



David Rowley

A stroll through the forest. Leśny spacer.

A short story of trees, people and life.

Krótką historią drzew, ludzi i życia.



Kraków
Municipal Greenspace
Authority

To Breathe - Oddychać

Take a breath. Fill your lungs with fresh forest air ...

People and animals breathe in the air, use some of the oxygen and exhale with carbon dioxide. Trees use the carbon dioxide and release oxygen. It would take 8 trees to support one human's worth of oxygen over the course of a year.

Weź oddech. Napełnij płuca świeżym, leśnym powietrzem...

Ludzie i zwierzęta oddychają powietrzem, zużywają tlen i wydychają dwutlenek węgla. Drzewa wykorzystują dwutlenek węgla i uwalniają tlen. W ciągu roku potrzeba aż 8 drzew, aby zapewnić tlen dla jednego człowieka.



Time - Czas

As we enter the forest consider how time passes differently for the life in the forest.....

Each day from **dawn** to **dusk**,

- and night from sun down to sun up.

Gdy wchodzisz do lasu, zastanów się, jak inaczej upływa czas życia w lesie...

Każdego dnia od **świtu** do **zmierzchu**

- i nocą od zachodu do wschodu słońca.



Oldest - Najstarszy

The oldest tree still alive is over 5,000 years old. That is almost 2 million days and nights.

As we walk consider how it would feel to spend the entire day and night, or a whole week standing still in the forest...

How does it feel?

Can you stand still like a tree for 5 minutes?

Najstarsze żywe drzewo ma ponad 5000 lat. To prawie 2 miliony dni i nocy.

Idąc zastanów się, jak by to było spędzić cały dzień i noc lub cały tydzień stojąc nieruchomo w lesie...

Jak to jest?

Czy możesz stać nieruchomo jak drzewo przez 5 minut?



The **smallest** to the **biggest** ... Od najmniejszego do największego

All sizes exist in the forest, from the smallest to the biggest.....

Look up and down, and side to side. **Observe the biggest and smallest animals and plants that we walk with today.**

W lesie spotkamy wszystkie rozmiary, od najmniejszych do największych.....

Spójrz w górę i w dół oraz na boki. **Zaobserwuj największe i najmniejsze zwierzęta i rośliny, które z nami dzisiaj spacerują.**



How many live in the forest? Ile organizmów mieszka w lesie?

Look around, count the trees.... Or try at least.

How many animals and birds? How many other plants and fungi?

In just this one pinch of forest soil there may be more than a million living things... How many pinches of soil are surrounding us on todays forest walk?

Rozejrzyj się, policz drzewa... Lub przynajmniej spróbuj.

Ile jest wokół nas zwierząt i ptaków? Ile innych roślin i grzybów?

Tylko w tej jednej szcypcie leśnej gleby może znajdować się ponad milion żywych istot.... Ile szczypt ziemi otacza nas podczas dzisiejszego leśnego spaceru?



Under our feet – Pod stopami

The trees roots grow and spread, in a huge web of life.

The mycorrhizal network joins the tree roots together – some say that the trees talk to each other this way.

Just imagine what they might be saying at this very moment!

Korzenie drzew rosną i rozprzestrzeniają się w ogromnej sieci życia.

Sieć mikoryzowa łączy razem korzenie drzew - niektórzy twierdzą, że drzewa rozmawiają ze sobą w ten sposób.

Wyobraź sobie, co mogą w tej chwili powiedzieć!



Leaves - Liście

The global oxygen factory on earth is made of green plant leaves thanks to green chlorophyll and photosynthesis.

Deciduous trees lose their leaves each fall. Most evergreens keep needles throughout the year.

Globalną fabryką tlenu na ziemi są zielone liście roślin dzięki zielonemu chlorofilowi i procesowi fotosyntezy.

Drzewa liściaste tracą liście każdej jesieni. Większość zimozielonych utrzymuje igły przez cały rok.



Seeds - Nasiona

Trees spread their seeds in many different ways.

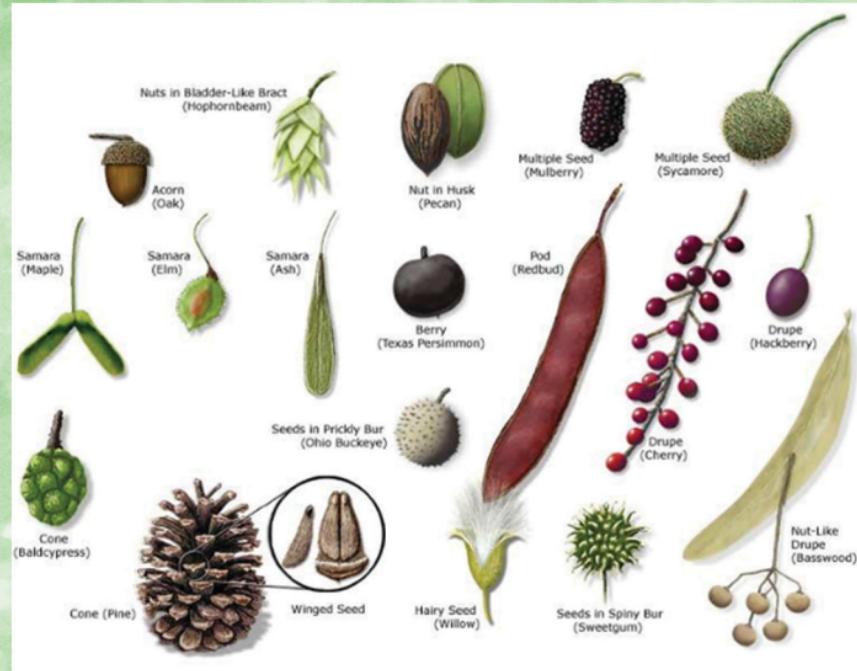
All are looking to find their new space to grow in the forest.

How many different seed shapes can you find on today's walk?

Drzewa rozprzestrzeniają swoje nasiona na wiele różnych sposobów.

Wszyscy szukają nowej przestrzeni do uprawy w lesie.

Ile różnych kształtów nasion można znaleźć na dzisiejszym spacerze?



Trunk - Pień

Have you hugged a tree trunk lately?

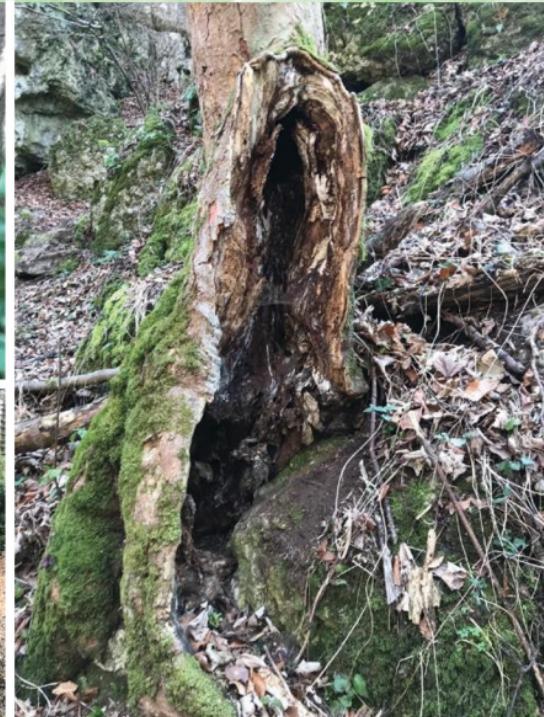
There are some studies that show that hugging a tree releases some of the feel-good chemicals in our brains!

Touch the different textures with your hands...
Rough and smooth, tree trunks have it all!

Czy ostatnio przytuliłeś pień drzewa?

Istnieje kilka badań, które pokazują, że przytulanie drzewa uwalnia w naszych mózgach pewne przyjemne chemikalia!

Dotykaj różnych tekstur rękami...
Szorstkie i gładkie pnie drzew mają to wszystko!



Sky - Niebo

Where does the rain come from?

How do the trees and plants get the energy to grow?

Look to the sky for the answers.

Skąd pochodzi deszcz?

Jak drzewa i rośliny pobudzają energię do wzrostu?

Spójrz w niebo, aby uzyskać odpowiedzi.



People - Ludzie

Leave the forest like you want to find it....

Take home at least one more piece of rubbish than you brought in!!!!

Help our forest friends provide experiences for the next visitors and generations of life to come!

Pozostaw las takim, jakim chcesz go odwiedzić...

Zabierz do domu co najmniej jeden śmieć więcej, niż który przyniosłeś !!!!

Pomóż naszym leśnym przyjaciołom zadbać o to, aby przyszłe pokolenia mogły doświadczać lasu.





Vocabulary - Słownictwo

the smallest to the biggest
roots, web of life

stroll	spacer
forest	las
breathe	oddychać
time	czas
dusk , dawn	wschód słońca, zachód słońca
oldest	najstarszy
tree	drzewo
	od najmniejszego do największego
fungi	grzyby
seeds	nasiona
trunk	pień
grow	rosnąć
canopy	korona



Zarząd
Zieleni Miejskiej
w Krakowie