

Kąpiele już w starożytności uznawano za służące zdrowiu, a publiczne termy były miejscem towarzyskich spotkań. Tradycja przetrwała wieki... Słowacja i Węgry to kraje wyjątkowo bogate w źródła wód, a spędzanie czasu w licznych uzdrowiskach i ośrodkach termalnych stało się częścią narodowej kultury, w której od wielu lat chętnie uczestniczą także Polacy. Co więcej, również w Polsce powstają obiekty kąpieliskowe. Warto skorzystać z bogatej oferty kąpielisk termalnych Europy Środkowej, zwłaszcza porą jesienno-zimową, która sprzyja takiej formie relaksu.

Najnowszy przewodnik Wydawnictwa Bezdroża pt. "Kąpieliska termalne i mineralne. Słowacja, Węgry oraz Polska" oprowadza po ponad 50 kąpieliskach, w tym po nowo powstałych obiektach termalnych w Polsce. Zawiera liczne informacje praktyczne, poglądowe plany miast oraz opisy krajoznawcze miejscowości. Stanowi nieodzowną pomoc przy planowaniu wypoczynku "u wód".

Słowo spa kojarzy nam się dziś przede wszystkim z językiem angielskim, w którym oznacza "uzdrowisko". Mało kto wie, że jest to skrót od łacińskiego wyrażenia sanus per aquam, czyli "zdrowy przez wodę".

Czy wyjazd na wypoczynek do węgierskich lub słowackich kąpielisk może nam przynieść "zdrowie przez wodę"? Odpowiedź na to pytanie musi brzmieć "tak". Kraje te należą do najzasobniejszych w wody termalne krajów Europy. Zależy to przede wszystkim od tzw. stopnia geotermicznego, który określa, co ile metrów w głąb ziemi temperatura wody rośnie o 1°C. Dla Europy średnią wielkością są 33 m, dla Słowacji - 26 m, a dla Węgier - jedynie 18 m. Mało kto wie, że Polska jest trzecim w Europie - właśnie po Węgrzech i Słowacji - krajem pod względem zasobności w wody termalne. Nasz kraj ma jednak niewielkie tradycje korzystania z tego naturalnego bogactwa, ponieważ na terytorium Polski nie istniały samoczynne wypływy tych wód. Obecnie coraz częściej wykorzystuje się energię geotermalną w ciepłownictwie - miejmy nadzieję, że wkrótce skorzysta z niej również turystyka. Polska od niedawna może również pochwalić się kilkoma kąpieliskami termalnymi. W Zakopanem, Szaflarach i Bukowinie Tatrzańskiej możemy cieszyć się kąpielą u stóp polskich Tatr. Termy w Mszczonowie i Uniejowie to z kolei nowe punkty na mapie centralnej Polski. Wszystkie opisano w przewodniku Bezdroży.

Spośród wielu "źródeł", których sława wykroczyła poza granice kraju, w pierwszym rzędzie z kąpielisk węgierskich wymienić należy Bük, Hévíz, Harkány, Hajdúszoboszló, Gyulę i Miskolc, a spośród słowackich - Beseniová, Dunajská Stredę, Šturovo czy Pieszczany. Miejsca te swoją sławę zawdzięczają jednak nie tylko naturalnemu dobrodziejstwu wód, ale także znakomitej infrastrukturze turystycznej, gwarantującej kuracjom wszechstronną bazę noclegową, gastronomiczną i rozrywkową, a także doskonałe i różnorodne kąpieliska, hotele zdrojowe i centra wellness. Dlatego "zdrowie przez wodę" można dziś odzyskiwać w tych miejscach w najrozmaitszy sposób: szalejąc w aquaparkach, oddając się leniwemu wypoczynkowi na jednym z kąpielisk rekreacyjnych, przechodząc kurację wellness obejmującą saunę, bicze szkockie i tym podobne usługi, czy wreszcie poddając się serii zabiegów balneo- i hydroterapeutycznych na kąpielisku leczniczym bądź w hotelu zdrojowym. Przewodnik ułatwi wybranie najodpowiedniejszego w zależności od potrzeb i upodobań miejsca odpoczynku - od ogromnych kompleksów rekreacyjnych po niewielkie, spokojne kąpieliska.

Ci zaś, dla których udany urlop to nie tylko błogie leniwość, znajdą w niniejszym przewodniku opisy najciekawszych atrakcji i zabytków w okolicach cieplic. "Woda jest najlepsza" - powiedział liryk grecki Pindar w V w. p.n.e. O prawdziwości tych słów także i dziś zaświadcza niezwykła popularność kąpielisk termalnych.

"Kąpieliska termalne i mineralne. Słowacja, Węgry oraz Polska", praca zbiorowa, Wydawnictwo Bezdroża, Kraków 2009.

**Bezdroża**