



# Wycieczka do lasu

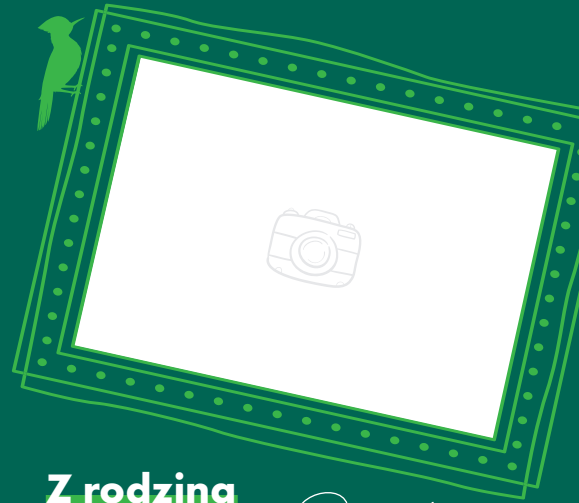
## jak spędzić tam czas?

### Lubię aktywność

- nordic walking
- bieg na orientację
- wycieczka rowerowa
- bieganie
- spływ kajakowy
- surwiwal i bushcraft
- jazda konna
- trekking
- zwiedzanie obiektów dziedzictwa kulturowego

### Jestem obserwatorem

- rozpoznawanie roślin (aplikacja „Czyj to liść?”)
- birdwatching (obserwacje ptaków)
- fotografowanie przyrody
- robienie zdjęć z lasu i oznaczanie #LasyPaństwowe



### Z rodziną do lasu

- piknik
- biwakowanie
- geocaching
- zabawa w bohaterów Stumilowego Lasu – kto będzie Kubusiem Puchatkiem?
- szukanie tropów zwierząt
- wypatrywanie owadów; policzcie, ile ich dziś zobaczyliście
- nasłuchiwanie odgłosów przyrody; kto usłyszał więcej?
- szkicowanie drzew
- pisanie pamiętnika wypraw do lasu
- leżakowanie i wpatrywanie się w korony drzew
- obserwowanie gwiazd; widać je dużo lepiej niż w mieście
- Mój pomysł: .....

### Cenię spokój

- oglądanie zachodu słońca
- obserwowanie co czuję chodząc po lesie
- przytulanie się do drzew
- „Shinrin-Yoku” (Kąpiele Leśne)
- skorzystanie z noclegu w obiekcie LP (czaswlas.pl)

## KODEKS TURYSTY



Parkuj w wyznaczonych do tego miejscach, nie zastawiaj wjazdu na drogi leśne



Psa prowadź na smyczy



Zachowaj ciszę; nie jesteś tu sam, uszanuj mieszkańców lasu i pozostałych gości



Zabierz śmieci ze sobą



Biwakuj i rozpalaj ogień tylko w miejscach do tego przeznaczonych



Kolekcjonuj wspomnienia, rośliny zostaw w lesie