

# Tervetuloa terveismetsäpolulle



Tee pieniä aisteja herätteleviä tehtäviä ja koe luonto uudella tavalla. Jo 20 minuutin oleskelu luonnossa virkistää ja parantaa mielialaa sekä hyvinvointia. Voit myös istahtaa polun varrella oleville penkeille. Laita puhelin äänettömälle ja keskity yhteen aistimukseen kerralla.

Lumoudu  
**HIETASAAREN**  
luonnosta!



— Terveismetsäpolku (2,17 km)

○ Tehtäväpisteet

1. Metsäkylpy
2. Kallio- ja maaperä
3. Luonnossa liikkuminen
4. Hietasaaren kulttuurihistoriaa
5. Hietasaaren kasvit
6. Ryhdikkäästi
7. Lahopuut ja käävät
8. Rantaniityn kasvillisuus
9. Kartta alueesta
10. Hietasaaren linnut
11. Luonnon monimuotoisuus
12. Metsätyypit
13. Luontosuhde
14. Kiitos

— Esteetön reitti

Nuotiopaikka

Lintutorni

Pysäköinti

**HUOM!**  
Tulenteko sallittu vain nuotiopaikoilla.  
Kaikki tulenteko kielletty  
maastopalovaroituksen aikana.  
Älä jätä roskia luontoon.

Yleinen hätänumero **112**  
Emergency call number **112**

N: 6500737, E: 2525210



Lähetä palautetta:  
[ouka.fi/palaute](https://ouka.fi/palaute)

