LAS to wymarzone i niepowtarzalne miejsce na odstresowanie się od dnia codziennego, nauki czy pracy. Przebywając w lesie nasz organizm szybciej się regeneruje, zwłaszcza po stresie i wysiłku fizycznym. Wpływa korzystnie zarówno na nasze ciało, jak i umysł. Warto wypoczywać w lesie, odetchnąć pełną piersią. Nie ma tu spalin, jest za to dużo tlenu produkowanego przez rośliny. Las to tlen, a tlen to życie. Drzewa zapewniają nam też przyjemny chłód i cień w upalne letnie dni. Sprzyjają chwilom refleksji na łonie natury. Szemrzący strumyk, delikatnie szeleszczące na wietrze liście czy śpiew ptaków to nieustający koncert, którego odbiorcą może być każdy z nas. Warto się w niego wsłuchać i pozostawić choć na chwilę miejski zgiełk.

Zachęcamy Państwa, by cieszyć się czasem spędzonym na łonie natury, odkrywaniem i poznawaniem lasów w swojej najbliższej okolicy, a także do planowania dalszych wycieczek krajoznawczych.

W niniejszym opracowaniu przedstawiono najciekawsze miejsca wielkopolskich lasów, atrakcyjne pod względem wartości przyrodniczych, kulturowych czy edukacyjnych. Zapewniają one z jednej strony aktywny wypoczynek, dzięki przygotowanej przez Lasy Państwowe infrastrukturze turystyczno-rekreacyjnej, z drugiej zaś są doskonałym miejscem do spotkań ze znajomymi, podczas pikników czy biwaków, przy okazji odkrywając piękno przyrody.

Zachęcamy i zapraszamy do podróży po wielkopolskich lasach z gospodarzem – Regionalną Dyrekcją Lasów Państwowych w Poznaniu!

JAK KORZYSTAĆ Z LEŚNEJ INFRASTRUKTURY?

OGNISKO

Zawsze najpierw sprawdź regulamin korzystania z udostępnionych miejsc. Najlepiej skontaktuj się z właściwym lokalnie nadleśnictwem.

EDUKACJA

W każdym nadleśnictwie pracuje edukator. Z taką osobą można się kontaktować i umówić na lekcję przyrody w lesie, w szkole, na ścieżce dydaktycznej lub w ośrodku edukacji.

EDUKACJA PROWADZONA PRZEZ LASY PAŃSTWOWE JEST BEZPŁATNA.

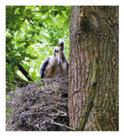
GDZIE ZNALEŹĆ INFORMACJE?

Zeskanuj kod i znajdź właściwe nadleśnictwo:

Właściwości lecznicze drzew wykorzystuje się w medycynie naturalnej i niekonwencjonalnej – sylwoterapii. Energia czerpana jest poprzez dotyk, dlatego warto przebywać w pobliżu drzew, oprzeć się o pień, objąć go. Brzoza pobudza krążenie i łagodzi napięcia mięśniowe, pomagając rozładować stres. Buk czy dąb z kolei wzmaga koncentrację i twórcze myślenie.

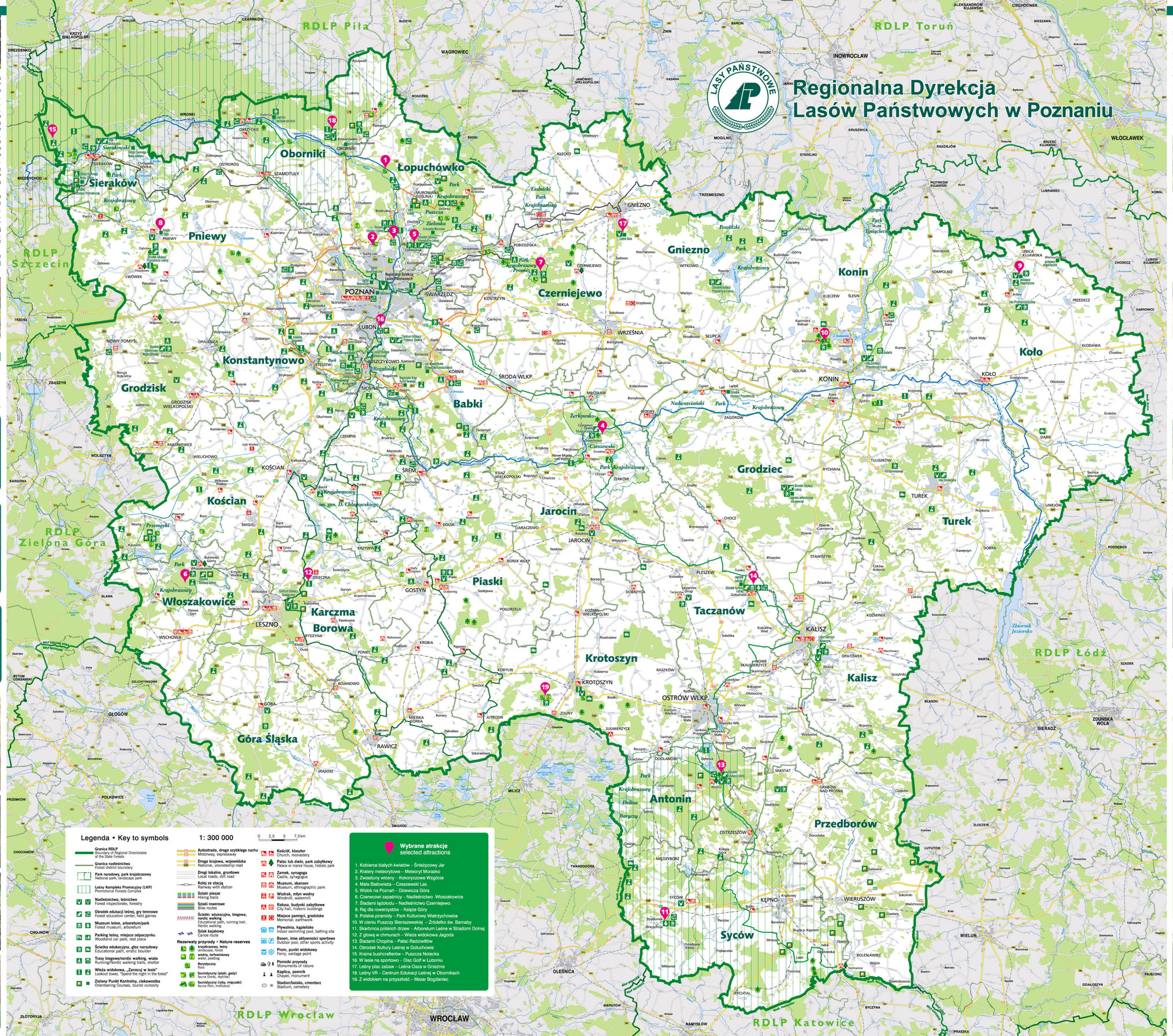
Bieganie po ścieżkach leśnych (miękkim podłożu) jest korzystniejsze niż po betonie – angażuje więcej partii mięśniowych i odciąża stawy.

W leśnym powietrzu jest 50-70 razy mniej chorobotwórczych zarazków niż w powietrzu miast oraz od 200-1000 razy **mniej substancji szkodliwych** dla zdrowia niż w pobliżu aglomeracji przemysłowych.



Las działa jak **gąbka**, przez co jest bardzo ważnym elementem systemu obiegu wody w przyrodzie. Po każdych opadach deszczu ogromna ilości wody gromadzone są we wszystkich warstwach lasu (roślinach, ściółce i glebie). Ta zdolność lasu do utrzymywania wilgoci sprawia, że panuje w nim specyficzny **mikroklimat**, tworzący korzystne warunki dla wielu organizmów. Ma on też pozytywny wpływ na obszary sąsiadujące z lasem.

Ponad jedną czwartą stwierdzonych w **czeszewskich lasach** chrząszczy z rodziny kózkowatych stanowią gatunki puszczańskie, wymagające dla swojego rozwoju obecności dorzlych lasów. Wiekowe dęby zamieszkuje jeden z największych chrząszczy Europy – **kozioróg dębosz**.



Legenda • Key to symbols

1: 300 000

0 2,5 5 7,5 km

- Granica RDLP – Boundary of Regional Directorates of the State Forests
- Granica nadleśnictwa – Forest district boundary
- Park narodowy, park krajobrazowy – National park, landscape park
- Leśny Kompleks Promocyjny (LKP) – Promotional Forests Complex
- Nadleśnictwo, leśnictwo – Forest inspectorate, forestry
- Ośrodek edukacji leśnej, gry terenowe – Forest education center, field games
- Muzeum leśne, arboretum/park – Forest museum, arboretum
- Parking leśny, miejsce odpoczynku – Woodland car park, rest place
- Ścieżka edukacyjna, głaz narzutowy – Educational path, erratic boulder
- Trasy biegowe/nordic walking, wiata – Running/Nordic walking trails, shelter
- Wieża widokowa, „Zanocuj w lesie" – Lookout tower, "Spend the night in the forest"
- Zielony Punkt Kontrolny, ciekawostka – Orienteering Courses, tourist curiosity
- Autostrada, droga szybkiego ruchu – Motorway, expressway
- Droga krajowa, wojewódzka – National, voivodeship road
- Drogi lokalne, gruntowe – Local roads, dirt road
- Kolej ze stacją – Railway with station
- Szlaki piesze – Hiking trails
- Szlaki rowerowe – Bike routes
- Ścieżki: edukacyjna, biegowa, nordic walking – Educational path, running trail, Nordic walking
- Szlak kajakowy – Canoe route

Rezerwaty przyrody • Nature reserves

- krajobrazowy, leśny – landscape, forest
- wodny, torfowiskowy – water, peatbog
- florystyczny – flora
- faunistyczny (ptaki, gady) – fauna (birds, reptiles)
- faunistyczny (ryby, mięczaki) – fauna (fish, molluscs)
- Kościół, klasztor – Church, monastery
- Pałac lub dwór, park zabytkowy – Palace or manor house, historic park
- Zamek, synagoga – Castle, synagogue
- Muzeum, skansen – Museum, ethnographic park
- Wiatrak, młyn wodny – Windmill, watermill
- Ratusz, budynki zabytkowe – City hall, historic buildings
- Miejsce pamięci, grodzisko – Memorial, earthwork
- Pływalnia, kąpielisko – Indoor swimming pool, bathing site
- Basen, inne aktywności sportowe – Outdoor pool, other sports activity
- Prom, punkt widokowy – Ferry, vantage point
- Pomniki przyrody – Monuments of nature
- Kaplica, pomnik – Chapel, monument
- Stadion/boisko, cmentarz – Stadium, cemetery

Wybrane atrakcje
selected attractions

1. Kobierce białych kwiatów – Śnieżycowy Jar
2. Kratery meteorytowe – Meteoryt Morasko
3. Zwiastuny wiosny – Kokorycz̨owe Wzgórze
4. Mała Białowieża – Czeszewski Las
5. Widok na Poznań – Dziewicza Góra
6. Czerwcowi zapaśnicy – Nadleśnictwo Włoszakowice
7. Śladami lądolodu – Nadleśnictwo Czerniejewo
8. Raj dla rowerzystów – Księże Góry
9. Polskie piramidy – Park Kulturowy Wietrzychowice
10. W cieniu Puszczy Bieniszewskiej – Źródełko św. Barnaby
11. Skarbnica polskich drzew – Arboretum Leśne w Stradomi Dolnej
12. Z głową w chmurach – Wieża widokowa Jagoda
13. Śladami Chopina – Pałac Radziwiłłów
14. Ośrodek Kultury Leśnej w Gołuchowie
15. Kraina bushcrafterów – Puszcza Notecka
16. W lesie na sportowo – Disc Golf w Luboniu
17. Leśny plac zabaw – Leśna Oaza w Gnieźnie
18. Leśny VR – Centrum Edukacji Leśnej w Obornikach
19. Z widokiem na przyszłość – Mszar Bogdaniec

Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Poznaniu

Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Poznaniu jest jedną z 17 dyrekcji na terenie kraju. Ogólna powierzchnia będąca w zarządzie Dyrekcji zajmuje blisko 441 tys. ha, w tym powierzchnia leśna przy lesistości około 18% wynosi blisko 421 tys. ha.

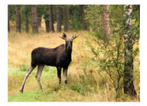
Na strukturę organizacyjną, która obejmuje swym zasięgiem województwa wielkopolskie, dolnośląskie, lubuskie, łódzkie i kujawsko-pomorskie, składa się 25 nadleśnictw.

Cechą wyróżniającą teren gospodarowania wielkopolskich leśników jest wyjątkowo duży w skali kraju udział dębu w drzewostanach (13,4% powierzchni leśnej) i w zakładanych uprawach leśnych. Część lasów objęto obszarami Natura 2000, z których unikatowym na skalę Europy jest obszar zwany „Uroczyskami Płyty Krotoszyńskiej" o powierzchni ponad 34 tys. ha (nadleśnictwa Krotoszyn, Taczanów). Oprócz gospodarki leśnej, wiekowe dęby mają znaczenie dla utrzymania wyjątkowej bioróżnorodności fauny, zwłaszcza wśród chronionych chrząszczy jelonka rogacza i kozioroga dębosza oraz wielu rzadkich gatunków ptaków, w tym najliczniejszej w Polsce populacji lęgowej bociana czarnego.

Ochrona przyrody

Obiekty o wyróżniających się walorach przyrodniczych lub krajobrazowych objęte są różnymi formami ochrony. Na terenie Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Poznaniu znajduje się:

- 70 rezerwatów przyrody
- 12 parków krajobrazowych
- 49 obszarów Natura 2000
- 31 obszarów chronionego krajobrazu
- 4 zespoły przyrodniczo-krajobrazowe
- 277 stref ochrony
- 56 użytków ekologicznych
- 1012 pomników przyrody.



Na terenie RDLP w Poznaniu powołano dwa **Leśne Kompleksy Promocyjne**:

- **LKP „Lasy Rychtalskie"** utworzony w 1996 r., w południowej części Wielkopolski, obejmuje lasy o powierzchni 47 tys. ha. Reprezentują go dwa nadleśnictwa: Syców oraz Antonin, a także Leśny Zakład Doświadczalny Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu, LZD Siemianice. Na jego terenie w obrębie leśnym Rychtal (stąd nazwa całego kompleksu) rośnie wartościowy lokalny ekotyp sosny pospolitej, z której pozyskuje się cenny materiał nasienny. Obszar oferuje turystom wiele atrakcji krajoznawczych, w tym niezwykłą dla obserwatorów ptaków Dolinę Baryczy.

- **LKP „Puszcza Notecka"** jest miejscem wyjątkowym w skali kraju. W latach międzywojennych, 1922-1924, masowy pojaw gąsienic motyla – *strzygoni choinówki* zniszczył blisko 80% Puszczy. Dzięki wysiłkom leśników od tamtej pory Puszcza jest przebudowywana, stanowiąc obecnie jeden z największych i najbardziej zwartych kompleksów leśnych w kraju o powierzchni wynoszącej blisko 137 tys. ha. Obszar Leśnego Kompleksu Promocyjnego, ustanowiony w 2004 roku jest obszarem transgranicznym, w skład którego wchodzą nadleśnictwa 3 regionalnych dyrekcji, w Poznaniu, Szczecinie i Pile. Po stronie poznańskiej reprezentują je Nadleśnictwo Sieraków oraz Nadleśnictwo Oborniki.

Obszar „Puszcza Notecka" wyznaczono jako ostoję dla zagrożonych gatunków ptaków w ramach europejskiej sieci Natura 2000. Bytuje tu m.in. największa w regionie populacja *bielika*, *puchacza* czy *kani rudej*. Do Puszczy powróciły również wilki. Lasy Puszczy Noteckiej są najbardziej popularnym w Wielkopolsce miejscem grzybobrania.

na zlecenie: Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Poznaniu
ul. Głęboka 10, 60-969 Poznań, tel. 61 668 44 11
sekretariat@poznan.lasy.gov.pl, www.poznan.lasy.gov.pl
tekst: Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Poznaniu
zdjęcia: materiały własne Nadleśnictw i Archiwum RDLP w Poznaniu
konsultacje: Piotr Basiński, Poznańska Lokalna Organizacja Turystyczna
wydawca: © 2024 TopNOvum Sp. z o.o., www.topnapa.pl, wyd. 3, ISBN 978-83-7445-689-0

LEŚNY SAVOIR-VIVRE