

Polen

8–15 maj 2020



**Reseledare: Gigi Sahlstrand
Bo Thoor**

Välkommen att följa med Fågelguidning AB till Polen!

Vill du uppleva en fågelresa till den omtalade skogen i Bialowieza, som ligger där orörd och hyser alla Europas hackspettar? Dessutom goda chanser att få se både visenter och kronhjortar! Samt uppleva de enorma våtmarksområdena i Biebrza som hyser många spännande arter! Där finns den rödlistade vattensångaren, Europas bästa lokal! Allt detta bekvämt nära, bara 1.45 timmes flygresor bort, eller varför inte ta tåget! Reseledaren Gigi har lett 7 resor dit, så vi vågar påstå hon kan området väldigt väl 😊.

Program

Dag 1 (8 maj)



Resan startar på flygplatsen i Warszawa. Efter hämtat ut vår minibuss åker vi de 20 mil till Bialowieza. Strax efter man lämnat stadsmiljön och dess förorter ändras landskapet och vi kommer börja få bekanta oss med de vita storkarna. Troligtvis kommer vi få höra/se sommargylling och en kungsfiskare svisca förbi när vi tar en bensträckare vid en flod. Efter vi installerat oss på vårt hotell och ätit kvällsmat går vi en tur i byn och i Palatsparken. Troligtvis har skymningen gjort entré och från dammarna sjunger trastsångare, flodsångare och näktergal. Från fälten kan vi höra vaktel och kornknarr. Dessutom en härlig kör av grodor! Vi bor på trivsamt familjedrivet pensionat mitt i byn. Natt Bialowieza.

Möjliga arter:

Vit stork, vaktel, kornknarr, sommargylling, kungsfiskare, gök, trastsångare, flodsångare, näktergal, gulhämpling, svart rödstjärt

Dag 2 (9 maj)



Vi börjar tidig morgon i den stängda delen av Bialowieza nationalpark. Här måste man ha med sig en lokal guide och man får inte vika av från stigarna. Det är en oerhörd vacker skog där träden lockas till många fotoobjekt. Guiderna brukar ha koll på var hackspettarna häckar så här bör vi redan få några av våra målarter såsom mindre hackspett, mellanspott, tretåig- och vitryggig hackspett samt spillkråka. Mindre flugsnappare och halsbandsflugsnappare brukar sjunga flitigt och då o då hörs den brandkronade kungsfågeln. Har vi stor tur kan vi få höra/se varg, lo och visenter. Efter sagt adjö till vår guide tar vi lunch i byn. Efter lunch går vi tillbaka till pensionatet för en kortare paus, då kan man passa på att vila sig, sitta o spana fåglar i trädgården eller så blev man kvar in byn för att shoppa lite på marknaden (byn ligger ca 150 m från vårt boende). Därefter blir det en tur i palatsparken. Trastsångaren brukar visa sig och i parken häckar både mellanspott, mindre hackspett och gråspett. Med lite tur kan man även se en kattuggla på dagkvist. När vi är nöjda med parken tar vi minibussen och åker förbi där

höksångaren brukar häcka, sen vidare till östra bron i Bialowieza. Lundsångare, rosenfink, flodsångare, trastsångare, kornknarr och sommargylling är ett urval av fåglar som brukar höras här. Natt Bialowieza.

Möjliga arter:

Mindre hackspett, mellanspett, tretåig- och vitryggig hackspett, spillkråka, sommargylling, kornknarr, mindre flugsnappare, halsbandsflugsnappare, brandkronad kungsfågel, lundsångare, rosenfink, höksångare

Dag 3 (10 maj)



För de som orkar kliver vi upp 03.00 för att få chans att se visenter. De visar sig bara i gryningen. Troligtvis får vi även se kronhjortar. Vi kommer slås av den fantastiska morgonkören från alla fåglar! Därefter kan de som vill krypa till kojs igen och ta en sovmorgon innan frukost serveras. Efter frukost beger vi oss till ån strax före byn Budy, här har vi chans på vitryggig hackspett och andra hackspettar samt en galen grodkör 😊. Där har vi sett färsk vargspilling! Sen åker vi den korta biten till Kungaekarna och äter lunch i fält, där brukar bl a mellanspett häcka. Vi avslutar dagen med att besöka djurparken. Här får vi se visenter på nära håll men även en mängd fåglar håller till i parken. Ev hinner vi med en fika i byn eller så har vi med oss och fikar i fält.

Möjliga arter:

Visent, kronhjort, vitryggig hackspett, gråspett, mellanspett, bivråk, dubbeltrast, brandkronad kungsfågel, svart röstjärt

Dag 4 (11 maj)



Vi lämnar nu Bialowieza för att bege oss till nästa nationalpark, Biebrza. På vägen dit lägger vi en lång tid vid Siemenovka dammen/sjön. Vi börjar i sjöns södra del där mängder av ägretthäger och 3 kärrtärnor ses (skägg-, svart- och vitvingadtärna). Flera vackra årtor brukar visa upp sig och goda chanser att få se en skrikörn, mindre och/eller större. Flertal bruna kärrhökar jagar över våtmarken och citronärla häckar i området. Sen tar vi oss runt till norra delen, där går järnvägen rakt över dammen vidare in i Vitryssland. Banvallen blir en utmärkt skådarplats för att se över vattnet och vassarna! I sjön ses många änder, vassångaren surrar, pungmes häckar här och rördrommen tutar. Jämte låter klockgrodnornas mysiga ljud.

Innan vi beger oss den 15 mil långa färden till vårt nästa boende i Biebrza nationalpark, tar vi lunch i fält. Väl framme installerar vi oss nu på hotellet i Goniadz som ligger precis mycket vackert vid floden. Deras matsal går inte beskriva – måste upplevas! För dem som orkar gör vi en liten kvällspromenad i omgivningarna. Du kommer imponeras av grodkörens höga ljud och från ditt sovrumsfönster kan du höra rördrom och småfläckig sumphöna! Natt i Goniadz.

Möjliga arter:

Skägg-, svart- och vitvingadtärna, ägretthäger, mindre och större skrikörn, havsörn, lärkfalk, citronärla, årtä, vassångare, pungmes, kärrsångare, göktyta

Dag 5 (12 maj)



Troligtvis vaknar du till rosenfink och sommargylling ☐. Vi börjar dagen att åka söderut på östsidan om floden, till en av vattensångarnas häckningsområde, Bagno Lawki. En träspång som leder ett 100-tal meter ut på våtängarna. Här bör vi hitta vattensångare, en stor upplevelse! Chans också kornknarr, men den har vi säkert hört innan på lämpliga ställen. Även chans på rödspovar, jorduggla, ängshökar och skrikörnar. Vid ett annat stopp brukar trädlärkorna sjunga och vid en bondgård häckar härfågel. Därefter tillbaka en bit, till Osowiec-Twierdza där vi intar vår lunch i fält. Där finns flera betongfästning gör oss påmind om andra världskriget. Här finns två fågeltorn och en spång som vi besöker. Vid ena tornet har svarthalsad dopping setts. Utmed spången häckar det pungmes. Blåhake brukar ses och vi har chans på ängshökar. I Osowiec-Twierdza ligger nationalparkens kontor med en viss shoppingmöjlighet. Här kan man köpa kartor, böcker, handkarvade fåglar. Här ser vi säkert flera svarta rödstjärtar. Efter midagen ger vi oss in i byn, där häckar en tornuggla sen många år tillbaka. Förhoppningsvis kvar även detta år! Den brukar kunna ses runt kl 21.30 vid hustaket där den sitter och låter sitt skrämmande läte! Natt i Goniadz

Möjliga arter:

Vattensångare, tornuggla, raphöna, rödspov, jorduggla, ängshök, mindre och större skrikörn, bivråk, svarthalsad dopping, trädlärka, härfågel, blåhake, pungmes, svart rödstjärt, älg, klockgroda.

Dag 6 (13 maj)



Vi börjar morgonen att lyssna och spana utanför vårt hotell därefter mot Budne. Där vi har vi bra chans på svart stork, härfågel, ägretthäger, olika tärnor mm. Över floden ser vi byn Goniadz med dess höga kyrktorn. Sen är det dags för Mscichy, ett av många måsten i Biebrza ☐. Vi parkerar utmed vägen och vandrar ut till tornet ute vid floden. Promenad på ca 2 km enkel väg (beror på vattenståndet). Aftonfalk, ängshök och citronärlor kan vara möjlig här och vi har chans på dvärgrördrom. Mängder med bruna kärnhökar, svartvingad och skäggtärnor. Några stycken rödspovar brukar kunna ses och svarta storkar. Efter middag kanske några vill ta en vandring jämte floden eller gå upp till byn för lyssna/se på tornugglan igen. Det är mycket fågel och grodor som låter i skymningen. Natt i Goniadz.

Möjliga arter:

Svart stork, dvärgrördrom, ängshök, aftonfalk, vassångare, lundsångare, citronärla, brushane



Dag 7 (14 maj)



Morgonpass på "större skrikörnsstigen" väster om Wolka Plazc, Vi vandrar i en sumpskog utmed en grävd kanal. Här finns gråspett, vitryggig hackspett, en del sångare bl a flod, vass och lundsångare och chans på bäver. I området häckar större skrikörn men det krävs mycket tur att få syn på dem. Då är det lättare att få chans att se härfågeln som häckar i området. Tyvärr säkert gott om myggor också 😞! Vid ängarna i Kapice bör vi kunna se olika sorters rovfåglar, bl a bra jaktmarker för mindre skrikörnar. Härfågel, ortolansparv och varfågel brukar kunna ses. Där passar vi även på att äta lunch i fält. Fortsätter vår skådning i närområdet Goniadz. Efter middag åker vi till bron och närområdet, vid bron finns även ett fågeltorn. Vi kan ha tur med att höra dubbelbeckasin spela, gräshoppsångare, nattskärna, vattenrall, näktergal mm mm. Det är en trevlig skådning från bron över Biebrzafloden i skymningen. Svarttärnor och vitvingade tärnor födosöker över floden. Natt i Goniadz.

Möjliga arter:

Härfågel, sommargylling, lundsångare, vass- och flodsångare, hackspettar, mindre skrikörn, tornfalk, varfågel, ortolansparv, vattenrall, nattskärna, bäver

Dag 8 (15 maj)



Vi packar ihop för åka mot flygplatsen i Warszawa (flyget går runt 17.00) men innan tar vi 3 stopp. Vid Havsörnssjön (Zygmunta Augusta) utanför Knyszyn hittar vi änder och doppingar samt såklart havsörnar ☐. Nästa stopp blir vid fiskdamarna. Där häckar sångsvan, gråhake-, små och skäggdopping samt några vadare. Havsörnar, backsvalor, kärr, rör och sävsångare är fler arter vi kommer stöta på. Sen går färden till Tykocin, en vacker stad men det är platsen strax utanför som lockar oss. Där brukar biätare snällt visa upp sig och oftast ser man även turturduva och fältpiplärka. Vi njuter av biätarna och passar på att äta vår sista lunch i fält, en trevlig avslutning innan det är dags att åka till flygplatsen. Hemresa. Resan avslutas på flygplatsen i Warszawa.

Möjliga arter:

Havsörn, sångsvan, gråhake-, små och skäggdopping, backsvala, vadare, turturduva, biätare, fältpiplärka





Resan

Pris: 13 900 SEK.

Anmälningsavgift 1900kr erlägg vid bokningstillfället. Resterande belopp ska erläggas 60 dagar innan resans startdatum. Enkelrumstillägg 1300 kr

Detta ingår i resan:

- logi i dubbelrum på pensionat och hotell
- helpension
- alla transporter under resan i Polen
- bränsle
- parkguide i Bialowieza skogen
- 2 svenska reseledare
- artlista

Följande står resenären själv för:

- Flyg/tågresor till och från Warszawa
- fika
- Personliga utgifter
- Personlig reseförsäkring
- Övrig dryck som inte ingår
- Rumsdricks på hotellet (frivillig)
- Utgifter förorsakade av ev. förseningar
- Matersättning eller andra utgifter om deltagaren inte väljer att delta i gruppens program

Mer information om villkor för denna resa kan du läsa i Fågelguidning AB resevillkor. Du hittar den under meny Resor.

Kortfakta

Polens valuta heter zloty (Newzloty), PLN. Kursen (Forex) är 1 SEK = 0,37PLN (1 PLN = 2,37 SEK) (aug-19). Det går även bra att betala med kontokort på de flesta ställen.

Det är helpension på resan. Måltidsdryck i form av vatten ingår alltid till middagarna. Lägg därtill utgifter för eget bruk, typ souvenirer, dryck, snack, fika.

Det finns bra möjligheter att använda bankomat i städerna, det är dock bra om ni har med en reskassa som räcker under hela resan.

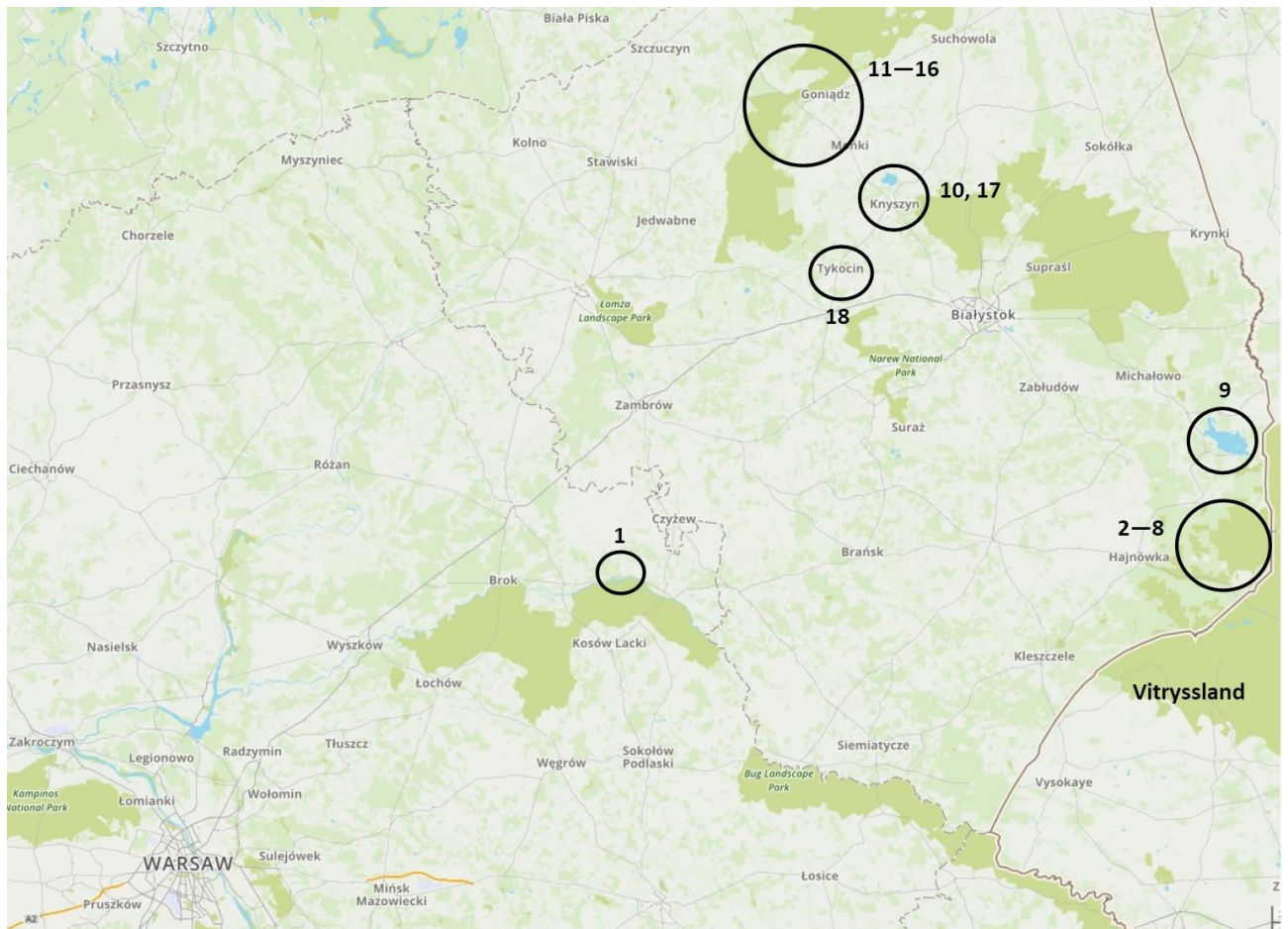
Tidszon är svensktid +0 tim. Det är skådarljus ungefär mellan kl 05.00 och 21.00.

Temperatur mellan 20–25°C. Regn kan förekomma.

Det finns möjlighet att hyra handkikare (handkikare är ett måste) och tubkikare meddela Fågelguidning om du är intresserad.

Egen litteratur kan vara bra att ha med sig på resan, artlista får du på plats, den kommer att användas under hela resan.

Vi kommer se en rik vacker blandad natur, grönskande och många vattenflöden. Många små jordbruk och en hel del kreatur. Som kontrast till detta ser vi en hel del av lämningar från världskrigen. Och vi har en chans att se vilda visenter, älgar, kronhjortar, rådjur, rävar, bävvar mm.



- | | | |
|------------------------------|----------------------------|--------------------------|
| 1. Flodstoppet | 7. Kungaekarna | 13. Mscichy |
| 2. Palatsparken | 8. Djurparken | 14. Bagno Lawki |
| 3. Bialowieza | 9. Siemianowka dammen | 15. Osowiec-Twierdza |
| 4. Nationalparken Bialowieza | 10. Havsörnsdammen Knyszyn | 16. Kapice |
| 5. Östra bron | 11. Goniadz | 17. Fiskdammarna Knyszyn |
| 6. Budy | 12. Bundre | 18. Tykocin |

Resdag	Destination/områden
Dag 1 – 8 maj	Resan startar på flygplatsen i Warszawa. Transport till Bialowieza, Palatsparken. Natt Bialowieza.
Dag 2–9 maj	Bialowieza nationalpark, Palatsparken, Östra bron. Natt Bialowieza.
Dag 3 – 10 maj	Budy, Kungaekarna, Djurparken, Natt Bialowieza.
Dag 4–11 maj	Siemenovka-dammen. Natt i Goniadz.
Dag 5 – 12 maj	Bagno Lawki, Osowiec-Twierdza. Natt i Goniadz
Dag 6–13 maj	Budne, Mscichy. Natt i Goniadz
Dag 7 – 14 maj	Wolka Piaseczna, Kapice. Natt i Goniadz
Dag 8 – 15 maj	Havsörnssjön och Fiskdammarna Knyszyn. Tykocin, Hemresa. Resan avslutas på flygplatsen i Warszawa.



Allmänt om resan

Som du säkert redan har läst finns ett program som förklarar vad som kommer att hända de olika dagarna på resan. Detta är ett preliminärt program, det kan när som ske omkastningar och justeringar i programmet. Det kan bero på väder, tillgång på fågel eller andra orsaker som sker under resan. Alla justeringar i programmet görs alltid för att ni ska få ut maximalt utav resan.

Polen gränsar till Tyskland i väst, Tjeckien och Slovakien i söder, Ukraina och Vitryssland i öst samt Litauen och Ryssland i norr. Landet har även maritim gräns i Östersjön i norr mot Danmark och Sverige.

Vi kommer att bo och vistas i östra Polen, första dagarna väldigt nära gränsen till Vitryssland. Polen har dryga 40 miljoner invånare.

Flygresan / Tågresan

Det finns flera alternativ på att ta sig till Polen denna del i resan ingår inte i priset. Innan du boka flyg/tågbiljetten bör du alltid kolla med Fågelguidning AB vilka tider som gäller och om det skett några förändringar. Det finns flera bolag som flyger till denna destination men bäst brukar bli Lot som flyger direkt. En flygbiljett brukar kosta runt 1800 kr t & r. Mötesplatsen blir ankomsthallen i Warszawa, det är från denna plats som resan börjar. Ni kommer få förslag på flygtider senare för boka runt årsskiftet 19/20. Vi flyger på morgonen och hem runt 17.00. Flygtiden är endast 1.45 minuter.

Bagage

På flyget till Polen ansvarar du själv för att bagaget följer flygbolagets regler, detta gäller även vid återresan. Det är viktigt att du kontrollerar vad som gäller för just ditt flygbolag! Tänk på att helst packa kikare, fotoutrustning, laddare, medicin och andra väderfulla saker i handbagaget. Dels ligger det oftast mer skyddat i handbagaget, skulle du bli av med din resväska så förlorar du inte kikare/fotoutrustningen som du behöver använda varje dag på resan. Kan även också vara en fördel att ha vissa toalettartiklar, ett om-byte kläder etc. i handbagaget. Jag har min tub i handbagaget och stativet i resväskan. Tänk också på att bagageutrymmet i våra fordon kan vara begränsat, packa gärna i mjuka s k soft bags med storleken anpassad till innehållet. Men självklart fungerar vanliga resväskor.

Under veckan kan du ha väskan på hotellet där vi bor (bra med ryggsäck under dagarna, se under Utrustning).

Hälsotips

Kontrollera vilka mediciner som du behöver ha med dig under resan, packa dom på rätt sätt.

Viktig medicin bör du ha med dig i handbagaget. Det är alltid bra att ha med sig en liten "sjukvårdsväska", liten sax, plåster, vätskeersättning, hand-/hudkräm, värktabletter, samt något mot diarréer (Imodium eller Dimol) är några av de saker som kan vara bra att ha med sig. En flaska med handsprit kommer ofta väl till pass, välj små förpackningar så fungerar det även på flyget.

Hur kommer vi att bo?

De 3 första nätterna bor vi på ett familjedrivet pensionat mitt i byn i Bialowieza. Kort gångavstånd till nationalparken. Övriga 4 nätter strax intill floden Biebrza i byn Goniadz, precis intill kanten till nationalparken. Fågellivet direkt utanför dörren och du hör ljuvlig fågelsång från ditt fönster/balkong.

Kost och dryck

Det ingår helpension i resans pris. Vi äter frukost och middag på våra boenden. Alla middagar inleds med en god soppa och vi kommer få dessert till alla middagar, måltiderna får anses vara generöst tilltagna. Våra lunchpaket tar vi med på morgonen och äts ute i fält dock en lunch på restaurang. Det finns affärer i närheten om man vill handla snacks, dryck osv. På båda våra boende finns öl och vinrättigheter.

Är det något som du är allergisk mot eller inte vill äta meddela oss snarast eller meddela guiden på plats.

Vilket tempo kommer resan att ha?

Resan är en AB1 vilket innebär att även nybörjare kan ta del av resan och att tempot är lågt. Du hittar en förklaring till AB1 under Fågelresor i menyn "Kunskap och tempo". Vi äter alltid hotellfrukost innan dagens exkursion påbörjas men det går utmärkt att skåda eller fota på egenhand innan frukost. Det blir inga längre sträckor att gå förutom i nationalparken Bialowieza, ca 5–8 km men terrängen är där lättgången utan några nivåskillnader och vi stannar ofta. På många ställen som vi besöker finns det spång/spånger där det kan vara blött i markerna. Flera fågeltorn kommer besökas, de är i fint skick.

De flesta dagarna blir det korta körsträckor, men dag 1, 4 och 8 blir det en 20 mil lång transportsträcka. Generellt är det polska vägnätet är väl utbyggt och underhållet. Det är relativt måttligt med trafik på vägarna (i vissa områden glest mellan bilarna), förutom i Warszawa där det är en normal stadstrafik.

Kläder

Vädret i maj är i allmänhet soligt och skönt men kan vara opålitligt. Ta med blandad klädsel som kortärmad skjorta/linne och liknande men även klädsel för kyligare klimat.

Du bör vara garderad mot regn, så tag med regnställ (även bra som vindskyddsplagg) och ev paraply. Precis som i Sverige kan det bli risk för regn så man får givetvis anpassa skodon efter detta. Jag reser dock själv alltid utan stövlar – de tar alltför stor plats i bagaget. Jag använder Goretex skor som står emot viss regnmängd. I övrigt klarar vi oss bra med joggingskor/grova promenadskor och skådarsandaler. Nål, tråd och någon knapp eller två kan vara bra att ha med sig om något skulle gå sönder, finns små praktiska resekit att införskaffa.

Vad kan vi förvänta oss för väder?

Vädret är behagligt på dagarna (ofta runt 20–25°), med svalare morgnar och kvällar. Dvs ganska likt Sveriges vår (de varmare dagarna). Dock kan det regna vilket gör att det är klokt att varje dag ha regnkläder tillgängliga i ryggsäcken.

Litteratur och kartor

De fälthandböckerna (eller appen) som gäller är Fågelguiden av Lars Svensson m.fl. En karta är alltid trevligt att ha så man kan följa med hur vi reser MEN du kan vara uppkopplad hela tider på nätet och på Eniros sidor kan du skriva ut kartor. Annars hittar du kartor hos www.kartbutiken.se (08–202 303). Ett tips är även att kika på ditt bibliotek efter allmän reseguide till Polen.

Utrustning och klädsel

Handkikare är ett måste på denna typ av resor. Då vi vissa dagar kommer att fågelskåda på långa avstånd rekommenderar vi starkt att du också har tubkikare med på resan för att få ut maximal upplevelse av dagarna. Du har möjligt att hyra hand- och/eller tubkikare av Fågelguidning AB, hör av dig så berättar vi mer om detta.

Andra saker som du bör ha med dig är, vattenflaska, liten termos, plastmugg, ryggsäck, solhatt/keps, solglasögon, solkräm med passande skyddsfaktor, läppbalsam, myggstift, servetter/toapapper, öronproppar, fältkniv (tänk på ej ha det i handbagaget!), lås till resväskan.

Artlista

Du kommer få en artlista av oss första dagen. Här finns troligen alla arter med som vi kommer att se under resan. Varje dag avslutas med en artgenomgång där guiden går igenom

dagens observationer och hjälper dig med vad som är sett. Vi noterar också vilka orter/platser som besökts under dagen. Artlistan behåller du när resan är slut och blir ditt resedokument över vad som setts och hänt under resan.

Våra guider

Gigi Sahlstrand är en erfaren och mycket rutinerad guide sedan många år tillbaka detta blir hennes åttonde resa till Polen, och har fram till idag genomfört ett 100-tal resor världen över. Gigi startade för cirka 10 år sedan GiSa HB, men har sedan 2018 flyttat sin verksamhet till Fågelguidning AB där hon idag är delägare. Du hittar henne rätt ofta i olika medier som bl a. "Det stora fågeläventyret", Morgonsoffan i olika kanaler, Naturmorgon i P1 samt diverse olika tidskrifter och böcker.

Bo Thoor (Bosse) är delägare i Fågelguidning AB. Han har ett förflutet som fågelskådare sedan början av 1970-talet, med ett brett intresse av djur och natur. Ända sedan han började skåda fågel har Öland varit hans naturliga plats. De senaste 10 åren har WP "kryssandet" blivit ett naturligt inslag i Bosses resande. Fotografering är idag en viktig del i hans naturintresse, försöker fotografera allt - blommor, fåglar, fjärilar mm

Övrig information

Du måste ha en giltig reseförsäkring för att delta på resor som Fågelguidning AB arrangerar. Oftast så har du det via din hemförsäkring, ring och kolla med försäkringsbolaget vad som gäller för just dig.

Kontaktinfo till Fågelguidning AB

Fågelguidning AB
Klippans väg 76
179 96 Svartsjö

E-post: gb@fagelguidning.se

Hemsida: www.fagelguidning.se

Facebook: www.facebook.com/Fagelguidning

Telefon till Gigi Sahlstrand: 0708–900 770, till Bosse 076-007 2955.

Tveka inte med att höra av dig ifall du undrar över något!

Vi syns snart!

Gigi & Bosse

