

Spis treści

A. INFORMACJE O KRAJU 29

Historia	31	Kuchnia	49
Gospodarka	39	Kultura	52
Geografia	39	Sport	53
Fauna i flora	43	Język	54
Ludność	44	Rada za franka	61
Religia	48	Polacy w Szwajcarii	65
Obyczaje i tradycje	48		

B. INFORMACJE PRAKTYCZNE 69

Dojazd z Polski	71	Podróżowanie	
Informacje, mapy,		ze zwierzętami	89
Internet	74	Pieniądze	89
Przekraczanie granicy	75	Poczta i telekomunikacja	90
Legitymacje zniżkowe		Mass media	91
i inne dokumenty	76	Zdrowie	91
Komunikacja	79	Noclegi	92
Bezpieczeństwo i policja	85	Gastronomia	96
Niepełnosprawni	88	Godziny pracy	96
Podróżowanie		Zakupy	97
z dziećmi	88	Aktywny wypoczynek	99

1. GRYZONIA 104

Chur	108	Dolina Engadyny	124
Okolice Chur		Maloja	125
i dolina Renu	111	Sils	126
Arosa	111	Silvaplana	127
Lenzerheide		St. Moritz	127
i Valbella	113	Celerina	133
Savognin	113	Pontresina	134
Flims, Laax, Falera	114	Zuoz	134
Przełom Renu		Zernež	135
(Ruinaulta, Swiss		Müstair	136
Grand Canyon)	115	Guarda	137
Disentis i Sedrun	115	Scul	137
Vals	116	Samnaun	141
Maienfeld	116	Dolina Poschiavo	142
Davos	117	Poschiavo	143
Klosters	122	Dolina Bregaglia	144

2. PÓŁNOCNO-WSCHODNIA SZWAJCARIA 145

Kanton		Kanton Szafuza	158
St. Gallen	149	Szafuza	158
St. Gallen	149	Przełom Renu	161
Walensee	154	Stein am Rhein	162
Rapperswil	154	Jezioro Bodeńskie	164
Appenzellerland	154	Konstancja (Niemcy)	166
Appenzell	154	Kreuzlingen	166
Stein	156	Romanshorn	167
Säntis i okolice	156	Arbon	167
Bad Ragaz	157	Rorschach	168

3. KANTON ZURYCH I OKOLICE 170

Zurych	170	Rapperswil	184
Jezioro Zuryckie	184	Winterthur	185

4. CENTRALNA SZWAJCARIA 188

Lucerna	190	Kantony Schwyz, Zug i Uri	208
Jezioro Czterech		Schwyz	209
Kantonów	196	Einsiedeln	212
Engelberg	204	Zug	214
Lungern-Schönbühl	207	Andermatt	217

5. BAZYLEA I ARGOWIA 219

Kanton Bazylea	219	Kanton Argowia	230
Bazylea	220	Aarau	231
Okolice Bazylei	230	Baden	231

6. MITTELLAND 233

Berno	236	Część północna	264
Okolice Berna	246	Olten	264
Biel Seeland	247	Seewen	267
Biel/Bienne	247	Laufen	267
Okolice jeziora Biel	252	Inne atrakcje regionu	268
Region Solury	253	Dolina Emmental	269
Solura	253	Burgdorf	269
Weissenstein	262	Langnau	272
Okolice		Affoltern	273
Solury	264	Inne atrakcje w regionie	274

7. BERNEŃSKI OBERLAND 276

Region jezior	281	Okolice Interlaken	291
Interlaken	282	Thun	293

Wokół Thunersee	297	Jungfrau joch	307
Brienzen	298	Dolina Grindelwald	308
Wokół Brienzensee	300	Dolina Lauterbrunnen	310
Wschodnia część regionu	300	Zachodnie doliny	313
Meiringen	301	Kandersteg	314
Okolice Meiringen	303	Adelboden	315
Region Jungfrau	304	Zweisimmen	315
Alletsch	306	Gstaad	316

8. NEUCHÂTEL I JURA 317

Wybrzeże Neuchâtel	322	Val-de-Travers	332
Neuchâtel	322	Val-de-Ruz	334
Okolice Neuchâtel	326	Kanton Jura	334
Jura Neuchâtelska	327	Delémont	335
La Chaux-de-Fonds	327	Okolice Delémont	336
Okolice	327	Clos du Doubs	336
La Chaux-de-Fonds	331	Franches-Montagnes	337
Doliny Neuchâtel	332	Plaines d'Ajoie	337

9. REGION JEZIORA GENEWSKIEGO 339

Wybrzeże Jeziora	343	Romainmôtier	364
Genewskiego	345	Okolice Romainmôtier	364
Lozanna	345	Jura Wodeńska	364
Zachodnie wybrzeże	353	Vallorbe	365
Riwiera szwajcarska	354	Sainte-Croix	365
Vevey	355	Vallée de Joux	366
Okolice Vevey	356	Alpy Waadtlandzkie	366
Montreux	357	Château-d'Oex	367
Okolice Montreux	358	Okolice Château-d'Oex	368
Francuski brzeg	360	Leysin	368
Centralne Vaud	360	Aigle	368
Yverdon-les-Bains	361	Bex	369
Grandson	363	Les Diablerets	370
Orbe	363	Okolice Les Diablerets	371

10. KANTON GENEWA 372

Genewa	377	Okolice Genewy	395
--------------	-----	----------------------	-----

11. WALLIS 397

Górne Wallis	400	Okolice Zermatt	414
Brig	400	Leukerbad	415
Okolice Brig	403	Lodowiec Aletsch	417
Visp	404	Riederalp i Bettmeralp	417
Saas-Fee	405	Dolne Wallis	418
Zermatt	408	Sierre	419

Val d'Anniviers	420	Martigny	427
Crans-Montana	421	Okolice Martigny	431
Sion	422	Portes du Soleil –	
Okolice Sion	425	Champéry	431
Val d'Hérens	425	Verbier	432
Nendaz	426	Le Bouveret	433

12. TICINO 434

Region Bellinzony	438	Wokół jeziora	447
i górne Ticino	438	Val Centovalli	447
Bellinzona	438	Valle Maggia	450
Valle Laventina	441	Valle Verzasca	450
Valle di Blenio	442	Region Lago di Lugano	451
Region Lago Maggiore	442	Lugano	451
Locarno	443	Okolice jeziora	455
Ascona	446	Mendrisio	456

13. REGION FRYBURG 458

Fryburg	461	Lucens	483
Okolice Fryburga	468	Okolice Lucens	484
Murten/Morat	469	Gruyères	484
Góra Vully	473	Molésan	487
Okolice Vully	474	Charmey	487
Papiliorama	474	Broc	489
Okolice Papilioramy	475	Bulle	490
Estavayer-le-Lac	476	Schwarzsee	490
Payerne	478	Les Paccots	491
Avenches	479	Okolice Les Paccots	492
Romont	481		

14. LIECHTENSTEIN 494

Vaduz	499	Malbun	503
Okolice Vaduz	502		

C. BIBLIOGRAFIA 504

D. INDEKS 506