



POŁOŻENIE I DOJAZD

Kostrza i Sadek leżą w gminie Jodłownik (nieдалeko Limanowej), położonej w województwie małopolskim. Na malowniczy i urozmaicony krajobraz tej okolicy składają się odosobnione, wyspowo wznoszące się, pokryte lasami szczyty i doliny Beskidu Wyspowego. Można do nas dojechać w godzinę z Krakowa, Nowego Sącza, Myślenic, Bochni i Brzeska.



www.miejscacharakterem.pl

Obejrzyj film o Kostrzy-Sadku, Krainie pod Zielonym Wielorybem.

Projekt dofinansowany ze środków Programu Rządowego na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej



Biuro Inicjatyw Społecznych



Miejsca z charakterem

Kostrza - Sadek

Kraina pod Zielonym Wielorybem



Kostrza-Sadek

Kraina pod Zielonym Wielorybem



KOSTRZA – SADEK

Kraina pod Zielonym Wielorybem

Dawno, dawno temu, znad morza w stronę gór przypłynął... wieloryb! Niemożliwe? Najlepiej przekonać się o tym na własne oczy – czyli z bliska zobaczyć górę Kostrza. A jest to góra wyjątkowa: nie dość, że wygląda jak potężny wieloryb, to jeszcze wedle legendy mieściło się na niej pradawne grodzisko. Porastają ją wspaniałe drzewa, a pomiędzy nimi rośnie jęczyznik zwyczajny, niezwykle rzadki gatunek paproci, która nawet zimą pozostaje zielona.



DOSTĘPNOŚĆ

Zapraszamy do budynku starej szkoły w centrum Kostrzy. Tam raczymy naszych gości lokalnymi przysmakami, prowadzimy warsztaty i opowiadamy o naszej Krainie. Planując program wycieczki, uwzględniamy różne możliwości sprawnościowe naszych gości.



KUCHNIA

Zapraszamy do degustacji Kuchni „Zielonego Wieloryba” opartej na tradycyjnych przepisach i produktach lokalnych. Nasze potrawy mają fantazyjne nazwy, można zjeść u nas „zieloną zupę mocy”, ogonki, pieczeń, a nawet hamburgera z zielonego wieloryba, dla jaroszy przygotowujemy „paczołki walenia” na słodko. Jadłospis komponujemy w zależności od Państwa potrzeb i upodobań.



WARSZTATY

Mamy szeroką ofertę warsztatów pozwalających w miły i pożyteczny sposób spędzić czas. Możemy nauczyć czerpania papieru metodą tradycyjną, wytwarzania mydełek glicerynowych oraz ozdób ze słomy. Oferujemy warsztaty wypieku placków i kołaczy z wykorzystaniem tradycyjnego pieca chlebowego. Znamy się również na muzykowaniu! Można u nas potańczyć i pośpiewać przy muzyce regionalnej.



NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

Proponujemy spacer po Kostrzy i Sadku tropem ważnych dla wsi miejsc. Nasi goście mogą się również wybrać z przewodnikiem na bardziej wymagającą

wycieczkę po górze Kostrzy – do bukowego lasu, w poszukiwaniu grodziska, języcznika zwyczajnego i źródła „zimnej wody”.



INNE ATRAKCJE

Zapraszamy również do udziału w zabawach plenerowych: ogniskach, tradycyjnych biesiadach z muzyką, tańcami i swojskim jadłem, a także inscenizacjach regionalnych obrzędów i tradycji (wesele kostrzańskie). A przygrywać i umilać czas będą Państwu artyści z zespołów regionalnych Swarni Łojce i Pnioki.



LOKALNE DZIEDZICTWO KULTUROWE

Po drodze warto zajrzeć do Jodłownika, gdzie w centrum wsi znajduje się zabytkowy drewniany kościół z XVI wieku, a w nim rokokowa polichromia. Najważniejszym zabytkiem gminy jest kompleks klasztorny Cystersów w Szczyrzycu.



KONTAKT



Zofia Bartosz,
tel. 503 817 175, 18 334 21 54
Teresa Bartosz,
tel. 505 504 747, 18 334 21 54
Urszula Bilka,
tel. 501 476 877

kostrza-sadek@miejszczacharakterem.pl
[f /ZielonyWieloryb](https://www.facebook.com/ZielonyWieloryb)