

Las jako miejsce wytchnienia dla każdego

Datum 16.9.2026
Subjekt Generalna Dyrekcja Lasów Państwowych
Region Polen
Kategorie Soziale Dienste, Forstwirtschaft und Holzeinschlag, Konferenzen und Messen

Las to miejsce odpoczynku, regeneracji i kontaktu z naturą również dla osób z niepełnosprawnościami oraz ich opiekunów. Tematowi turystyki wytchnieniowej i dostępności terenów leśnych poświęcona była Regionalna Konferencja Ogólnopolskiej Sieci Turystyki Wytchnieniowej, która odbyła się w Olsztynie.

Turystyka wytchnieniowa to forma turystyki społecznej skierowana do osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin. Jej celem jest stworzenie warunków do odpoczynku, zmiany otoczenia i regeneracji sił przy jednoczesnym zapewnieniu odpowiedniego wsparcia. To swego rodzaju „urlop od opieki”, który pozwala zarówno osobom wymagającym wsparcia, jak i ich opiekunom czerpać z aktywnego wypoczynku.

Wydarzenie zorganizowane 10-11 września zgromadziło przedstawicieli instytucji, organizacji i podmiotów zaangażowanych w rozwój turystyki dostępnej dla osób z niepełnosprawnościami. Uczestnicy rozmawiali o rozwiązaniach, które umożliwiają korzystanie z walorów przyrodniczych i turystycznych osobom o różnych potrzebach oraz ich opiekunom.

Las dostępny dla wszystkich

W konferencji uczestniczyli również leśnicy z Nadleśnictwa Olsztyn. Omawiali oni działania związane z edukacją leśną oraz udostępnianiem lasów do celów turystycznych i rekreacyjnych.

Podczas prezentacji „Las jako miejsce wytchnienia, które uczymy odkrywać” leśnicy pokazali, że las może być przestrzenią dostępną dla każdego, niezależnie od wieku, sprawności czy indywidualnych potrzeb. Odpowiednio przygotowana infrastruktura, ścieżki edukacyjne oraz dostosowane formy aktywności pozwalają korzystać z walorów przyrody również osobom ze szczególnymi potrzebami.

Wiele funkcji jednego lasu

Lasy Państwowe prowadzą zrównoważoną gospodarkę leśną, której celem jest równoczesne realizowanie wielu funkcji lasu. Na tych samych terenach możliwe jest zarówno prowadzenie działań związanych z ochroną przyrody i pozyskiwaniem odnawialnego surowca drzewnego, jak również rozwijanie edukacji przyrodniczej, rekreacji i turystyki.

Coraz większe znaczenie zyskuje przy tym społeczna funkcja lasów. Dla wielu osób są one miejscem odpoczynku, aktywności fizycznej i kontaktu z naturą. W przypadku osób sprawujących codzienną opiekę nad bliskimi z niepełnosprawnościami możliwość spędzenia czasu w spokojnym, naturalnym otoczeniu ma szczególną wartość i może wspierać regenerację sił psychicznych oraz fizycznych.

Praktyczne spojrzenie na dostępność

Drugi dzień konferencji odbył się w siedzibie Nadleśnictwa Olsztyn oraz na terenach leśnych. Uczestnicy zapoznali się z rozwiązaniami wspierającymi dostępność przestrzeni dla osób z

niepełnosprawnościami, a dodatkowo mogli przetestować specjalistyczne wózki i rowery oraz skorzystać z symulatorów niepełnosprawności.

Takie doświadczenia pozwalają lepiej zrozumieć bariery, z jakimi na co dzień mierzą się osoby o ograniczonej sprawności ruchowej oraz wskazują kierunki dalszego dostosowywania infrastruktury turystycznej.

Lasoterapia i kontakt z naturą

W programie znalazły się również zajęcia związane z lasoterapią. Uczestnicy mogli doświadczyć spokojnego kontaktu z przyrodą poprzez spacer, obserwację otoczenia i świadome przebywanie w lesie.

Konferencja stała się okazją do wymiany doświadczeń oraz rozmowy o tym, jak tworzyć przestrzeń bardziej dostępną, przyjazną i otwartą dla wszystkich użytkowników lasu. Dzięki takim inicjatywom las coraz częściej postrzegany jest nie tylko jako miejsce ochrony przyrody czy prowadzenia gospodarki leśnej, ale także jako przestrzeń sprzyjająca zdrowiu, odpoczynkowi i integracji społecznej.

<https://www.lasy.gov.pl/pl/informacje/aktualnosci/las-jako-miejsce-wytchnienia-dla-kazdego>