

SPIS TREŚCI

Zaproszenie do regionu	7
O autorach	8
Turystyka odpowiedzialna	9
Rozdział I Przygotowania i dojazd	11
Przygotowanie do podróży	11
Materiały pomocne w podróży	11
Inne wskazówki dotyczące podróżowania – Internet	12
Dojazd	12
Podróż samochodem	13
Podróż pociągiem	14
Podróż autobusem, busem	15
Przekraczanie granicy	17
Przejścia graniczne	17
Wizy	18
Odprawa graniczna	19
Rozdział II Część krajoznawcza	21
Charakterystyka geograficzna	21
Położenie	21
Ukształtowanie terenu	21
Hydrografia	22
Klimat	26
Przyroda	27
Ochrona dziedzictwa przyrodniczego i kulturowego	27
Historia regionu	36
Spółeczeństwo	40
Religie i wyznania	42
Katolicyzm	42
Prawosławie	42
Kościół unicki	44
Kościół bizantyjsko-słowiański (neounicki)	45
Islam	46
Judaizm	48
Zwyczaje i tradycje ludowe	49
Zauroczenie Podlasiem	49
Żeb to pomorek!	49
Zapomniana gwara	50
Posiłek ze zmarłymi	50
Zwyczaje i tradycje obwodu brzeskiego	52
Smaki znad Bugu	52
Tradycyjne rzemiosło i twórczość lokalna	55
Sławne postacie	57
Rozdział III Informacje praktyczne	61
Kontakt z Polską/Białorusią	61
Telekomunikacja	61
Placówki dyplomatyczne	62
Strefa nadgraniczna	63
Opieka medyczna	63
Bezpieczeństwo	64
Ceny i wymiana waluty	65