskiej oraz opadowymi. Środkowy zaś czerpie wodę wyłącznie z opadów. Przed powstaniem wałów przeciwpowodziowych zasoby wodne puszczy były uzupełniane także przez wylewy Wisły i Bzury. Woda ta głównie stagnowała i parowała, w nieznacznym stopniu odptywając na zachód do Bzury. W wielu miejscach tworzyły się wówczas niewielkie strumienie, takie jak ten, przy którym znajduje się przystanek.

W połowie XIX w. rozpoczęto osuszanie kampinoskich bagien, aby udostępnić je na potrzeby rolnictwa. Przekopano wówczas pierwszy 20-kilometrowy odcinek Kanału Łasica. Prace melioracyjne trwały w puszczy, aż do lat 70. XX w. Łącznie wybudowano ok. 135 km kanałów podstawowych i niezliczoną liczbę kanałów doprowadzających oraz rozprowadzających. Oprócz Łasicy



Strumień płynący z łąk uroczyiska Niepust przez OoŚ Cyganka



Okrężnica bagienna

i Kanału Zaborowskiego powstały jeszcze: Kanał Olszowiecki – odwadniający zachodni fragment południowego pasa bagiennego i Ł-9 – poprowadzony równolegle do Łasicy, przez środkowy pas bagieny. Mimo że na kanałach powstały urządzenia piętrzące wodę, kampsoskie bagna zostały mocno przesuszone. Obecnie prowadzone są działania mające na celu poprawę stosunków wodnych puszczy.

Roślinność występująca na okresowych ciekach wodnych jest przystosowana do zmiennych warunków wilgotnościowych. Przykładami są pięknie kwitnąca wiosną okrzęznica bagienna i marek szerokolistny, które latem, po wyschnięciu wody, dalej rozwijają się jako rośliny lądowe.

Małe cieki są miejscem życia, rozrodu i zdobywania pokarmu wielu bezkręgowców, płazów, gadów, ptaków i ssaków. Zwierzęta żyjące w wodzie w ciągu kilku miesięcy przechodzą przeobrażenie lub przekształcają się w stadia przetrwalnikowe. Wiosną odbywają się gody płazów – ropuchy szarej i traszki zwyczajnej, która jest najpospolitszym przedstawicielem płazów ogoniastych. Traszka rozród rozpoczyna już w marcu. Samiec przybiera wtedy efektowną szatę godową, wyrasta mu wysoka, ząbkowana płetwa grzbietowa, a boki ogona zdobić zaczyna perłowo-błękitna smuga. Dorosłe osobniki opuszczają wodę pod koniec czerwca i przebywają w wilgotnych, cienistych lasach, polując na drobne bezkręgowce. Larwy traszki, podobnie jak innych płazów ogoniastych, mają wygląd osobników dorosłych, posiadają też zewnętrzne skrzela. Na przełomie czerwca i lipca przeobrażają się i wychodzą na ląd.

Nad ciekami spotkamy także zaskronca – najpospolitszego węża Puszczy Kampinoskiej. Zaskroniec, którego podstawę diety stanowią żaby, doskonale pływa i nurkuje. Na drobne płazy, ich larwy oraz wodne bezkręgowce poluje również rzęsorek rzeczek – jedyny europejski jadowity ssak. Swoje ofiary zabija zawartym w ślinie jadem. Spośród ptaków charakterystyczny to samotnik – niewielki ptak o długim dziobie i nogach, zaliczany do brodzieńców. Jako jedyny z tej grupy gnieździ się na drzewach, zajmując stare gniazda drozdów. W okresie wiosennym łatwo wykryć jego obecność, gdy samiec oblatuje swój rewir, wydając dźwięczne nawoływania kojarzące się z jodłowaniem.



Traszka zwyczajna



Zaskroniec zwyczajny



Ropuchy szare

## IX – PRZY LIPIE

26

Nazwa uroczyska pochodzi od rosnących tu lip drobnolistnych. Obecność tego gatunku świadczy o dużej żyzności niektórych południowych i wschodnich zboczy kampinoskich wydm, na których w naturalnych warunkach rosną lasy liściaste – grądy wysokie, kwaśne dąbrowy oraz sporadycznie także dąbrowy świetliste.

Powalone drzewa są nieodłącznym składnikiem ekosystemu lasu. W warunkach naturalnych drzewa dożywają swojego biologicznego wieku, który dla sosny wynosi 300, a dębu ponad 500 lat. Dlatego w młodych lasach praktycznie wcale nie ma martwych, murszejących drzew. Mnóstwo jest ich natomiast w lasach starych. Gdy w końcu obumarłe drzewa wyrwane przez wiatr padają na ziemię, rozpoczyna się trwający kilkadziesiąt lat proces ich rozkładu. Składniki, z których były zbudowane, trafiają do gleby i stają się budulcem dla kolejnego pokolenia. W procesie tym uczestniczą miliony organizmów, które m.in. rozkładają celulozę, z której zbudowane są komórki drzewa.



Charakterystyczne sercowate liście lipy drobnolistnej



Kwiat lipy

Na świeżo obumarłym drewnie zaczyna się swoista sukcesja kolonizujących je organizmów. Prześledźmy to na przykładzie bezkręgowców zasiedlających leżącą kłodę sosny. Początkowo pojawiają się gatunki żerujące pod korą i w korze, jak np. tycz cieśla. Po upływie około roku, gdy kora nie przylega już tak ściśle do pnia, zwiększa się ilość owadów odżywiających się drewnem. Po 5-6 latach od śmierci drzewa pojawiają się owady preferujące drewno już nieco zmruszone, np. zmrzsznik czerwony. Po kolejnych 2-3 latach zwiększa się wilgotność drewna, pojawiają się sprząyki, mrówki oraz larwy niektórych muchówek. W ostatnim okresie mocno rozłożone drewno zasiedlają dżdżownice, wije i skoczogonki. Wraz z każdą grupą pojawiają się także związane z nią gatunki drapieżne i pasożytnicze. Chodniki owadów umożliwiają wnikanie do wnętrza kłody bakterii i grzybów. Na powierzchni pnia osiedlają się mchy i wątrobowce, których gruba powłoka utrzymuje wewnątrz pnia wysoką wilgotność, co sprzyja rozwojowi saprofitycznych grzybów. Z czasem na kłodzie osiedlają się paprocie, a w stadium zaawansowanego rozkładu także rośliny kwiatowe.

Fazy rozkładu drewna:

- kolonizacja – zasiedlanie zamierającego drzewa przez wyspecjalizowane organizmy żerujące w twardym drewnie, łyku i korze

- dekompozycja (rozkład) – proces rozdrabniania i rozkładu tkanki drzewnej przez organizmy związane z martwym drewnem
- humifikacja – końcowy etap rozkładu drewna i jego mineralizacja przy zwiększonym udziale organizmów glebowych (skoczogonków, wijów, dżdżownic, roztoczy, bakterii i grzybów)

W wyniku tych procesów pierwiastki, które były nagromadzone w ciągu życia drzewa w formie związków organicznych są mineralizowane i w postaci przyswajalnej dla roślin powracają do gleby, stając się budulcem i pokarmem następnego pokolenia drzew. Proces uwalniania składników mineralnych z rozkładanego drzewa zachodzi równomiernie, co przez lata zapewnia roślinom dopływ składników pokarmowych.

Z martwymi lub obumierającymi drzewami związanych jest ponad 600 gatunków grzybów. W martwych pniach i konarach żyje kilkaset gatunków owadów oraz wiele innych bezkręgowców. Organizmy te należą do najbardziej zagrożonych form życia na Ziemi, ponieważ w lasach gospodarczych, gdzie występuje niewiele martwego drewna, brakuje dla nich odpowiednich miejsc. Obecnie coraz większą wagę przywiązuje się do ochrony środowiska występowania grzybów i bezkręgowców. W parkach narodowych ich ostoją są najstarsze fragmenty lasu, a przede wszystkim obszary ochrony ścisłej.

Martwe drewno jest czynnikiem wpływającym korzystnie na bogactwo gatunkowe lasu. Próchniejące pnie są środowiskiem życia wielu pasożytniczych owadów np. błonkówek, stanowiących jeden ze składników naturalnej odporności ekosystemu leśnego na masowe występowanie owadów wyrządzających szkody w drzewostanach.

Chrząższe i grzyby związane z martwym drewnem:



Zacznik kropkowany



Rębacz pstry



Pachnica dębowa



Łyczynik późny



Świecznik



Łyczynik ochrowy

## X - DZIKIE ŚCIEŻKI

28



Nie ma zgody na wyścigi poza szlakiem

W Kampinoskim Parku Narodowym na turystów czeka rozbudowana sieć szlaków, licząca ponad 360 km znakowanych pieszych szlaków turystycznych oraz 200 km szlaków rowerowych, a także ścieżki dydaktyczne i spacerowe. Jest tu także wiele elementów infrastruktury turystycznej ułatwiającej odwiedzinę, przygotowanej specjalnie dla odwiedzających. Przy tak bogatej ofercie, aby poznać park i miło spędzić czas na łonie przyrody, nie ma potrzeby ani powodu, by łamać przepisy i zbaczać z wytyczonych oraz czytelnie oznakowanych tras.



Erozja gleby na nielegalnym rowerowym „singlu”

W parkach narodowych schodzenie ze szlaków turystycznych jest niedozwolone. Nie jest to bezpodstawny zakaz. Wynika wprost z ustawy o ochronie przyrody i ma ograniczyć degradację walorów, dla których parki powołano, a także zwiększyć bezpieczeństwo zwierząt i ich środowiska życia oraz bezpieczeństwo i komfort samych turystów.

Park narodowy, obok mniejszego rezerwatu przyrody, jest najwyższą formą ochrony przyrody (o najwyższym reżimie ochronnym) w Polsce i wszystkie elementy na jego obszarze podlegają ochronie. Do podstawowych zadań parków na-



Nieproszeni goście – zagrożenie dla mieszkańców puszczy

leżą zarówno ochrona przyrody, jak i udostępnianie obszaru zwiedzającym – nie wpływając negatywnie na środowisko naturalne. Możliwość udo-

stępnienia odwiedzającym takiego szczególnego obszaru jest rodzajem kompromisu. „Poświęcamy” niewielką część dzikiej przyrody, pozwalając ludziom ją poczuć i dotknąć. Mamy nadzieję, że odwiedzający pokochają park, docenią jego piękno oraz wyjątkowość, a w konsekwencji staną się jego swoistymi obrońcami i „advokatami”, którzy zdobytą wiedzę i troskę prześlą dalej.

Parki narodowe stanowią jedynie 1% powierzchni Polski i obejmują jej najcenniejsze obszary. Wobec ciągłego rozwoju urbanizacji powodującego niszczenie przyrody i krajobrazu te rezerwuary dzikiej fauny i flory zapewniają ważne siedliska dla różnorodności biologicznej i bufor termiczny chroniący przed zmianami klimatycznymi. Przemierzając wyznaczone w parku ścieżki i szlaki pamiętajmy o wyjątkowości tego miejsca. Przyroda jest tu najważniejsza, a my jesteśmy jedynie jej gośćmi. Spędzanie czasu w tak pięknym otoczeniu i korzystanie z zasobów parku to prawdziwy przywilej.

Kampinoski Park Narodowy jest drugim co do wielkości polskim parkiem narodowym (ponad 385 km<sup>2</sup>) i łatwo dostępnym od każdej strony. Nie ma tu ogrodzeń, płotów, bramek czy punktów biletowych, a drogi, szlaki i ścieżki (te legalne i nie) znajdują się wzdłuż całej jego granicy. Otoczony jest wieloma miejscowościami i bezpośrednio przylega do Warszawy. Jest miejscem codziennych odwiedzin i spacerów, przez co łatwo jest zapomnieć jak unikalny i cenny to teren. Co roku KPN odwiedza ponad 1,3 mln ludzi (dla porównania ogólna liczba mieszkańców sąsiadującej z parkiem Warszawy, skąd przybywa najczęściej turystów, to nieco ponad 1,8 mln), a w okresie po pandemii COVID-19 było ich ponad 1,5 mln. To niemalże 4 000 osób dziennie! KPN jest trzecim, po Tatrzańskim i Karkonoskim parkiem narodowym o tak znacznej liczbie odwiedzających. Generalnie utrzymuje się tendencja wzrostowa. Coraz więcej osób interesuje się aktywnym wypoczynkiem na łonie przyrody, co powoduje coraz większą presję turystyczną. Jej negatywne konsekwencje to, m.in.: nieodwracalne zmiany w krajobrazie, zanieczyszczenie śmieciami, hałas, dewastacje infrastruktury, wydeptywanie zbiorowisk roślinnych, zakłócanie spokoju zwierząt, erozja gleby, pożary i in. Tym istotniejsza jest edukacja i świadomość odwiedzających. W straży

parku pracuje 10 osób, a całe służby terenowe, to jeszcze ok. 40 konserwatorów obrębów i obwodów ochronnych. To bardzo mało pracowników przy tak dużym obciążeniu, dlatego konieczne jest wprowadzenie jasnych zasad dla odwiedzających. Ich respektowanie przez świadomych i odpowiedzialnych turystów pozwala cieszyć się pięknymi widokami, czystym powietrzem, ciszą i spokojem w parku.

„Dzике ścieżki”, czyli nielegalnie wydeptywane dróżki i przedepty, które nieodpowiedzialni „goście” tworzą, nie myśląc o konsekwencjach dla dzikiej przyrody, tylko o własnej wygodzie, z ciekawości i zachłanności, a czasem także z niewiedzy i ignorancji, zaburzają życie zwierząt, co nie raz prowadzi do nieodwracalnej utraty gatunków roślin i zwierząt, a także ich siedlisk.



Koszaki poza naturalnym środowiskiem narażone są na niebezpieczeństwa

zwierząt z ludźmi powoduje nadmierne ich przyzwyczajanie się do człowieka, a w konsekwencji wypadki, których ofiarami są równie często zwierzęta, jak i ludzie.

Przez człowieka wkraczającego w nieudostępniane obszary pojawiają się wzdłuż dzikich ścieżek i nielegalnych przedeptów inwazyjne i obce gatunki roślin. Mogą być przyniesione na obuwiu i ubraniach z ogródków przydomowych, miejskich parków i osiedlowych trawników. Stanowią

Park jest domem wielu rzadkich i zagrożonych wyginięciem gatunków zwierząt, np. kumaków, rysi i bielików, a także wyjątkowo wrażliwych na obecność człowieka w ich naturalnym środowisku, np. zajęcy, nietoperzy i płomykówki. U zwierząt takich, gdy znajdują się zbyt blisko ludzi, wzrasta poziom stresu. Niekiedy zagrożone gatunki mogą także zmienić swoje zachowania. Po kontakcie z człowiekiem w swojej ostoi mogą się wyptosić, a w skrajnych wypadkach porzucić młode lub wręcz stracić życie na skutek nagłego stresu. Stały kontakt



Stres spowodowany ploszeniem wywołuje wiele zagrożeń dla zwierząt



zagrożenie dla przyrody parku poprzez wypieranie rodzimych i pożądaných gatunków roślin.

Tam, gdzie powstają dzikie ścieżki i pojawia się zbyt wiele osób, które nie powinny się tam znajdować, dochodzi często do tzw. erozji, czyli niszczenia powierzchni terenu, co łatwo zaobserwować w otoczeniu przystanku „Dzikie ścieżki”.

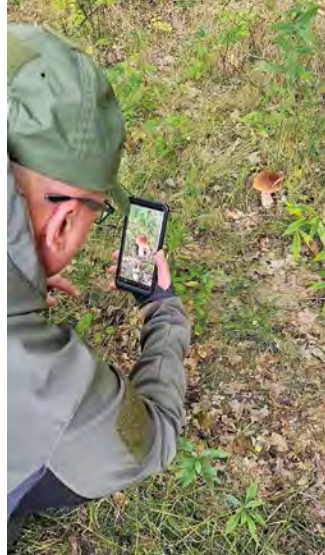
Im więcej hałasu i nielegalnego penetrowania puszczy, tym mniejsza szansa na zaobserwowanie dzikich zwierząt.

Wprowadzane ograniczenia służą także bezpieczeństwu odwiedzających. Gdy osoba poza wyznaczonym szlakiem ulegnie wypadkowi w nieprzystosowanym do wędrówek terenie np. bagnistym, nierównym, gęsto zakrzaczonym itd., służby będą miały utrudnione dotarcie do poszkodowanego. Być może ograniczona będzie również możliwość wezwania pomocy. Nie warto więc ryzykować!

Bariery – płotki, ogrodzenia, kłody i inne „potykacze”, które napotkasz podczas odwiedzin wzdłuż szlaków, nie znajdują się tu przypadkiem – mają zapobiegać ww. zjawiskom, przypominając odwiedzającym o zakazie i szkodliwości schodzenia z wyznaczonych i oznakowanych tras. Także nicponiom i hultajom utrudnić nieco szkodzenie przyrodzie, dając czas na refleksję przed nielegalnym wkroczeniem na cenne i wrażliwe obszary.



Bariery ochronne wzdłuż szlaku



W parku narodowym zbiór grzybów jest niedozwolony

Wszelkie niebezpieczne i niewłaściwe dostrzeżone zachowania związane z łamaniem przepisów obowiązujących w parku narodowym, mogące wpływać na zakłócenie równowagi w przyrodzie i jej niszczenie warto natychmiastowo zgłaszać do dyrekcji Kampinoskiego Parku Narodowego. Straż Parku oraz inne właściwe służby dbające o porządek i przestrzeganie przepisów będą mogły podjąć niezwłocznie interwencję – telefon alarmowy 112.

## XI – KARCZMISKO

32

Nazwa miejsca pochodzi od istniejącej w XIX w. i na początku XX w. na rozstaju dróg karczmy Niepust. Legenda głosi, że kiedy karczma schwytała kogoś w swoje objęcia, to nie puściła go tak długo, aż wyszedł kompletnie pijany, wydawszy w niej ostatnie pieniądze. Nieopodal, przy Warszawskiej Drodze w Pocięcie stała druga karczma, a u stóp Ćwikowej Góry kolejna o nazwie „Ostatni grosz”. Kto więc wyrwał się z objęć Niepustu, mógł się pocieszyć kwartą okowity w następnej karczmie. Musiał się jednak strzec przed niebezpieczeństwem, ponieważ według innych podań w Krogulcu na bagnach na powracających z karczmy czatował diabeł.



Karczma „Ostatni grosz” pędzla Jana Feliksa Piwarskiego z 1845 r. (ze zbiorów Muzeum Narodowego w Warszawie)

zniesiono w zaborze rosyjskim dopiero w 1898 roku. Karczmy były miejscem, w których odpoczywali i bawili się zarówno mieszkańcy puszczańskich wiosek, coraz liczniejsi turyści, jak i artystyczna cyganeria, która przybywała tu z Warszawy.

Przy przystanku rośnie bór świeży – jedno z głównych zbiorowisk leśnych Puszczy Kampinoskiej. Jego drzewostan tworzy sosna zwyczajna, z domieszką brzozy brodawkowatej oraz dębów szypułkowego i bezzypułkowego. W podszycie rośnie jałowiec, kruszyna i jarzębina. W runie dominują borówki (czernica i brusznica), kostrzewa owcza i śmiełek pogięty. Dobrze rozwinięta jest warstwa mchów z rokitami i płonnikami.

Ówczesnie we wschodniej części Puszczy istniało kilka karczm, wzniesionych przy traktach wiodących z okolic Zakroczymia, Sowiej Woli i Głuska w stronę Warszawy. Wiele z nich utrzymywało się dzięki propinacji, czyli wyłącznemu prawu właściciela dóbr ziemskich do produkcji i sprzedaży alkoholu w obrębie jego posiadłości. W karczmie odbywała się sprzedaż alkoholu własnej produkcji, a obowiązywał zakaz sprzedaży trunków obcego pochodzenia. Prawo propinacyjne



Bór świeży

W Puszczy Kampinoskiej dominują sosny, bo to one były przede wszystkim kiedyś sadzone, nawet na glebach żyznych i wilgotnych. Jednak udział tego gatunku w drzewostanach puszczy stopniowo maleje i od momentu powstania parku spadł około 15% i obecnie wynosi niespełna 69%. Sosna jest doskonale przystosowana do życia w trudnych warunkach, wytwarza wtedy głęboki system korzeniowy z wyraźnym korzeniem palowym, dzięki czemu może czerpać wilgoć z głębszych warstw gleby. Drzewa te rosnąc w trudnych warunkach siedliskowych na suchych, ubogich i piaszczystych glebach, tworzą bardzo wąskie przyrosty roczne, dzięki czemu ich drewno jest twarde, sprężyste i bogate w żywicę. Ze względu na doskonałe właściwości mechaniczne kampinoskie sosny były cenionym surowcem na krajowych, a także zagranicznych rynkach drzewnych. Spławiane Wisłą dłużyce były używane do wyrobu masztów okrętowych. Do dzisiaj ponad 150-letnie sosny masztowe zachowały się w Obszarach Ochrony Ściślej Nart, Sieraków, Wilków i Kaliszki.

Wszystkie części sosny przesycone są żywicą, a jej pączki i igły zawierają olejki eteryczne o właściwościach leczniczych. Parujące składniki olejków eterycznych, zwane fitoncydami, nasycają leśne powietrze, które działa leczniczo na nasze organizmy. Drewno oraz igły sosny są pożywieniem dla wielu gatunków owadów. Igłami żywią się larwy boreczników i osnuj, gąsienice zawisaka borowca, barczatki sosnowki i strzygoni choinówki. Zjadane są także przez dorosłe postacie wielu chrząszczy jak np. żerdzianki sosnowki. Pod korą żerują larwy korników (cetyryca większego i mniejszego), przyplaszczka granatka, rębaczy, tyczki, cieśli i wielu innych. Nadmierny rozwój niektórych owadów w osłabionych przez suszę drzewostanach sosnowych, jak np. kornika ostrozębego, może doprowadzić do zamierania drzew na dużych obszarach lasów.



Zawisak borowiec – larwa



Kłopotek czarny



Żerdzianka sosnowa

## XII – WIATROŁOMY

34

Młody las wokół przystanku rośnie tu od niedawna i jest efektem naturalnej sukcesji leśnej oraz działań leśników. Rosnący tu wcześniej, około 90-letni bór sosnowy zniszczył huragan, który wdarł się w głąb Puszczy Kampinoskiej w lipcu 2004 r. i w ciągu zaledwie kilkunastu minut zniszczył pas drzewostanu o szerokości 200 m i długości 10 km ciągnący się w kierunku północno-wschodnim od Wiktorowa do cmentarza w Palmirach. Siła wiatru była tak duża, że tysiące drzew, bez względu na gatunek i wiek, zostało połamanych bądź wyrwanych z korzeniami na powierzchni około 97 ha. Przy Krętej



Młody las w miejscu po wiatrołomie

Drodze wichura całkowicie zniszczyła 90-letni drzewostan sosnowy, przy żółtym szlaku z Truskawia do Zaborowa Leśnego – młodnik liściasty, a w Obszarze Ochrony Ścisłej Cyganka – ponad 100-letnie dęby. Podobnych zniszczeń dokonał huragan, który w czerwcu 1972 r. przeszedł nad środkową częścią Puszczy Kampinoskiej, na północ od miejscowości Łubiec i Grabina. Ponadto w historii Kampino-

skiego Parku Narodowego wielokrotnie dochodziło do uszkodzeń drzewostanów od wiatru, powodującego wiatrołomy (złamane przez wiatr drzewo) i wiatrowały (drzewo wyrwane z korzeniami), lecz na mniejszych i bardziej rozproszonych powierzchniach.

Pojedyncze drzewa, zwłaszcza o płytkim systemie korzeniowym, np. brzozy i świerki lub rosnące na żyznych i wilgotnych glebach, często przewracają się przy silnych podmuchach wiatru, który jest naturalnym czynnikiem wpływającym na los drzewostanów. Niszczy, ale równocześnie stwarza warunki do rozwoju młodego pokolenia. W prastarych puszczech powstawanie wiatrołomów i wiatrowałów stymulowało różnicowanie wiekowe i gatunkowe szaty roślinnej. O szkodach powstałych w wyniku działalności wiatru mówimy wspólnie, gdy mamy na myśli wymiar strat materialnych.

W Kampinoskim Parku Narodowym działania na terenach uszkodzonych przez trąbę powietrzną były różnicowane. W Obszarach Ochrony Ścisłej Cyganka i Zaborów Leśny



Wrzosowisko

do dna lasu skorzystały rośliny zielne, m.in. lilia złotogłów i rzadka na terenie puszczy rutewka orlikolistna. Z pozostałego terenu o powierzchni 33 ha uszkodzone drzewa usunięto i ponownie posadzono las. Część tej powierzchni ogrodzono, zabezpieczając w ten sposób młodniki przed zgryzaniem przez sarny i łosie. Do naturalnej sukcesji zostawiono 10 ha położonych na terenach bagiennych i wydmach. Zachowanie piaszczystych fragmentów bez zalesienia dało szansę na wykształcenie się coraz radszych w Puszczy Kampinoskiej zbiorowisk muraw napiaskowych i wrzosowisk. Z czasem pojawiły się tu lelki – ptaki gnieźdzące się na ziemi, preferujące rozległe suche polany i pożarzyska wewnątrz kompleksów leśnych.

pozostawiono powalone drzewa na całej powierzchni uszkodzonego drzewostanu, tj. na prawie 12 ha. W ten sam sposób postąpiono na około 25 ha trudno dostępnych terenów podmokłych objętych ochroną czynną. Pozostawione drewno ulegając rozkładowi, stało się miejscem życia dla milionów organizmów (grzybów, bakterii, owadów). Ze zwiększonego dopływu światła



Lilia złotogłów



Szcotlicha siwa

Dziś rośnie tu las, o którego składzie gatunkowym i strukturze decydują wyłącznie naturalne procesy. Głównymi gatunkami drzew są w nim: sosna, brzoza oraz dęby. W runie leśnym rosną wrzosy oraz szcztolicha siwa. Korzenie tej trawy wychwytyują z gleby najmniejszą odrobinę wilgoci, co pozwala roślinie rosnąć w ekstremalnie trudnych warunkach. Równocześnie szcztolicha stabilizuje podłoże, chroniąc wydmę przed rozwiwaniem.

# PRZYGOTOWANIE I CZAS W PARKU

36

Przed każdą wycieczką do Kampinoskiego Parku Narodowego warto się dobrze przygotować. Oto najważniejsze zasady:

- zaplanuj trasę zwiedzania z wyprzedzeniem,
- zabierz ze sobą mapę,
- weź ze sobą naładowany telefon lub daj znać bliskiej osobie, gdzie będziesz,
- zadbaj o odpowiednie wygodne, terenowe obuwie,
- przed wyjściem sprawdź pogodę – może przyda się kurtka przeciwdeszczowa, która ochroni nie tylko przed zmoknięciem, ale i zabezpieczy przed wiatrem. Gdy wiatr jest bardzo silny – zrezygnuj z wędrówki przez las,
- zabierz suchy prowiant i wodę, a zimą termos z gorącą herbatą lub kawą,
- latem przyda się krem z filtrem UV, a od wiosny do jesieni skuteczny środek przeciw komarom i kleszczom,
- przed wędrówką sprawdź, czy na zaplanowanej trasie nie występują jakieś utrudnienia, np. podtopienia lub trwające prace leśne (o niedogodnościach informujemy na stronie internetowej parku),
- wytworzone śmieci (nawet te najmniejsze) zabierz ze sobą i nie pozostawiaj po sobie resztek jedzenia, które mogą skusić i zaszkodzić zwierzętom,
- zapoznaj się z regulaminem udostępniania parku i zastosuj do zasad tu obowiązujących – służą one zarówno przyrodzie, jak i Twojemu komfortowi oraz bezpieczeństwu,
- wyjdź odpowiednio wcześnie, aby zdążyć wrócić przed zmrokiem,
- nie śpiesz się, uważnie obserwuj przyrodę, postaraj się ją poznać i docenić jej piękno.



Młodzi turyści  
na szlaku

W Kampinoskim Parku Narodowym do dyspozycji turystów jest bogata sieć szlaków turystycznych i ścieżek, a ponadto indywidualnie wyznaczone są trasy do przejazdów konnych wierzchem i okresowe trasy narciarstwa biegowego. Pieszko i rowerem po znakowanych szlakach i ścieżkach turyści indywidualnie mogą poruszać się praktycznie bez ograniczeń. Amatorzy jazdy konnej wierzchem i przejażdżek bryczkami latem oraz kuligów zimą, a także organizatorzy imprez turystycznych i rekreacyjnych zobowiązani są uzyskać zezwolenie dyrektora parku.

Coraz popularniejszą formą spędzania czasu stał się nordic walking. Ścieżka „Do Karczmiska” świetnie się do tej aktywności nadaje, jak również do spaceru z kijkami. Na odcinkach ścieżki przez malownicze uroczysko Paśniki można uprawiać turystykę ornitologiczną (popularny „birdwatching”), jest tu nawet niewielki taras, z którego można obserwować łąki. Można także fotografować przyrodę i krajobrazy. Najciekawszymi zdjęciami możesz pochwalić się w mediach społecznościowych np. przez Instagram [@kampinoskipark](#) [#kampinoskiparknarodowy](#). Pamiętaj, żeby

nie podchodzić zbyt blisko do napotkanych zwierząt, gdyż spłoszone dzikie zwierzę może stać się niebezpieczne. Nie zabieraj także pupila do lasu – obecność psa może wpłynąć negatywnie na zachowania dzikich zwierząt, które uznają go za groźnego drapieżnika naruszającego ich spokój. Warto także śledzić stronę internetową Kampinoskiego Parku Narodowego oraz media społecznościowe. Prócz komunikatów turystycznych oraz ciekawostek przyrodniczych systematycznie zamieszczane są tam informacje o organizowanych przez park, lokalne samorządy i zaprzyjaźnione organizacje imprezach turystycznych, sportowych, kulturalnych i in.



Można fotografować ze szlaku...



...obserwować przyrodę...



Można jeździć rowerem...



...ćwiczyć zimą na biegówkach...



Można wędrować w zorganizowanej grupie...



...lub indywidualnie (tu popularny nordic walking)

## Truskaw

38

To najprawdopodobniej najstarsza wieś powstała wewnątrz Puszczy Kampinoskiej. Pierwsze wzmianki o niej pochodzą z 1419 r. Na zachodnim krańcu wsi, w miejscu dzisiejszej polany wypoczynkowej, stał folwark, w którym w 1863 r. zatrzymali się powstańcy z oddziału Walerego Remiszewskiego. 14 kwietnia oddział stoczył bitwę z carskim wojskiem w lasach pod Budą Zaborowską. Ze wszystkich puszczańskich wsi Truskaw ucierpiał najbardziej podczas II wojny światowej. Niemcy spalili wieś dwukrotnie, pierwszy raz w 1939 r., a następnie w sierpniu 1944 r. Na przełomie sierpnia i września wzdłuż drogi do Pociechy atakowały okopanych tam żołnierzy Armii Krajowej współpracujące z hitlerowcami rosyjskie oddziały RONA. Nocą z 2 na 3 września 1944 r. żołnierze Grupy „Kampinos” Armii Krajowej dowodzeni przez por. Adolfa Pilcha „Dolinę” dokonali udanego wypadu na Truskaw, zadając nieprzyjacielowi ogromne straty. Tragiczne chwile upamiętnia pomnik ku czci walczących i poległych w II wojnie światowej znajdujący się obok pętli autobusowej. Nazwa wsi wywodzi się prawdopodobnie od słowa „trusk” oznaczającego szelest, skrzywienie traw lub owoc leśny – poziomkę.

- tu rozpoczyna się ścieżka „Do Karczmyska” i nasza wędrowka
- parking i polana wypoczynkowa
- zbiornik wodny „Mokre Łąki”. Mimo że pochodzenia antropogenicznego – związany z gminną oczyszczalnią ścieków – jest wyjątkowo malowniczy, a z uwagi na swój rozmiar oraz brak większych zbiorników w okolicy przyciąga wiele gatunków ptaków, wśród których są pospolite oraz rzadkie i chronione. Gratka dla ornitologów-amatorów i nie tylko!

2,5 km ul. 3 Maja i Lipkowską\*



Mokre Łąki



## Izabelin

Stosunkowo młoda wieś, która powstała w latach 20. XX w. jako letnisko dla oficerów zawodowych i rzemieślników. Izabelin był pierwszym w Puszczy Kampinoskiej osiedlem mieszkaniowym, które następnie uzyskało status miejscowości. Tutaj swoją siedzibę ma Kampinoski Park Narodowy i gmina Izabelin. Nazwa wsi wywodzi się od imienia właścicielki okolicznych lasów Izabeli Zielińskiej.



Dyrekcja KPN i Centrum Edukacji

- Centrum Edukacji Kampinoskiego Parku Narodowego: ekspozycje, wystawy czasowe, punkt sprzedaży wydawnictw i pamiątek; parking, polana wypoczynkowa Jakubów i początek ścieżki dydaktycznej „Puszczańska ścieżka do Leśnego Ogródka Botanicznego”

5 km ul. 3 Maja i Tetmajera, samochodem w kierunku Warszawy, autobusem do przystanku Urząd Gminy i dojsie ul. Tetmajera\*

## Laski

Miejscowość powstała na początku XVIII w. na terenie wyciętego lasu, gdzie wybudowano folwark z dworem i 10 chatupami. Docelowo teren ten przekazany został Róży Czackiej na siedzibę Zakładu dla Ociemniałych, prowadzonego przez Zgromadzenie Sióstr Franciszkanek Służebnic Krzyża założone przez Błogosławioną siostrę Elżbietę Różę Czacką. Nazwa wsi wywodzi się od drzewa – leszczyny, dawniej zwanej „laska”.

- drewniana zabytkowa Kaplica pw. Matki Bożej Anielskiej z 1925 r. oraz zabytkowy cmentarz z 1924 r. na terenie Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych im. Róży Czackiej w Laskach. W sarkofagu w kaplicy znajdują się szczątki błogosławionej Sługi Bożej Matki Elżbiety od Krzyża, Róży Czackiej
- Leśny Ogródek Botaniczny z kolekcją rodzimych gatunków drzew i krzewów
- Góra Ojca – jedna z najwyższych wydm KPN (ponad 100 m n.p.m.), miejsce od-



Kaplica pw. Matki Bożej Anielskiej w Laskach

poczynku, krzyż pamięci ks. Władysława Kornitowicza (współtwórcy i kierownika duchowego Dzieła Lasek), sosny „kroczące”

6,5 km ul. 3 Maja i Tetmajera, samochodem w kierunku Warszawy, autobusem do przystanku Sokołowskiego\*

## Palmiry

Nazwa Palmiry pojawia się w księgach parafii Łomna w 1837 r. Jednak na terenach tych już wcześniej prowadzone było osadnictwo. Niektóre źródła podają, że nazwa wsi jest związana z zainteresowaniem Antoniego Trębickiego (właściciela dóbr Łomna od 1799 r.) starożytnością i że początkowo wieś nazywała się Palmira. W latach 1929-39 powstały tu obiekty Wojskowej Centralnej Składnicy Amunicji, w tym magazyny i bocznice kolejowe (pozostałości widoczne są do dziś).

- Muzeum – Miejsce Pamięci Palmiry i cmentarz-mauzoleum ofiar terroru hitlerowskiego z grobami 2115 ofiar potajemnych egzekucji dokonywanych przez hitlerowców w Puszczy Kampinoskiej w latach 1939-1941, a także innych podwarszawskich lasach do 1943 r., obok ścieżka dydaktyczna „Wokół Palmir”



Cmentarz-mauzoleum w Palmirach



Długie Bagno

- Długie Bagno – torfowisko wysokie, ścieżka spacerowa
- parking i polana wypoczynkowa Pociecha
- Krzyż Jerzyków upamiętniający ciężkie walki wokół Pociechy toczone na przełomie VIII i IX 1944 r. przez Powstańcze Oddziały Specjalne AK „Jerzyki”

3,5 km ścieżką dydaktyczną „Do Karczmyska” i czarnym szlakiem do muzeum i cmentarza, kolejne 1,5 km niebieskim szlakiem do Pociechy, samochodem ul. 3 Maja i Drogą Palmirską 2,8 km do parkingu Pociecha i 4,5 km do parkingu Palmiry cmentarz\*

## Zaborów Leśny

Niewielka osada leśna nad przekopanym po 1868 r. Kanałem Zaborowskim, aktualnie część wsi Truskaw. W I połowie XIX w. stał tu folwark o nazwie Gać Zaborowska należący do majątku Zaborów.

41

- Obszary Ochrony Ścisłej Zaborów Leśny z kompleksem ponad stuletnich lasów łągowych, grądów i borów z licznymi drzewami pomnikowymi oraz Kalisko, chroniące zespoły roślinne torfowiska niskiego
- Mogiła powstańców z 1863 r. z ciałami 72 powstańców poległych w Bitwie pod Budą Zaborowską 14.04.1863 r.
- najdłuższa w parku kładka turystyczna prowadząca przez mokradła uroczyska Kalisko
- polana wypoczynkowa

3,5 km żółtym szlakiem turystycznym tzw. Truskawską Drogą, samochodem w stronę Małego Truskawia do parkingu w Budzie i dojście 2,6 km Szeroką Warszawską Drogą później szlakiem niebieskim\*



Obszar Ochrony Ścisłej Kalisko

## Wiersze

Mała wieś założona w 1765 r. jako osada budników. Jej nazwa pochodzi od „wierszy”, czyli rodzaju sieci rybackiej, skąd przypuszczenie, że istniały tu w przeszłości rozlewiska a ludność trudniła się rybołówstwem. Inna teoria mówi, że nazwa pochodzi od nazwiska założyciela lub pierwszego osadnika Zygmunta Wierszy. W VIII i IX 1944 r. Wiersze będące siedzibą sztabu Zgrupowania partyzanckiego Armii Krajowej Grupy „Kampinos” wraz z Brzozówką, Truskawką, Janówkiem, Krogulcem, Kiścinnem, Ławami, Łubcem, Roztoką, Wędziszewem, Pociechą i Zaborowem Leśnym były terenem całkowicie wolnym od okupanta. Obszar ten nazwany został „Niepodległą Rzeczpospolitą Kampinoską”.

- cmentarz partyzancki Żołnierzy Grupy Kampinos Armii Krajowej z 1944 r. z grobami 54 żołnierzy AK, obok pomnik Niepodległej Rzeczypospolitej Kampinoskiej

7,5 km ścieżką dydaktyczną „Do Karczmiska”, a następnie szlakiem czerwonym lub 8 km szlakiem żółtym\*

\* odległość od polany wypoczynkowej Truskaw

# REGULAMIN

42

Każdy odwiedzający Kampinoski Park Narodowy jest zobowiązany do przestrzegania regulaminu. Ustanowiono go nie po to, by uprzykrzać turystom życie, ale by możliwie długo utrzymać kampinoską przyrodę w naturalnym stanie. Podstawowe zasady, o których należy pamiętać:



## UWAŻAJ Z OGNIEM

Rozpalanie ogniska, grilla i kuchenki turystycznej wymaga uzyskania pisemnej zgody dyrektora parku i możliwe jest tylko w miejscach do tego wyznaczonych. Nigdy nie pozostawiaj roznieconego ognia bez nadzoru.



## TRZYMAJ SIĘ SZLAKU

Turystykę pieszą, rowerową i narciarską można uprawiać wyłącznie na: oznakowanych szlakach turystycznych, ścieżkach spacerowych i dydaktycznych.



## ODWIEDZAJ PARK W PORZE DZIENNEJ

Noc jest czasem odpoczynku, ale także porą wzmożonej aktywności zwierząt zamieszkujących puszcę. Nie biwakuj poza miejscami do tego wyznaczonymi.



## NIE WPROWADZAJ PSA DO PARKU NARODOWEGO

Zakaz wprowadzania psów dotyczy obszarów ochrony ścisłej i czynnej.



## ŚMIECI ZABIERZ ZE SOBĄ

Przy szlakach nie ma koszy na śmieci – jest to celowe działanie, by nie gromadzić odpadków na terenie parku. Pozostawione odpady mogą być niebezpieczne dla zwierząt, wpływają negatywnie na krajobraz i środowisko.



## ZACHOWUJ CISZĘ

W ten sposób nie narażasz zwierząt na stres związany z hałasem oraz szanujesz innych turystów przebywających na szlaku.



## NIE ZBIERAJ: GRZYBÓW, KWIATÓW I OWOCÓW. NIE NISZCZ ROŚLIN

Zakaz służy ochronie wszystkich dziko żyjących gatunków roślin, zwierząt i grzybów oraz ich siedlisk.



## KORZYSTAJ Z MIEJSC WYZNACZONYCH DO PARKOWANIA

Jeśli przyjechałeś samochodem, pozostaw go na wyznaczonym miejscu. Nigdy nie zastawiaj szlabanów i dojazdów pożarowych.

**UWAGA! JEŚLI ZAUWAŻYŁEŚ POŻAR, ZADZWOŃ I WSKAŻ JEGO MIEJSCE.  
EUROPEJSKI NUMER ALARMOWY 112  
POGOTOWIE RATUNKOWE 999, STRAŻ POŻARNA 998, POLICJA 997**



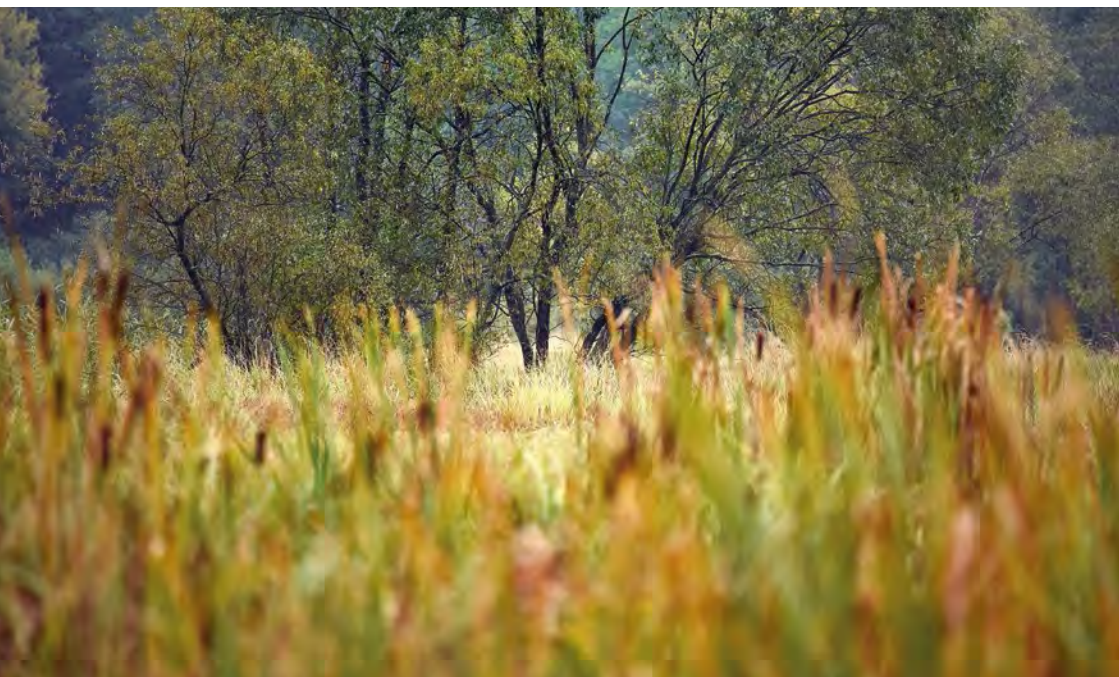
„Do Karczmiska” – najczęściej odwiedzana ścieżka dydaktyczna w parku, teraz zmodernizowana dzięki wsparciu Unii Europejskiej

Ścieżka dydaktyczna prowadząca z Truskawia przez Paśniki, wzdłuż Obszaru Ochrony Ścistej Cyganka i Karczmisko powstała w 1974 r. jako jedna z pierwszych tego typu ścieżek w Kampinoskim Parku Narodowym. Pierwotnie nosiła nazwę „Wokół Niepustu”, potem skrócono jej przebieg (nie prowadzi już jak pierwotnie do Pociechy) i nadano nazwę „Do Karczmiska”. Tablice wymieniane ostatnio w 2007 r. zdążyły już się zużyć, a część informacji zdezaktualizować. Dzięki dofinansowaniu ze środków Funduszu Spójności w ramach Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko 2014-2020 (działanie 2.4 „Ochrona przyrody i edukacja ekologiczna”, oś priorytetowa II „Ochrona środowiska, w tym adaptacja do zmian klimatu”), w 2023 r. ścieżkę zmodernizowano. W ramach działań wymieniono wszystkie tablice przystankowe, zamontowano bariery mechaniczne w postaci bali drewnianych przy nieudostępnianych ścieżkach i przeddeptach wzdłuż ścieżki, wymieniono i wybudowano nowe kładki turystyczne oraz wyrównano nawierzchnię z zastosowaniem kruszywa mineralnego na szczególnie nierównych i okresowo zalewanych odcinkach. Było to jedno z głównych zadań projektu „Ochrona cennych gatunków i siedlisk przyrodniczych poprzez właściwe ukierunkowanie ruchu turystycznego w Kampinoskim Parku Narodowym” (nr POIS. 02.04.00-00-0049/17). Ponadto wykonano także niezbędne zabiegi z zakresu ochrony czynnej: koszenia i odkrzaczania na murawach i łąkach Paśniki i na Zakrętkowej Górze. Dzięki nim zachowano w tym rejonie murawy szczerlichowe i ciepłolubne ze stanowiskami gatunków roślin światłolubnych oraz przyczyniono się do

ochrony zmiennowilgotnych łąk trzęślicowych i świeżych, wraz z gatunkami roślin z nimi związanymi, w tym goździka pysznego, goryczki wąskolistnej, nasieźrzała pospolitego, kruszczyka błotnego i czarcikęsika Kluka. Wymiernym efektem realizacji projektu jest również przewodnik, który w „nowym” wydaniu trafił do Państwa.

Wymienione zadania służyły ograniczeniu antropopresji na siedliska przyrodnicze oraz chronione i zagrożone gatunki występujące w sąsiedztwie polany wypoczynkowej Truskaw, z uwzględnieniem ich ochrony i przywrócenia właściwego stanu. Zrealizowane cele strategiczne projektu to: skanalizowanie ruchu turystycznego poprzez modernizację i budowę infrastruktury turystycznej oraz ograniczenie lub eliminacja dewastacji siedlisk przyrodniczych: wydm śródlądowych z murawami napiaskowymi, ciepłolubnych, śródlądowych muraw napiaskowych, zmiennowilgotnych łąk trzęślicowych i dąbrów ciepłolubnych.

W Kampinoskim Parku Narodowym turystykę i edukację terenową traktuje się jako ważne narzędzia ochrony przyrody. Budowa nowego oraz modernizacja istniejącego zagospodarowania turystycznego służy coraz bardziej wymagającemu turyście, przy jednoczesnym zachowaniu estetyki i funkcjonalności, z korzyścią dla przyrody i krajobrazu!





### ● PRZYSTANKI

- I - Sukcesja lasu
- II - Ochrona czynna
- III - Motylowe łąki
- IV - Jałowce
- V - Obszar Ochrony Ściśtej Cyganka
- VI - Odtwarzanie lasu
- VII - Ols i łąg
- VIII - Strumień
- IX - Przy lipie
- X - Dzikie ścieżki
- XI - Karczmisko
- XII - Wiatrołomy



© Wydawnictwo Epograf  
ISBN 978-83-62910-70-0  
© Kampinoski Park Narodowy



**Fundusze Europejskie**  
Infrastruktura i Środowisko



**Rzeczpospolita Polska**

**Unia Europejska**  
Fundusz Spójności

