



„Dojrzały smak przygody” – dodatkowe wyprawy XV edycja jesiennych warsztatów dla seniorów.

Nikogo nie trzeba przekonywać, że ruch jest gwarancją zdrowia i przedłuża życie. A aktywność fizyczna w zielonym otoczeniu, wsparta dużą dawką wiedzy przyrodniczej przynosi jeszcze więcej korzyści. Serdecznie zapraszamy seniorów do wspólnych wędrówek w ramach cyklu „Dojrzały smak przygody”. Pragniemy zainspirować Państwa do ciągłego rozwoju i aktywności pokazując piękno przyrody i dziedzictwo kulturowe.

W tym roku, ze względu na okoliczności, zapraszamy na warsztaty terenowe w odmienionej formule. Będziemy wędrować w różne dni tygodnia, w grupach 20-osobowych. Udział w warsztacie możliwy jest tylko po wcześniejszym zapisie. Prosimy wszystkich o dokładne zapoznanie się z regulaminem warsztatów!

Nasz projekt to kompleksowy cykl warsztatów terenowych, obejmujących zarówno Trójmiasto i jego okolice, jak również obszar województwa pomorskiego. Trasy warsztatów przedstawiamy w załączniku.

Prosimy o fotografowanie najpiękniejszych miejsc podczas poszczególnych wypraw, te wspomnienia opublikujemy na naszej stronie internetowej oraz profilu CIEE na facebooku.

Działalność CIEE jest realizowana dzięki wsparciu ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Gdańsku.





W tym roku, ze względu na okoliczności, zapraszamy na warsztaty terenowe w odmienionej formule. Będziemy wędrować w różne dni tygodnia, w grupach 20-osobowych.

Udział w warsztacie możliwy jest tylko po wcześniejszym zapisie. Prosimy wszystkich o zapoznanie się z regulaminem warsztatów!

Podczas warsztatów prosimy o ubranie się w strój terenowy, ocenę swoich możliwości względem stopnia trudności trasy oraz zaopatrzenie się w odpowiednie bilety komunikacji miejskiej lub podmiejskiej. Zachęcamy Państwa do fotografowania najpiękniejszych miejsc - najciekawsze zdjęcia zostaną wyeksponowane na stronie i fb Centrum. Przed poszczególnymi wyprawami prosimy o upewnienie się czy w związku ze zmianą sytuacji epidemiologicznej, zmianą rozkładu jazdy środków komunikacji publicznej lub z innego powodu nie nastąpiła zmiana w programie danego warsztatu.

Organizator zastrzega sobie prawo do publikacji na swojej stronie internetowej i profilu na portalu społecznościowym fotografii grupowych pokazujących przebieg wycieczki w celach promocyjnych i informacyjnych. Takie publikacje nie będą zawierały danych osobowych pozwalających na identyfikację poszczególnych osób.

4 września, piątek - Ujście Wisły. Ścieżki Natury - prowadzenie: Jowita Kurach, CIEE

Miejsce i godzina rozpoczęcia: Świbno, przystanek ZTM przystań, godz. 9.50 (dojazd autobusem 112 wyjeżdżającym z Dworca Głównego o 9.06) Miejsce i godzina zakończenia: Świbno, przystanek ZTM Przystań, godz. 14.29. Trasa: Świbno - Przekop Wisły - ujście Wisły - Świbno

Trasa średnia, ze względu na fragment kamienisty wzdłuż Wisły oraz fragment plaż (planuję powrót wyjściem nr 2), ok. 7,5 km, ok. 4,5 godz.

Rezerwat przyrody „Mewia Łacha” to perła polskiego wybrzeża, jeden z najbardziej unikatowych i urokliwych zakątków Polski i Europy, ostoja ptaków o randze europejskiej. Jest przykładem tego jak człowiek i przyroda mogą współistnieć dzięki sobie nawzajem. Znajduje się na wschodnich rubieżach Gdańska i nie miałby racji bytu, gdyby nie wykonanie Przekopu Wisły w 1895 r. Od tego czasu niesione z prądem osady rzeczne oraz działalność wiatru i fal morskich kształtują malownicze łachy i wyspy tzw. stożka ujściowego Wisły. Stały się one obecnie lęgowiskiem dla jedynej w Polsce kolonii rybitw czubatych i wielu innych cennych gatunków, np. ostrygojada, sieweczki obrożnej, czy rybitwy białoczelnej. Rezerwat stanowi również miejsce odpoczynku i żerowisko dla wielu ptaków podczas migracji. Regularnie występują tu też foki szare, a niekiedy i rzadsze gatunki: pospolita i obrączkowana. Obecnie największym zagrożeniem tego przyrodniczego eldorado jest to, co przyczyniło się do jego powstania - ludzka aktywność.

Zapraszam na wycieczkę, podczas której opowiem o dzikiej przyrodzie i skarbach tego wyjątkowego miejsca. Pokażę co jest „ptasim rarytasem” i przybliżę co jeszcze można zobaczyć spacerując wzdłuż ścieżki edukacyjnej. Wyjaśnię co jest największym problemem w rezerwacie oraz dlaczego należy zapewnić ptakom i fokom spokój. Z platformy obserwacyjnej będziemy podziwiać krajobraz stożka ujściowego królowej polskich rzek. Zachęcam do zabrania lornetek, niestety ze względu na sytuację epidemiologiczną nie będziemy korzystać z lunety.

7 września, poniedziałek - Znaczenie zieleni w mieście - Prowadzenie: Kamila Kubic, CIEE

Spotkanie o godz. 9.00 w Parku Oruńskim w okolicy pomnika Tatarów RP (dojazd autobusem do przystanku Gościnną autobusem 132, 189, 200, 205, 207, 210, 232) . Poziom trudności: trasa bardzo łatwa, w zdecydowanej większości będzie nam towarzyszył cień, dystans: ok. 2 km, przejdziemy wolnym tempem w kierunku pętli tramwajowej Łostowice - Świętokrzyska. Czas trwania: ok. 2-3 godz.

Park Oruński jest jednym z ulubionych miejsc odpoczynku gdańszczan. Spotykają się tu wszystkie pokolenia, zarówno fani aktywności fizycznej, matki spacerujące z małymi dziećmi, seniorzy, miłośnicy kultury (dzięki nowo otwartemu amfiteatrowi). W parku odbywają się także śluby i fotograficzne sesje par młodych czy narzeczeńskich. Co łączy te (czasem wydawać by się mogło) skrajne potrzeby? Enklawa prawdziwej, dojrzałej zieleni, która skutecznie separuje zgiełk miasta. Duże miasto determinuje także duże potrzeby/wymagania. Czy zieleń nas uszczęśliwia? Czy w mieście jest miejsce na „dzikość”? Podczas spaceru porozmawiamy o znaczeniu dużych, dorosłych, starych drzew. Zapytam o sens koszenia trawników, czy o „wolność Tomku w swoim domku” w kontekście ogródków działkowych i tych przydomowych. Towarzyszący nam Potok Oruński będzie pretekstem do rozważań o wodzie w mieście, o potrzebie jej gromadzenia i potencjalnym zagrożeniu jakie ze sobą niesie.

9 września, środa "W Ptasim Raju, czyli jak żyć z troską o rodzimą dzikość?" Prowadzenie: Ewelina Kurach, Stowarzyszenie Wspierania Inwestycji Przyjaznych PTA.com

Spotkanie o godz. 10:05 na przystanku ZTM "Górki Wsch." - ostatni przystanek trasy autobusu linii nr 186. Dla przyjeżdżających autobusem informacja: w razie opóźnienia autobusu, czekamy na pasażerów. Autobus z Gdańska Głównego wyjeżdża o 09:26.

Stopień trudności: średni, trasa po płaskim, część przemarszu po piasku, wejście na drewnianą wieżę obserwacyjną. Czas trwania: 4-4,5 h, trasa ok. 8 km

Potrzebne wyposażenie: dobre obuwie terenowe i odzież terenowa dostosowana do warunków atmosferycznych z uwzględnieniem specyfiki wybrzeża nadmorskiego, własny prowiant i napoje. Ewentualnie repelenty na komary. Warto zabrać ze sobą lornetkę!

Trasa spaceru będzie po ścieżce edukacyjnej rezerwatu przyrody "Ptasi Raj" i jego okolicy. Nasze spotkanie będzie okazją do przyjrzenia się przyrodzie pod kątem rodzimych i inwazyjnych gatunków zwierząt i roślin, drapieżnictwa i synantropizacji - jej przyczyn i skutków. Wrzesień to dla niektórych gatunków ptaków zaawansowany etap jesiennej migracji, inne dopiero ruszają w długą, pełną niebezpieczeństw wędrówkę. Niebezpieczeństw, które są wynikiem rozwoju cywilizacji a czasami zwykłej bezmyślności i braku troski o bioróżnorodność wokół nas. Spacer będzie okazją do przypomnienia sobie lub nabycia prawidłowych nawyków udzielania pomocy dzikim zwierzętom z zachowaniem zasad bezpieczeństwa dla nich, jak i dla nas. To ważne, bo w każdej chwili możemy napotkać na swojej drodze jeża, nietoperza czy ptaka. Warto wiedzieć co robić, kto może udzielić nam fachowej porady, wsparcia i gdzie ewentualnie możemy szukać natychmiastowej pomocy weterynaryjnej.

Dzikość jest na wyciągnięcie ręki - korzystajmy z tego mądrze i odpowiedzialnie! A korzystając na co dzień ze środowiska jesteśmy przecież współodpowiedzialni za szkody, które czynimy. Odpowiedzialni nie tylko etycznie, ale i finansowo lub poprzez pracę wolontariacką na rzecz przyrodniczych organizacji pozarządowych. Spotkanie będzie zatem dobrą okazją, by dowiedzieć się jakie NGO w regionie zajmują się ochroną lub udzielaniem pomocy dzikim zwierzętom.

Doświadczeniami owocnej i wieloletniej współpracy z niektórymi z nich podzieli się przewodnik wycieczki.

Powrót: samochodem lub autobusem 186 - autobus powrotny z przystanku "Górki Wsch." o godz. 13:56 lub 14:26. Opcja zakończenia dla chętnych: kawa lub obiad w Przystani "Ptasi Raj", do której wszyscy zajrzemy przez okna...

17 września, czwartek - "Skok w bok... ale z mapą". Prowadzenie: Artur Sikorski

Spotkanie o godz. 10.00 na parkingu przy siedzibie CIEE na Polanki 51.

W XXI wieku ludzie (często) bezrefleksyjnie ufają wirtualnym nawigacjom, czyżby dlatego, że odczytywanie map papierowych jest trudniejsze od obsługi „smartfona”? Gubimy się w poziomicach, hipsometriach, szlakach, ulicach a nawet kierunkach świata. Zatem, pod pretekstem poszukiwania skoczni narciarskich (a właściwie tego co z nich pozostało) przypomnimy sobie, jak to zrobić w sposób bardziej analogowy. Przed wyjściem - krótki instruktaż czytania mapy i sztuki orientacji w terenie. Po drodze - warsztaty ze sztuki przetrwania w terenie z prezentacją kilku technik radzenia sobie z ewentualnymi problemami pieszego wędrowcy.

Warsztat będzie trwał ok. 3,5 godz. Trasa miejscami trudna, prowadzi ścieżkami Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego (ze stromymi podejściami, które po opadach deszczu mogą być śliskie i trudne do pokonania - w przypadku problemów technicznych przewodnik zapewnia linę do pomocy), ok. 5 km. Konieczne buty terenowe!

Miejsce spotkań, czas trwania, stopień trudności oraz liczbę kilometrów dwóch ostatnich warsztatów doprecyzujemy pod koniec tygodnia.

22 września, wtorek, Kępa Redłowska - tam gdzie morze zjada ląd – Prowadzenie: Piotr Kowalewski, WANOGA

W jednym z najpiękniejszych fragmentów polskiego wybrzeża spróbujemy poznać procesy, które powodują znikanie lądu w morskich falach. Dzięki wielkiemu odstąpieniu glin lodowcowych spojrzymy w przeszłość ziemi. Oblane wodą kolorowe głązy dadzą nam okazję do przeniesienia się w rejony Skandynawii skąd zostały przywleczone.

Spotkanie o 10:00 przy wejściu na molo w Orłowie. Przejdziemy się trasą na wierzcholinie kępy oraz w okolicy podnóża klifu.

Długość trasy - około 3-4 km, trasa łatwa ale strome podejście, do 3 godzin. Powędrujemy do SKM Redłowo lub wrócimy do molo w Orłowie (w zależności od pogody). Proszę zabrać ciepłą odzież - czapkę szal, rękawiczki, lupę (szkło powiększające). Mogą się przydać rękawiczki ogrodowe, tzw. wampirki.

29 września, wtorek, Dębowe Błoto i Zamkowa Góra – Prowadzenie: Piotr Kowalewski, WANOGA

Spacer po Kartuskim Lesie, w którym zajrzyjmy do torfowisk nieopodal Dębowego Błota. Bezodpływowe zagłębienia stanowią wciąż tworzącą się księgę historii roślinności okolicy Kartuz. Zajrzyjmy również do niemal 200-letniego drzewostanu na Zamkowej Górze. Wrócimy do Kartuz przez urokliwe Jezioro Ciche.

Spotkanie o 10:10 na dworcu kolejowym w Kartuzach (sugerowany dojazd pociągiem SKM wyjeżdżającym w Gdańsk – Wrzeszcza o godz. 9.16 lub autobusem Gryf 810 wyjeżdżającym z Dworca Autobusowego w Gdańsku Głównym o 8.42 - przyjazd do Kartuz 9.53). Pociągi powrotne z Kartuz do Gdańska: 14:31, 15:31.

Długość trasy: około 13 km, trasa średnio trudna, jedno strome podejście.

Proszę zabrać ciepłą odzież - czapkę szal, rękawiczki, lupę (szkło powiększające). Konieczne dobre, wysokie buty, a nawet kalosze.

REGULAMIN:

1. Organizatorem warsztatów terenowych w ramach cyklu Dojrzały Smak Przygody jest Pomorski Zespół Parków Krajobrazowych (ul. Poniatowskiego 4a, 76-200 Słupsk), sekcja zespołu - Centrum Informacji i Edukacji Ekologicznej w Gdańsku ul. Polanki 51, 80-308 Gdańsk.
2. Uczestnictwo w warsztacie możliwe jest po wcześniejszym zapisie. Liczba osób na każdym warsztacie jest ograniczona do 20 osób. Ze względu na limit każdy z uczestników cyklu może zapisać się maksymalnie na 4 wybranych wypraw, a na pozostałe warsztaty na listę rezerwową. W przypadku wolnych miejsc na poszczególne warsztaty organizator zaprosi osoby z listy rezerwowej. Dodatkowy nabór będzie prowadzony 3 dni przed daną wyprawą.
3. Warsztaty dla osób w nich uczestniczących są bezpłatne. Uczestnicy pokrywają jedynie koszty dojazdu na miejsce spotkania oraz powrotu.
4. Warsztaty odbywają się w miejscach wskazanych przez Organizatora pod przewodnictwem wyznaczonych przez Organizatora przewodników.
5. Uczestnicy warsztatów są zobowiązani do stosowania się do wskazówek i poleceń przedstawiciela Organizatora uczestniczącego w warsztacie oraz przewodnika wyznaczonego przez Organizatora.
6. W warsztatach mogą brać udział wyłącznie osoby pełnoletnie. Cykl warsztatów Dojrzały Smak Przygody dedykowany jest seniorom.
7. Osoby, które chcą wziąć udział w warsztatach, zobowiązane są do wcześniejszej rejestracji - zgłoszenia za pomocą środków komunikacji elektronicznej, tj. telefonicznie (58 301 80 99) lub na adres e-mail: a.kowalczyk@pomorskieparki.pl i przekazania swoich danych, tj. imię i nazwisko i numer telefonu na wypadek stwierdzenia u którejś z osób uczestniczących zakażenia wirusem SARS-CoV-2. Organizator informuje (mailowo lub podczas zgłoszenia telefonicznego) osobę dokonującą zgłoszenia, czy zgłoszenie zostało przyjęte. W przypadku rezygnacji z udziału w warsztacie, uczestnicy proszeni są o pilny kontakt, w celu umożliwienia zaproszenia osób z listy rezerwowej.
8. Przewodnicy oraz osoby uczestniczące w warsztacie zobowiązani są do zakrywania nosa oraz ust za pomocą własnych maseczek ochronnych, gogli, przyłbic lub innych (np. chustka). W przypadku zachowania 2-metrowego dystansu w stosunku do innych uczestników zasada ta nie jest obowiązkowa.
9. W wypadku wchodzenia podczas warsztatów do budynków oraz innych obiektów zamkniętych i środków komunikacji publicznej, uczestnicy zobowiązani są do zakrywania nosa i ust. Osoby, które nie dostosują się do tej zasady nie będą mogły uczestniczyć w zwiedzaniu obiektów. Uczestnicy zobowiązani są także do stosowania się do szczegółowych zasad bezpieczeństwa obowiązujących w tych obiektach.

10. W przypadku niezastosowania się do zasad wskazanych w pkt 8-9 niniejszego Regulaminu, Organizator może odmówić Uczestnikowi/Uczestniczce udziału/dalszego udziału w warsztacie.
11. W warsztatach mogą brać udział jedynie osoby nieobjęte kwarantanną, nie przebywające pod nadzorem epidemiologicznym, bez jakichkolwiek objawów wskazujących na chorobę zakaźną, takich jak duszność, stan podgorączkowy (temperatura ciała powyżej 37-38 °C), objawy przeziębieniowe, gorączka, kaszel, bóle mięśni i ogólne zmęczenie.
12. W wypadku stwierdzenia u osoby, która zgłosiła chęć udziału w warsztacie, wskazanych powyżej objawów, osoba ta nie może wziąć udziału w spotkaniu. Osoby w trakcie odbywania obowiązkowej izolacji lub kwarantanny, mające kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zachorowanie lub osoby skierowane do izolacji w ciągu ostatniego tygodnia obowiązane są do odwołania swojej obecności na warsztacie oraz nieuczestniczenia w nim.
13. Z uwagi na charakter epidemii COVID-19 niezależnie od zastosowania zasad dotyczących przeciwdziałania rozprzestrzeniania się wirusa SARS-CoV-2 w oparciu o wytyczne Głównego Inspektora Sanitarnego istnieje ryzyko zakażenia się koronawirusem.
14. Uczestnicy poszczególnych warsztatów są zobowiązani do sprawdzenia przed wyprawą czy w związku ze zmianą sytuacji epidemiologicznej, zmianą rozkładu jazdy środków komunikacji publicznej lub z innego powodu nie nastąpiła zmiana w programie danego warsztatu. Ewentualne komunikaty o zmianach będą publikowane na stronie internetowej CIEE www.ciee-gda.pl w zakładce aktualności.
15. Procedury bezpieczeństwa ujęte w regulaminie obowiązują do czasu odwołania stanu epidemii.
16. Regulamin może ulec zmianie.

Ochrona danych osobowych:

Podanie imienia, nazwiska i telefonu kontaktowego lub adresu e-mail podczas zapisu na warsztat dobrowolne, ale jest do wzięcia udziału w wycieczce/spotkaniu edukacyjnym.

Zgodnie art. 13 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) informuję, iż:

1. Administratorem danych osobowych jest Pomorski Zespół Parków Krajobrazowych z siedzibą w Słupsku ul. Poniatowskiego 4a, kontakt tel. 59 842 98 29, e-mail: biuro@pomorskieparki.pl
2. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych – iod@pomorskieparki.pl
3. Dane osobowe będą przetwarzane w celu organizacji wycieczki/spotkania edukacyjnego w tym do kontaktu w przypadku ewentualnego jej odwołania lub zmiany terminu oraz do kontaktu z uczestnikami w przypadku zaistnienia uzasadnionego podejrzenia kontaktu z osobą zarażoną wirusem SARS-CoV-2.
4. Podstawą przetwarzania danych jest art.6 ust.1 lit. e) RODO tj. realizacja zadania w interesie publicznym w związku z zadaniami nałożonymi na administratora ustawą z dnia 16 kwietnia 2004 roku o ochronie przyrody oraz art. 6 ust. 1 lit. d) RODO w zakresie danych kontaktowych, których przetwarzanie jest niezbędne do ochrony żywotnych interesów osoby której dane dotyczą, lub innej osoby fizycznej.
5. Dane przetwarzane będą przez okres 1 miesiąca po realizacji wycieczki/ spotkania edukacyjnego.
6. Pani/Pana dane osobowe mogą być przekazane wyłącznie instytucjom, realizującym zadania dot. zapobiegania, przeciwdziałania i zwalczania SARS-CoV-2 na mocy obowiązujących przepisów.

7. Ma Pani/Pan prawo do: ochrony swoich danych osobowych, dostępu do nich, prawo do ograniczenia ich przetwarzania, wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania oraz prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa, e-mail: kancelaria@uodo.gov.pl).