

Lašská brána
Beskyd

Kopřivnice • Stramberk
Příbor • Hukvaldy

VYCHOZENO.Č

Vyčisti nejen hlavu.

Sportovní a společenská aktivita kombinující procházku či běh se sbíráním odpadků.

www.vychozeno.cz



Při pohybu v přírodě občas narazíme na odpadky, které bychom raději nepotkávali, ale sami je zrovna nemáme možnost bezpečně sbírat. Proto je zde Vychozeno.cz.

Miluješ nádhernou přírodu a užíváš si zdravý pohyb?

Poznávej krásy regionu Lašská brána Beskyd v okolí měst Kopřivnice, Štramberk, Příbor a Hukvaldy. Vychod' všechny stresy, zdravě se hýbej a cestou sbírej drobný odpad, který do přírody nepatří.

Užij si plogging s projektem Vychozeno

Plogging je outdoorová aktivita kombinující běhání, ohýbání, dřepy nebo protahování se sbíráním odpadků. V projektu Vychozeno v této aktivitě zapojíš i prostou chůzi.

www.vychozeno.cz

 LasskaBранаBeskyd

 lasska_brana_beskyd

1. Vyzvedni

Vyzvedni si u našich partnerů ploggingový polštářek. Obsahuje biologicky odbouratelnou **tašku a rukavici**, které ti k příležitostnému ploggingu skvěle poslouží.

2. Vychod'

Vyber si trasy pro běhání, turistiku či procházky v Lašské bráně Beskyd. **Tipy na výlety** najdeš na našem webu. Když narazíš na drobný odpad, polštářek ti poslouží. Nadměrný nebo nebezpečný odpad nezvedej, dej vědět úřadům.

3. Vyhod'

Drobný odpad, který v přírodě vysbíráš, vyhod' do sběrných nádob k tomu určených, nebo jej přines zpět k našim partnerům. Zde také **vrátíš prázdný polštářek**, abychom ho mohli znovu poslat do oběhu.