

## 2 lipca - Dzień Wypadów do Parku.

Od kilku lat w pierwszą sobotę lipca obchodzimy nietypowe święto. **Dzień Wypadów do Parku** (Hop a Park Day) powstał z myślą o mieszcuchach i miał początkowo stanowić pretekst do wyrwania się z betonowej dżungli i błogiego odpoczynku na łonie przyrody. Z czasem zaczął jednak zataczać coraz szersze kręgi, by stać się okazją do docenienia **zielonych zakątków** każdej okolicy, a także **lokalnej społeczności**, która wspólnie dba o ich zachowanie, ochronę i rewitalizację.

W ostatnich latach turystyka lokalna przeżywa prawdziwy renesans. Wielu z nas odkryło na nowo moc, jaką daje nawet krótka wycieczka do pobliskiego parku, lasu czy nad jezioro. **Mikroprzygody za miedzą** to nie tylko świetny sposób na relaks i zadbanie o równowagę w życiu codziennym. Są też tanie, nieskomplikowane i przyjazne dla środowiska. W połączeniu z kilkugodzinnym cyfrowym detoksem mogą mieć zbawienny wpływ na całą naszą codzienność.

Masz ochotę włączyć się w obchody Dnia Wypadów do Parku, ale brakuje ci pomysłów? Tu znajdziesz kilka podpowiedzi:

- spacer lub wędrowka lokalnym odcinkiem pieszego szlaku długodystansowego
- wycieczka rowerowa wzdłuż najbliższej rzeki
- zabawa z GPS w poszukiwanie skrytki Geocaching
- obserwacja nocnego nieba w miejscu pozbawionym sztucznego światła
- chodzenie boso po trawie lub ścieżce bosych stóp
- spływ kajakowy lub pontonowy, przejażdżka rowerem wodnym
- odwiedzenie punktu widokowego w okolicy i podziwianie panoramy
- wycieczka do lokalnego pomnika przyrody (np. źródła, jaskini, wodospadu, starego drzewa)

Więcej inspiracji i sposobów na zrównoważony odpoczynek w najbliższej okolicy znajdziesz w artykule „[Czym są mikroprzygody? Nietypowe pomysły na wakacje w domu i regionie](#)”.