



**Magiczny
Kraków**

Tężnia nad Zalewem Nowohuckim znowu działa

2021-06-01

Po przerwie uruchomiona została ogólnodostępna tężnia solankowa przy Zalewie Nowohuckim. Solny mikroklimat wytwarzany w tym miejscu jest zbliżony do tego nad morzem, spacer po tężni będzie więc okazją do nawdychania się korzystnego dla naszego zdrowia jodu.

Tężnie to drewniane budowle pokryte gałązkami tarniny. Pierwotnie służyły do zagęszczania solanki w toku produkcji soli konsumpcyjnej oraz leczniczej. Dzięki temu odkryto ich walory lecznicze, ponieważ powietrze wokół nich nasycone jest aerozolem z solanki, która obciekając po elementach budowli ulega naturalnemu odparowaniu.

Powietrze tak bogate w mikroelementy zaczęto stosować w różnego rodzaju kuracjach. Mikroklimat wytwarzany przez tężnie jest więc zbliżony do tego, którego zażywamy podczas nadmorskich podróży. Godzinny spacer przy tężni solankowej to dawka jodu, która odpowiada trzem dniom spędzonym nad morzem.

Tego rodzaju wzbogacone powietrze jest szczególnie wskazane dla osób w czasie rekonwalescencji po ostrej chorobie, dla palaczy, osób pracujących w znacznym zapyleniu i wysokiej temperaturze. Pozytywny wpływ odczuwają również osoby na co dzień pracujące głosem.

Tężnia znajduje się w sąsiedztwie istniejącego placu zabaw, w północno-zachodniej części zalewu.