

Informacja prasowa

## **Z plecakiem w nieznane – jak przygotować się do kempingu “na dziko”?**

**Kemping “na dziko” jest coraz częstszym wyborem podczas planowania wakacyjnego wypoczynku, który łączy w sobie możliwość obcowania z dziką przyrodą z dala od miejskiego gwaru, aktywność fizyczną oraz podróżniczą niezależność. Poniżej przedstawiamy kluczowe informacje, które pomogą przygotować się do biwakowania poza utartym szlakiem: od kwestii legalności nocowania w polskich lasach, przez listę niezbędnego sprzętu, po najczęstsze błędy, których należy unikać. Podpowiadamy również, jak bezpiecznie planować wyprawę, jakich zasad trzymać się w terenie oraz dlaczego minimalizm i samowystarczalność to nie tylko filozofia, ale realne narzędzia przetrwania w dzikim środowisku.**

Według Camping Report w 2024 roku ponad 8 milionów Amerykanów zdecydowało się na tę formę wyjazdu, a wśród nich znalazło się ponad 5 milionów osób, które po raz pierwszy zdecydowało się na taki sposób wypoczynku.[1] Tendencja ta świadczy o rosnącej popularności kempingu i spędzania czasu wolnego na łonie dzikiej przyrody, zwłaszcza wśród nowicjuszy. Taki wyjazd oferuje cały wachlarz destynacji, których wybór można dostosować pod własne upodobania i preferencje. W odróżnieniu od kempingów zorganizowanych, sprzyja bardziej dynamicznemu i elastycznemu planowaniu dnia. Miłośnicy tej formy biwakowania doceniają wolność, jaką daje, oraz brak potrzeby dzielenia szlaku z dziesiątkami turystów. Może być to świetny sposób na wypoczynek, zresetowanie głowy oraz aktywność fizyczną na łonie natury z dala od zgiełku miast. To również świetna baza wypadowa na piesze wędrówki, wyprawy rowerowe czy spływy kajakowe.

### **Nocowanie w lesie na dziko – czy to legalne?**

Na terenie Polski możliwość kempingowania poza wyznaczonymi miejscami jest ograniczona przepisami prawa, ale istnieją od tego wyjątki. W ramach programu „Zanocuj w lesie” Lasy Państwowe udostępniają konkretne obszary leśne, na których dopuszczalne jest biwakowanie bez wcześniejszego zezwolenia – maksymalnie przez dwie noce z rzędu, z limitem 9 osób. W przypadku dłuższego pobytu lub większej liczby biwakowiczów takie zezwolenie jest jednak wymagane. Stosowny dokument należy przesłać na adres konkretnego nadleśnictwa nie później niż 2 dni robocze przed planowanym noclegiem. [2] Poza wyznaczonymi strefami obowiązuje zakaz rozbijania namiotów i rozpalania ognia, dlatego planując wyjazd, należy sprawdzić mapy terenów objętych programem oraz aktualne komunikaty lokalnych nadleśnictw.

### **Niezbędny sprzęt a właściwe przygotowanie**

Odpowiedni ekwipunek pozwala poczuć się bezpiecznie i komfortowo, szczególnie że z założenia kempingowanie “na dziko” wiąże się z ograniczoną możliwością szybkiego otrzymania ewentualnego wsparcia od innych osób w przypadku problemów. Z tego powodu tak ważne jest właściwe przygotowanie i zabranie ze sobą potrzebnego sprzętu, który zapewni nam spokój i przygotowanie na każdą okoliczność.

Przede wszystkim na początku planowanie wyprawy należy pomyśleć o odpowiednim miejscu do spania. Choć zdarzają się osoby, które cenią sobie sen pod gołym niebem, większość turystów decyduje się na bardziej komfortowy wariant w postaci namiotu. W trakcie wyboru takiego sprzętu należy wziąć pod uwagę kilka najważniejszych aspektów: wodoodporność, wagę, wiatroszczelność, łatwość rozkładania i składania, wentylację i dodatkowe wyposażenie. Odpowiedni namiot powinien w pełni chronić nas przed warunkami pogodowymi i utrzymywać w środku odpowiedni przepływ powietrza.

Pierwszym, ważnym elementem wyposażenia jest właściwy ubiór oraz zaopatrzenie się w najważniejsze akcesoria oraz sprzęt turystyczny. Pojemny, dobrej jakości plecak z odpowiednim wsparciem postawy może znacznie ułatwić proces pakowania, a przy okazji zadbać o fizyczny komfort i zmniejszyć ryzyko bólu pleców i mięśni. Dodatkowo w zależności od pory roku warto zaopatrzyć się w ciepłe ubranie wierzchnie, kurtkę wodoodporną oraz lżejszą odzież oddychającą. W trakcie kempingu na dziko warto podchodzić do prognoz pogody z dystansem – zarówno zbyt lekki, jak i zbyt ciepły ubiór mogą znacznie obniżyć komfort wyprawy i negatywnie wpłynąć na nasze zdrowie.

– *W przypadku dalszych wypraw musimy zadbać o nasze osobiste bezpieczeństwo oraz wiedzę na temat miejsca, w którym przebywamy. Niezbędna jest mapa lub zegarek sportowy z dostępem do map offline, które pomogą w określeniu naszej pozycji nawet bez dostępu do Internetu. Jest to niezwykle istotne w przypadku kempingu “na dziko”, ponieważ w takich miejscach o wiele łatwiej o zgubienie orientacji w terenie, a przez to – o ogromny stres i zmniejszenie naszego bezpieczeństwa. Parametry związane z wysokością, ciśnieniem czy pogodą mogą okazać się przydatne również w trakcie wyboru dalekich wędrówek, szukania miejsca na nocleg czy planowania dalszych punktów wyprawy* – mówi Agata Helena Cieślar, ambasadorka marki Suunto oraz Tatra Mountain Guide.

Absolutną podstawą długich wędrówek są wygodne i dobrze dostosowane buty trekkingowe. Właściwe obuwie powinno odpowiednio stabilizować kostkę, zapewniać właściwą amortyzację i posiadać gore-tex, czyli wodoszczelną i oddychającą powłokę, dzięki której w trakcie wędrówki przemoczone buty nie będą stanowiły problemu.

Bez względu na długość planowanego kempingu odpowiedni zapas wody i żywności stanowi nieodłączną część przygotowań do wyjazdu na łono natury. Najlepiej sprawdzą się posiłki w formie gotowych porcji lub racji żywieniowych z długą datą ważności, które nie wymagają niskiej temperatury przechowywania.

W odróżnieniu od zorganizowanych pól kempingowych, biwakowanie “na dziko” oznacza całkowity brak infrastruktury, tj. brak dostępu do bieżącej wody, toalet, punktów sanitarnych, źródeł prądu czy wyznaczonych miejsc do utylizacji odpadów. Tego rodzaju warunki wymagają znacznie wyższego poziomu samowystarczalności oraz świadomego planowania wyposażenia i logistyki.

Podczas planowania biwaku poza infrastrukturą kempingową, należy w szczególności uwzględnić zaopatrzenie w wodę do picia, przygotowanie sanitariatów terenowych (mała łopatka, biodegradowalne chusteczki lub papier toaletowy, środek dezynfekujący do rąk), organizację gotowania (racje żywnościowe, potrzebne naczynia, umiejętność rozpalenia ogniska), właściwe zarządzanie odpadami, zadbanie o oświetlenie i zasilanie (czołówka, zapasowe baterie) oraz brak możliwości szybkiego otrzymania pomocy w razie ewentualnych problemów.

### **Najczęstsze błędy, których warto unikać**

#### Istnieje kilka uniwersalnych zasad będących podstawą świadomego i bezpiecznego kempingu, które dotyczą zarówno nas, jak i okolicznej fauny, flory czy przyszłych biwakowiczów.

Przede wszystkim należy zaplanować wyprawę w taki sposób, aby rozbijanie obozu i rozkładanie namiotu odbywało się przed zachodem słońca. W innym przypadku o wiele ciężej jest o ocenę najbliższego terenu, namierzenie zagłębień, mrowisk czy naturalnych ścieżek do wodopojów, co może doprowadzić do stresujących sytuacji lub nieplanowanych, bliskich spotkań z miejscową fauną.

Warto zwrócić uwagę na zagłębienia nieopodal, niestabilne kamienie czy gałęzie, które mogą stanowić zagrożenie. Początkujący turyści często zapominają o tym, aby wybrane miejsce było suche, osłonięte od wiatru oraz niepozbawione dostępu do wody.

Warto pamiętać o właściwej segregacji odpadów organicznych, które - w innym przypadku - mogą przyciągnąć do biwaku dzikie zwierzęta. Popularnym pomysłem jest przechowywanie śmieci w szczelnym worku, który mocuje się nad ziemią z dala od obozu tak, aby zminimalizować szansę na nieoczekiwane odwiedziny.

Kempingowanie “na dziko” wymaga od turystów pełnej odpowiedzialności za teren, w którym przebywają. Postawa *Leave No Trace,* która często kojarzona jest z tą formą wypoczynku, zakłada, że turyści nie zostawią po sobie żadnych śmieci, nie będą hałasować, niszczyć roślinności itd. – w skrócie, nie zostawią po sobie śladu. Jest to jednocześnie forma okazania szacunku do przyrody, zwierząt, leśniczych oraz kolejnych turystów, którzy pojawią się na danym terenie po nas.

### **Ognisko jako źródła ciepła i terenowa kuchnia**

Ognisko może być nieocenionym źródłem ciepła podczas chłodnych wieczorów i poranków w terenie, a także sposobem na przygotowanie prostego posiłku, podgrzanie wody czy wysuszenie mokrej odzieży. Należy jednak pamiętać, że w Polsce obowiązują ścisłe przepisy dotyczące używania otwartego ognia – ognisko można rozpalić wyłącznie w miejscach do tego wyznaczonych. W każdym przypadku należy zadbać o maksymalne bezpieczeństwo, tj. ognisko powinno być niewielkie, osłonięte od wiatru, a po zakończeniu dokładnie zgaszone i zasypane ziemią lub piaskiem.

Początkujący biwakowicze powinni zacząć od zebrania suchego, drobnego materiału rozpałkowego: cienkich gałązek, igliwia, suchej kory czy trawy. Pierwszym miejscem poszukiwań powinny być leżące, obumarłe drzewa – nie powinniśmy uszkadzać zdrowych roślin, w których stale znajduje się woda, ponieważ znacznie utrudni to proces rozpalania ogniska. Dodatkowo zgodnie z zasadą *Leave No Trace* nasze działania w kontekście ingerencji w lokalną faunę i florę powinny być ograniczone do minimum.

Kiedy rozpałka jest gotowa, dokładamy suche patyki średniej grubości, a potem grubsze kawałki drewna. Konstrukcja ogniska typu *tipi* (stożek) lub *log cabin* (konstrukcja z warstw krzyżujących się patyków) pozwala na lepszy dopływ powietrza i stabilny płomień.

Kiedy ognisko osiągnie odpowiednią temperaturę i powstaną żarzące się węgle, można je wykorzystać do prostego gotowania. W tym miejscu warto rozważyć zaopatrzenie się w turystyczny ruszt oraz podstawowe naczynia (menażka, kubek, sztućce), które znacznie ułatwią i przyspieszą proces przygotowywania posiłków lub napojów.

### **Idealne rozwiązanie dla początkujących**

Osoby, które dopiero zaczynają swoją przygodę z biwakiem “na dziko”, ale nie są pewni, czy ich przygotowanie jest wystarczające, mogą zaplanować wyjazd testowy. Przykładowo warto wybrać się na jednodniowy biwak niedaleko domu, który pomoże w “oswojeniu” się z biwakowaniem “na dziko”, zapoznaniem się ze sprzętem czy sprawdzeniu logistyki. Takie kontrolowane warunki pozwolą na wyciągnięcie wniosków, poznanie swoich potrzeb oraz zaplanowanie kolejnej wyprawy w bardziej odpowiadający nam sposób.

– *Doświadczeni turyści traktują biwakowanie “na dziko” jako naturalne przedłużenie aktywności outdoorowych. W trakcie długich wędrówek po górach, wyjazdach rowerowych czy skitouringu kemping na dziko może być świetnym doświadczeniem zwieńczającym nasz wysiłek. Każdy taki wyjazd to okazja do odkrywania nowych miejsc poza utartymi szlakami oraz budowania niezależności – nie tylko tej fizycznej, ale i mentalnej. To właśnie w tej surowości i prostocie tkwi prawdziwa magia* – dodaje Agata Helena Cieślar, ambasadorka marki Suunto oraz Tatra Mountain Guide.

[1] 2025 Camping Report Presented by Toyota Trucks

[2]<https://www.lasy.gov.pl/pl/turystyka/program-zanocuj-w-lesie/regulamin-korzystania-z-obszarow-objetych-programem>

**O Suunto:**

Firma Suunto powstała w 1936 roku, gdy Tuomas Vohlonen, fiński inżynier uprawiający biegi na orientację, wynalazł sposób na masową produkcję kompasów wypełnionych płynem. Od tej pory firma Suunto zachowuje czołową pozycję w dziedzinie wzornictwa oraz innowacyjności, dotyczącej branży zegarków sportowych, komputerów nurkowych i sportowych przyrządów pomiarowych. Marka wspiera poszukiwaczy przygód, przygotowując ich do odkrywania nowych terenów do eksploracji i doświadczenia przygody.

Suunto zdobyło liczne nagrody za design i innowacyjność, w tym prestiżowe wyróżnienia Red Dot Design Award, Good Design i iF Design Award. Produkty marki są testowane w wymagających warunkach, a ich jakość doceniają zarówno profesjonaliści, jak i amatorzy sportów outdoorowych. Siedziba główna firmy Suunto oraz jej wiodący zakład produkcyjny mieszczą się w Vantaa, w Finlandii. Zatrudnia ponad 400 osób na całym świecie, a swoje produkty sprzedaje w ponad 100 krajach. Firma należy do spółki Amer Sports Corporation, będącej również właścicielem marek Salomon, Arc’teryx, Atomic, Wilson, Precor, Mavic i Nikita.