## „Dojrzały Smak Przygody”
## XX edycja letnich wędrówek 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”. Na szlak wyruszymy już po raz XX☺ Pragniemy zainspirować Państwa do ciągłego rozwoju i aktywności, pokazując piękno przyrody i dziedzictwo kulturowe.

Nasz projekt to kompleksowy cykl warsztatów terenowych, obejmujących zarówno Trójmiasto i jego okolice, jak i obszar województwa pomorskiego, z małym wyskokiem poza południowa granicę. Trasy warsztatów przedstawiamy w załączniku. W tym roku w gronie przewodników powitamy nowe osoby, wspólnie przygotowaliśmy 20 wypraw! W końcu rocznica zobowiązuje;) Do współpracy tradycyjnie zaprosiliśmy koleżanki i kolegę z parków krajobrazowych (również z sąsiedniego województwa☺) a także edukatorkę z Centrum Edukacji Akwarium Gdyńskiego MIR-PIB. Dziękujemy pięknie za wsparcie.

Zachęcamy do fotografowania najpiękniejszych miejsc podczas poszczególnych spacerów i dzielenia się foto-wspomnieniami w komentarzach pod albumem na naszym FB.

Warsztaty realizujemy dzięki wsparciu ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Gdańsku.

Do zobaczenia na szlaku!

**W tym roku tradycyjnie będziemy wędrować w środy. Na warsztaty nie obowiązują zapisy. Prosimy wszystkich o dokładne zapoznanie się z regulaminem warsztatów! Przed poszczególnymi wyprawami prosimy o upewnienie się, czy w związku ze zmianą rozkładu jazdy środków komunikacji publicznej lub z innego powodu, nie nastąpiła zmiana w programie danego warsztatu lub warsztat nie został odwołany (komunikat pojawi się na stronie internetowej CIEE w zakładce WAŻNE).** Prosimy o ubranie się w strój terenowy, dobrą ocenę swoich możliwości względem stopnia trudności trasy oraz zaopatrzenie się w odpowiednie bilety komunikacji. Przy okazji polecamy Państwu bilet Mobilny Senior w ramach Taryfy Pomorskiej.

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

**Większość z Państwa świetnie wie jak przygotować się do spacerów w terenie. Dla nowych uczestników naszych wypraw mamy skrócony „elementarz", obowiązujący na każdym spacerze:**

1. Na odpowiedni strój terenowy składają się: wygodne terenowe buty, spodnie sportowe, kurtka przeciwdeszczowa, nakrycie głowy, okulary przeciwsłoneczne.

2. Zawsze miej zapas wody, mile widziana także kanapka lub inny prowiant. Nie zawsze będziemy mijać sklep.

3. Jeśli posiadasz, na dłuższe wyprawy zabierz ze sobą kijki trekkingowe.

4. Repelent na owady bywa przydatny.

5. Nie zawsze można płacić kartą, gotówka bywa wskazana.

6. Dobry humor niezbędny zawsze!

**Program warsztatów terenowych dla seniorów Dojrzały Smak Przygody 2025**

Przypominamy o potrzebie samodzielnej weryfikacji rozkładu jazdy przed każdą wyprawą. W przypadku znaczących zmian w rozkładzie komunikacji dalekobieżnej będziemy informować o zmianie programu na stronie internetowej www.ciee-gda.pl (w zakładce ważne) oraz na profilu CIEE na Facebooku.

Poziomy trudności:

Trasy łatwe – trasy krótkie, do ok. 5-6 km, bez utrudnień typu strome podejście/zejście

Trasy średnio-łatwe – trasy dłuższe niż łatwe, ok. 6-12 km, bez większych utrudnień, z łagodnymi podejściami/zejściami

Trasy średnie – trasy dłuższe niż 10 km, ze średnimi utrudnieniami typu strome podejścia/zejścia itp.

Trasy trudne – trasy długie (od ok. 13 km) lub z dużymi utrudnieniami typu strome podejścia/zejścia itp.

**28 maja – Zioła wokół jeziora Dąbrowskiego – prowadzenie: Dominika Dudzic, Ośrodek Edukacji Ekologicznej w Staniszewie przy Kaszubskim PK, Iskra Mocy**

Spotkanie o godz. 9.00 na stacji kolejowej w Gołubiu Kaszubskim. Sugerowany dojazd pociągiem PKM z Gdańska Wrzeszcz o godz. 7.48.

Czas trwania: ok. 4 godz. Sugerowany pociąg powrotny z Gołubia o godz. 13.37, warto również zostać dłużej i we własnym zakresie odwiedzić Ogród Botaniczny. Kolejny pociąg odjeżdża o 15.43.

Długość trasy łącznie: 8 km. Trasa wokół jeziora : 6 km + 2 km dojście w 2 strony ze stacji kolejowej do kąpieliska przy jeziorze, skąd zacznie się faktyczny spacer zielarski.

Trasa średnio-łatwa (ze względu na dystans), bez ciężkich podejść. W połowie trasy będziemy musieli przekroczyć połączenie jezior Dąbrowskiego z jez. Lubowisko, który łączy wąski

przesmyk - kładka na wodzie. Będziemy poruszać się głównie drogą leśną i 2 km drogą asfaltową. Rekomendowane wygodne buty trekkingowe lub sportowe. Dominika lubi delikatnie zbaczać z trasy, jeśli zauważy ciekawe rośliny...

Spacer zielarski rozpoczniemy przy kąpielisku w Gołubiu, gdzie omówimy kilka pospolitych gatunków roślin, które z pozoru są dla większości tylko zwykłymi „chwastami". Potem będziemy poruszać się na południe, szlakiem pieszym wzdłuż wschodniego brzegu jeziora. Posłuchacie o wielu najciekawszych ziołach, skupiając się głównie na ich praktycznym wykorzystaniu leczniczym. Druga połowa spaceru to droga leśna i czas na zadawanie pytań oraz wymianę doświadczeń. Spacer zakończymy również przy kąpielisku, tym samym okrążając całe jezioro.

Dowiecie się np. dlaczego tylko świeży sok z glistnika działa na kurzajki i plamy starcze lub jakie zioła powinny jeść i pić osoby cierpiące na artretyzm i dnę moczanową.

O prowadzącej: Dominika Dudzic. Kulturoznawca, Zielarka i fitoterapeutka. Na co dzień pracuje jako edukator w Zielonej Szkole w Staniszewie oraz prowadzi warsztaty tworzenia kosmetyków naturalnych jako Iskra Mocy. Przygodę z ziołami rozpoczęła na poważnie 4 lata temu, kiedy przeprowadziła się z Gdańska na wieś oraz ukończyła studia w Instytucie Zielarstwa Polskiego. Zanim wybierzecie się na spacer z Dominiką, możecie posłuchać również jej ziołowych podcastów "Kwadrans z ziołami" (https://www.youtube.com/@Kwadrans_z_Ziolami).

**4 czerwca – Wędrówka po północnych zakątkach Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego – prowadzenie: Agnieszka Kowalewska, Trójmiejski Park Krajobrazowy oraz Anna Białkowska, Centrum Informacji i Edukacji Ekologicznej w Gdańsku**

Spotkanie o godz. 9.40 na stacji SKM Reda Pieleszewo (odjazd SKM z Gdańska Głównego o 8:33). Przewidywany czas trwania: 3-3,5 godz., długość trasy: około 5,5 km. Trasa średnio trudna, z uwagi na dwa strome zejścia w końcowym odcinku. Ważne: trasa wycieczki nie stanowi pętli - wycieczkę zakończymy na stacji SKM Reda.

Uczestnicy wycieczki będą mieli okazję poznać rzadziej odwiedzany fragment Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego, czyli lasy w okolicach Redy. Będziemy podziwiać wyjątkową rzeźbę tego terenu, z malowniczym systemem dolin i porozcinanych przez nie zboczy. Zwrócimy uwagę na inne formy ochrony przyrody, występujące na terenie TPK, takie jak obszar Natura 2000 i pomniki przyrody. W trakcie wędrówki zaobserwujemy zarówno rodzime gatunki flory, jak i obecność gatunków obcych oraz tzw. gatunków inwazyjnych.

**11 czerwca – Mieszkać we Wrzeszczu: co to znaczy? – prowadzenie: Agnieszka Kurkowska**

Spotkanie o godz. 9.30 przed głównym wejściem do Galerii Bałtyckiej od strony ul. Grunwaldzkiej. Koniec ok godz. 13.30 w Parku Kuźniczki.

Trasa należy do średnio-łatwych, ze względu na dystans - ok. 10 km, brak podejść.

Przygodę zaczynamy w ścisłym centrum dzielnicy, na skrzyżowaniu funkcji mieszkalnych, transportowych i usługowych. Stąd ruszymy w stronę dawnego browaru, spojrzeć na rewaloryzację tego fragmentu dzielnicy. Następnie, wędrując wzdłuż przedwojennych

kamienic, dojdziemy do ul. Białej, z której widać jej kontrastującą siostrę, ul. Czarną. Zobaczymy wnętrza półprywatnych podwórek i wyregulowany potok Strzyża, mały rynek staroci i doświadczymy wolniejszego tempa życia mieszkańców tego fragmentu dzielnicy.

Stąd przejdziemy na reprezentacyjny plac Komorowskiego, przecięty siatką komunikującego się intensywnie miasta. Następnie skierujemy się w stronę 2 Liceum Ogólnokształcącego, najstarszej szkoły średniej w mieście, obchodzącej w tym roku 80-lecie istnienia. Stąd przejdziemy na teren dawnego lotniska, którego zabytkowe hangary pełnią dzisiaj funkcje obsługujące duże osiedla mieszkaniowe. Dojdziemy do granicy dzielnicy, przyglądając się zagęszczającemu się w tym rejonie Gdańskowi. To obszar dużych, intensywnie zabudowanych osiedli mieszkaniowych, historycznie spełniających modernistyczne postulaty miasta 15 minutowego. Stamtąd dojdziemy ponownie do starego, historycznego Wrzeszcza o zabudowie kwartałowej wypełnionej kamienicami. Wędrówkę zakończymy w Parku Kuźniczki, zastanawiając się na koniec nad różnorodnością form zabudowy i naszymi preferencjami dotyczącymi warunków zamieszkiwania w dużym mieście.

Towarzyszyć nam będzie książka profesora Jana Daniluka, historyka, badacza i miłośnika Gdańska.

**18 czerwca (środa) – Botaniczne obserwacje w krainie moren i dolin – prowadzenie: Agnieszka Sadowska, Przyrodnicze Story**

Spotkanie o godz. 10.00 – Sopot Kamienny Potok, wyjście ze stacji SKM od strony ul. Łowickiej. Dystans do przejścia - około 4 km. Czas trwania przy spokojnym spacerze około 3 godz. Trasa średnio-łatwa, ze względu na strome zejście, teren miejscami podmokły.

Łagodne lub strome zalesione wzgórza, cieniste doliny zajęte przez rzeki i strumyki, wybrzeże klifowe i wydmowe sprawiają, że tereny wokół Trójmiasta mają unikalne walory krajobrazowe. Spacer po Sopocki lasach i klifach będzie okazją do obserwacji przyrody oraz dyskusji o polodowcowej rzeźbie terenu i zbiorowiskach roślinnych typowych dla moren i dolin. W trakcie wyprawy dowiesz się, jak odróżnić łęg od grądu, a buczynę żyzną od kwaśnej oraz czym różni się roślinność klifów i wydm. Trasa będzie wiodła wzdłuż potoku Swelinia, początkowo w kierunku rezerwatu Łęg nad Swelinią, a następnie w kierunku morza. Wycieczkę zakończymy na plaży, w okolicy mola Koliby.

**25 czerwca – Nadwiślańskie wędrowanie z kanapką z serem w plecaku… – prowadzenie: Ewelina Kurach, Stowarzyszenie Ochrony Sów**

Spotkanie o godz. 8.40 na przystanku Błotnik. Sugerowany przyjazd autobusem PKS linii 871, wyjeżdżającym z Dworca Autobusowego w Gdańsku o godz. 7.55, planowo w Błotniku 8.37.

Trasa: Błotnik – Kiezmark, ok. 12 km. Stopień trudności trasy: trasa średnia, drogi gruntowe, drogi utwardzone, wał nadwiślański, wejścia i zejścia na międzywale.

Wyjazd z Kiezmarka do Gdańska Głównego najprawdopodobniej o godz. 13:30, ewentualnie kolejnym autobusem o godz. 15.04.

W ostatnią środę czerwca wybierzemy się na przyrodniczy spacer, kłaniając się królowej polskich rzek, Wiśle. Tym razem poznamy zielone tereny i historyczne miejsca Żuław

Gdańskich na terenie gm. Cedry Wielkie. Naszą trasę rozpoczniemy w pobliżu końca ślepego ramienia Martwej Wisły – Mariny w Błotniku. Będziemy wędrowali międzywalem i nadwiślańskim wałem. To idealny czas, by przyjrzeć się ptasim podlotom, porozmawiać o roli wierzb, ich mieszkańcach oraz o ogławianiu. Zabierzcie ze sobą lornetki, prowiant (polecamy kanapki z serem!). Przycupniemy bowiem na zielony piknik, by wyciszyć zmysły, wsłuchać się w śpiew skowronków, trznadli, pliszek żółtych, cierniówek a i na pewno coś nam tam… potrzeszczy! Kto wie, może nam się poszczęści i dzięki lunecie podejrzymy rodzinkę nurogęsi? Naszą wędrówkę zakończymy we wsi Kiezmark, gdzie też będzie coś o lunecie, choć już nie tej ornitologicznej… Naszą dojrzałą opowieść i wędrówkę tego dnia utkamy historią, ornitologią, spostrzegawczością, poczuciem humoru z nutką pewnych kultur… A może i śladów obecności tych, którzy o tej porze jeszcze śpią…?

**2 lipca – Okolica zalewu Żurskiego i Ścieżka Ciszy – prowadzenie: Marlena Wojciechowska i Emilia Gołąb, Wdecki Park Krajobrazowy**

Spotkanie o godz. 10.00 przed Centrum Czynnej Ochrony Przyrody Wdeckiego Parku Krajobrazowego Bydgoska 6, 86-150 Tleń. Ze względu na lokalizację to wyprawa dla zmotoryzowanych, zachęcamy do umawiania się na wspólny przejazd.

Przygodę we Wdeckim Parku Krajobrazowym zaczniemy od spaceru w stronę zalewu Żurskiego. Jeśli grupa Dojrzałego Smaku Przygody będzie kameralna (do 15 osób), to czeka nas wodna przygoda – rejs tramwajem, w czasie którego uczestnicy poznają historię i walory przyrodnicze Zalewu Żurskiego. Trasa przejścia do przystani - do 2 km (powrót również ☺). Jeśli będzie nas więcej, to przejdziemy trasą między Zalewem Żurskim, a Jeziorem Mukrza (ok. 5-6 km). Podczas wędrówki poznamy historię i walory przyrodnicze Zalewu Żurskiego i okolic. A to tylko część atrakcji. Podjedziemy na parking leśny (53.653, 18.265) i udamy się na „Ścieżkę ciszy". To pilotażowy i unikalny w Polsce produkt turystyczny, którego pomysł zaczerpnięto z Finlandii Centralnej. Wariantów tras pieszych jest kilka, dociekliwym polecamy stronę: https://sc.wdeckipark.pl/ My proponujemy krótką trasę, którą prowadzi zabawa questingowa (warto zabrać coś do pisania). Trasa ma długość do 6 km , pozwoli nam zobaczyć rezerwat Jezioro Piaseczno. Poznamy też podstawy kąpieli leśnych. Trasa łatwa, z jednym podejściem pod górkę, przewyższeniem wg. naszej oceny ok. 40 stopni (w wygodnych butach wszyscy dają radę). Oczywiście można skorzystać tylko z 1 propozycji, choć zdecydowanie warto odwiedzić ścieżkę ciszy…

**9 lipca – Wokół Jeziora Otomińskiego – prowadzenie: Dawid Weisbrodt**

Spotkanie o godz. 10.01. na przystanku Otomin Słoneczna Pętla. Sugerowany przyjazd autobusem linii 174, odjeżdżającym z przystanku Siedlce 05 o godz. 9:33.

Trasa średnio łatwa, dystans ok. 7 km, planowane jest wejście na torfowisko, przyda się obuwie trekkingowe. Czas trwania wycieczki ok. 4 godziny.

Lasy Otomińskie to zwarty kompleks leśny leżący na wschodnim krańcu Pojezierza Kaszubskiego objęty ochroną w ramach Otomińskiego Obszaru Chronionego Krajobrazu. Teren który odwiedzimy stanowi klasyczny przykład krajobrazu polodowcowego, z całym zespołem form, takich jak wzgórza morenowe, liczne torfowiska i przepiękne Jezioro

Otomińskie, które będzie osią naszej wycieczki. W trakcie spaceru zapoznamy się z bioróżnorodnością tych pięknych lasów i historią tego jak powstały w obecnej formie. Więcej uwagi poświęcimy tym razem ekosystemom torfowiskowym – szczególnie ciekawym obiektom przyrodniczym, które mają swój udział m.in. w poznaniu historii przyrodniczej regionu. Zwiedzimy także pozostałości wczesnośredniowiecznego grodziska nad Jeziorem Otomińskim. Dla chętnych będzie opcja przedłużenie trasy marszu i wizyta w rezerwacie Bursztynowa Góra (dodatkowe 3 km, powrót PKS Gdańsk z Bąkowa). Decyzję o ewentualnym wydłużeniu trasy podejmiemy podczas spotkania, wspólnie z uczestnikami.

**16 lipca – Wokół Sulęczyna – prowadzenie: Piotr Kowalewski, WANOGA**

Spotkanie o godz. 12.20 na Przystanku autobusowym Sulęczyno.

Proponowany dojazd autobusem Gryf 801 z Gdańska (Dworzec Autobusowy) do Kartuz o godz. 9:35. Przyjazd do Kartuz 10.34. Alternatywny dojazd do Kartuz pociągiem REGIO z Gdańska Wrzeszcza o godz. 9.40, w Kartuzach o godz. 10.36. Następnie wyjazd z Kartuz do Sulęczyna autobusem GRYF 7 o godz. 11:20. Wysiadka na ostatnim przystanku Sulęczyno o godz. 12.18.

Trasa w formie prawie pętli, możliwość przyjazdu autem (miejsce spotkania - przystanek autobusowy jest w okolicy skrzyżowania ul. Kartuskiej i Szydlickiej).

Wyjazd w drogę powrotną do Gdańska z Sulęczyna (z przystanku Sulęczyno, Os. Krąg) o 17:27 autobusem Gryf 7 do Kartuz (przyjazd o 18.11). Wyjazd z Kartuz autobusem GRYF 801 o godz. 18.15 (Gdańsk D.A. 19.14). Pociąg Regio odjeżdża z Kartuz dopiero o 18.52, w Gdańsku Wrzeszczu o 19.38.

Trasa średnia, do 10 km, do 5 godzin. Nawierzchnia, asfalt, chodnik, drogi szutrowe, trochę po łące, bez utrudnień typu strome podejścia.

Podczas spaceru odwiedzimy punkt widokowy nad Jeziorem Węgorzyno. Zerkniemy na wyjątkowe mokradła na miejscu osuszonych jezior, chronione w rezerwacie przyrody „Mechowiska Sulęczyńskie". To jedno z najcenniejszych i najbardziej znanych torfowisk alkalicznych Pomorza. Rezerwat wymaga ochrony czynnej, polegającej m.in. na koszeniu mechowiska i usuwaniu ekspansywnych gatunków bylin oraz drzew i krzewów. Nie jest udostępniony do ruchu turystycznego, więc nie będziemy wchodzić na jego teren. Podczas wędrówki poznamy też przełomową dolinę Słupi, zwaną przez kajakarzy „rynną sulęczyńską". Będziemy mieli czas na niespieszną wędrówkę i piknik.

**23 lipca – Dolina Raduni – nieznane piękno elektrowni wodnych – prowadzenie: Arkadiusz Chodera**

Spotkanie o godz. 8.55 na przystanku autobusowym Bielkówko. Sugerowany dojazd autobusem Albatros linii nr 836 odjeżdżającym z przystanku Gdańsk DWORZEC GŁÓWNY 20 o godzinie 8.10, przyjazd do Bielkówka o godz. 8.51. Przewidywany powrót autobusem z Bielkówka o godz. 14.25, w Gdańsku 15.09. Spacer ma formę pętli, więc istnieje możliwość przyjazdu autem.

Przewidywany czas trwania: około 5 godz., długość trasy: około 11 km. Trasa: średnia (teren płaski z lekkimi przewyższeniami). Osoby dla których ten dystans będzie za długi mogą się odłączyć w Kolbudach, po 4 km.

Wyprawa wzdłuż rzeki Raduni i Bielkowskiego Zbiornika Wodnego do miejscowości Kolbudy. Wędrówka rozpocznie się od krótkiej charakterystyki omawianego obszaru (budowa geologiczna, historia regionu). Podczas spaceru porozmawiamy o odnawialnych źródłach energii (ze szczególnym uwzględnieniem energii wodnej), faunie i florze środkowego i dolnego odcinka rzeki Raduni oraz wpływie antropopresji na przemiany środowiskowe doliny Raduni. Poznamy też metody pomiaru przepływu rzeki, ze szczególnym uwzględnieniem metody pływakowej. Program zakłada również zwiedzanie elektrowni wodnej w Bielkówku i zabytkowego kościoła w Pręgowie.

Podczas spaceru zobaczymy piękno doliny Raduni i moreny czołowej wraz z bogactwem i różnorodnością fauny i flory. Ponadto będziemy podziwiać kunszt budowli hydrotechnicznych, które wraz z sześcioma innymi elektrowniami zostały wpisane na listę zabytków przedwojennej architektury przemysłowej.

**30 lipca – Maćkowe czyżnie czyli przyroda przetykana historią – prowadzenie: Włodzimierz Chojnacki**

Spotkanie o godzinie 10.51, Gdańsk Maćkowy, przed Domem Pomocy Społecznej, ul. Starogardzka 20. Sugerowany dojazd autobusem linii nr 189 (odjazd z przystanku Dworzec Główny 10.35).

Trasa, chociaż dość krótka, ze względu na trudność została określona jako średnia, ze względu na liczne podejścia i zejścia, z których większość będzie łagodna i poprowadzi szerokimi drogami terenowymi. By zobaczyć ciekawsze miejsca będziemy niekiedy zagłębiać się w zarośla, ale osoby, dla których to mogłoby być trudne, będą mogły poczekać na resztę grupy przy drodze lub wskażę im łatwiejszą trasę obejścia. Wycieczka będzie składać z dwóch części: pierwsza, długości ok. 2,5 km przebiegać będzie w dolinie Potoku Maćkowy, po trenach byłego niemieckiego obozu Matzkau, druga, długości ok. 1,5 km, w sąsiedztwie byłej mleczarni Maćkowy. Czas trwania pierwszej części ok. 2 h, drugiej ok. 1 h; zarówno pierwsza, jak i druga część wycieczki będą się kończyć w miejscu startu, przy Domu Opieki Społecznej.

W czasie wycieczki obserwować będziemy zbiorowiska kolczastych zarośli, które nazywane są przez geobotaników terminem „czyżnie”. Rozwijają się one samorzutnie na miedzach i okrajkach oraz w innych miejscach kiedyś zagospodarowanych, a potem opuszczonych przez człowieka. Wśród roślin tworzących czyżnie, czyli rodzaj polskiego buszu, jest całkiem sporo gatunków użytkowych: jadalnych, leczniczych, czy wykorzystywanych w kosmetyce. To im poświęcimy najwięcej uwagi, aby nauczyć się je bezbłędnie rozpoznawać i poznać jak najwięcej ich właściwości.

Obok tematów botanicznych zajmiemy się też historyczną przeszłością zwiedzanego terenu. Poszukamy pozostałości hitlerowskiego obozu i spróbujemy wyobrazić sobie, jak mógł on wyglądać osiemdziesiąt kilka lat temu. Przyjrzymy się jak wygląda obecnie teren niedawno zlikwidowanej dużej mleczarni i otaczające go wysiedlone ogródki działkowe.

## 6 sierpnia – Arboretum Leśników Kartuskich – prowadzenie: Marta Sołtys, Przyrodnicze Story

Spotkanie o godz. 9.40 na dworcu PKP w Kartuzach. Sugerowany przyjazd pociągiem REGIO, odjazd z Gdańska Wrzeszcza o godz. 8.37, przyjazd do Kartuz 9.36. Druga możliwość to autobus 801, odjeżdżający z przystanku Gdańsk, Dworzec PKS o godzinie 8.35, przyjazd do Kartuz o 9.34. W przypadku opóźnienia autobusu prosimy o kontakt telefoniczny z CIEE: 727 660 059. Trasa w formie pętli, możliwość przyjazdu autem.

Trasa średnio-łatwa, bez stromych podejść: Dworzec Kartuzy – Arboretum – Kaszubski Park Krajobrazowy – dworzec Kartuzy. Przewidywany czas trwania: ok. 5 godz., długość trasy: około 9 km. Proponowany powrót pociągiem REGIO z Kartuz 14.52, w Gdańsku Głównym 15.44 . Autobus 801 odjeżdża z Kartuz o godz. 15.15, przyjazd do Gdańska o 16.29.

Tym razem odwiedzimy Kartuzy i okolice, zaglądając m.in. do malowniczego Arboretum oraz na ścieżki Kaszubskiego Parku Krajobrazowego. Trasa liczy około 9 km i wiedzie przez łagodne tereny leśne, bez stromych podejść. W czasie spaceru porozmawiamy o walorach krajobrazowych tego regionu, Arboretum w Kartuzach to dobre miejsce do poznania różnorodnych gatunków drzew i krzewów, zarówno rodzimych, jak i obcych.

## 13 sierpnia – Lasy Sopockie – prowadzenie: Dariusz Ożarowski, Trójmiejski Park Krajobrazowy

Trasa: Morskie Oko – Orle Wzgórze – Łysa Polana – Mała Gwiazda – Dolina Świemirowska – Droga Nadleśniczych – Szlak Zajęcy – ul. Smolna (Sopot)

Trasa średnio trudna, ze względu na strome podejścia i zejścia, długość trasy: około 8 km. Czas trwania: około 3-4 godziny.

Miejsce spotkania: Sopot. Przystanek autobusowy Sopot Sikorskiego 04, godzina 9.51 (sugerowany przyjazd autobusem 117 wyjeżdżającym z przystanku Oliwa o godz. 9.32, przyjazd na przystanek Sopot Sikorskiego 04 o godz. 9.51). Przystanek jest przy Parku Sanitariuszki Inki (Armii Krajowej 99), w odległości spacerem ok. 10-15 minut od dworca PKP/SKM w Sopocie.

Zapraszam na spacer wyjątkowo urozmaiconą krajobrazowo i przyrodniczo trasą. Powędrujemy strefą krawędziową Lasów Sopockich, podziwiając zarówno ukształtowanie geomorfologiczne terenu, jak i jego bogactwo przyrodnicze, a zwłaszcza ornitologiczne. Obejrzymy również wybrane pomniki przyrody. Czeka na nas kilka ostrzejszych podejść i zejść, dlatego warto zadbać o wygodne obuwie do wędrowania oraz kijki trekkingowe.

## 20 sierpnia – Przyroda jest w mieście – prowadzenie: Kamila Kubic i Marcin Węsiora, CIEE

Spotkanie o godzinie 9:00 na pętli Łostowice - Świętokrzyska (przed budynkiem Punktu Obsługi Klienta ZTM), skąd udamy się na pobliską Kozaczą górę, by z perspektywy ptaka spojrzeć na miasto. Następnie pójdziemy w kierunku zbiornika retencyjnego Augustowska i stamtąd w kierunku Parku Oruńskiego, po drodze mijając ogródki działkowe. Spacer zakończymy w przy pomniku Tatara w Parku Oruńskim lub w miejscu startu.

Trasa łatwa, bez stromych podejść. Dla chętnych możliwość wejścia na wieżę widokową na Kozaczej górze, max. długość – 6 km. Nasz spacer będzie miał charakter botaniczno - ornitologiczny.

Serdecznie zapraszamy na krótką miejską wyprawę. Będziemy poruszać się na styku miasta i terenów zielonych, obserwować z bliska jak przenikają się te dwa światy. Porozmawiamy o tym czy ptakom może być dobrze w mieście? Czy można zaobserwować w dużym mieście nieoczywiste gatunki? Rzadkie okazy? Co zrobić w przypadku znalezienia rannego ptaka? Ale sprawdzimy także czy rośliny łatwo poddają się antropopresji. Przekonamy się czy po drodze spotkamy uciekinierów z ogrodów, porozmawiamy o koszeniu miejskich trawników a także zajrzymy przez płot na teren ogródków działkowych☺

**27 sierpnia - Borowieckie jeziorka, prowadzenie: Danuta Kobylarz**

Spotkanie o godz. 9.45 przy kamiennym obelisku, w pobliżu przystanku autobusowego Chwaszczyno Centrum. Sugerowany dojazd autobusem 171 wyjeżdżającym z przystanku Oliwa o godz. 9.20, planowy przyjazd 9.43.

Trasa średnio-łatwa (ze względu na dystans około 12 km). Brak trudności typu strome podejścia. Czas trwania- 4-5 godz. (w zależności od pogody i długości odpoczynków). Zakończenie przy dworcu PKM Osowa.

Naszą wędrówkę rozpoczniemy z Centrum Chwaszczyna , spod pomnika poświęconego pomordowanym mieszkańcom wsi. Idąc ulicą A. Mickiewicza przejdziemy obok zabytkowego kościoła i skierujemy się w stronę Borowca. Na trasie zobaczymy jak budowa obwodnicy zmieniła ten teren. Z biegiem Strugi Chwaszczyńskiej i rzeczki Strzelenki dojdziemy do jeziorek powyrobiskowych. Z punktu widokowego przy słonecznej pogodzie rozpościera się wspaniała panorama na jeziorka. Kierując się dawnym niebieskim szlakiem, lasem dojdziemy do mostku nad Strzelenką i ścieżką wśród łąk dotrzemy do trzeciego jeziorka , którego brzeg zachęca do odpoczynku. Kierując się na najwyższy punkt 147,2 m będziemy mieli kolejną panoramę, a kilkanaście metrów dalej rząd głazów wydobytych podczas prac Zakładu Górniczego Borowiec. Powrócimy ponownie do mostku i ruszymy z biegiem wijącej się urokliwie Strzelenki wśród wysokich traw i powalonych pni drzew. Jak szczęście dopisze uda nam się przejść przez prowizoryczny mostek nad rzeczką . Dla tego pożądane były by kijki i odpowiednie obuwie. Teraz czeka nas tylko wędrówka przez leśne ścieżki, które doprowadzą nas do drogi i Jeziora Wysockiego, gdzie zakończy się nasza przygoda. W czasie wycieczki pokażę państwu zdjęcia i mapy tych terenów sprzed kilkunastu lat. Zobaczycie jak człowiek przez swoje działanie zmienił okoliczny teren. I nadal go zmienia.

**3 września – Wyjątkowy Bałtyk – prowadzenie: Monika Wiśniewska, Akwarium Gdyńskie MIR-PIB**

Spotkanie o godz. 10.00 przy molo w Gdyni Orłowie. Trasa będzie obejmować spacer od mola do klifu. Chętni będą mogli wejść szlakiem na klif, aby z góry zaobserwować podwodne progi, mające na celu ochronę wybrzeża przed wymywaniem, a jednocześnie tworzące siedlisko życia dla organizmów morskich.

Przewidywany czas trwania: 1,5 -2 godz., długość trasy: około 1,5 km. Trasa łatwa, utrudnieniem będzie podejście na klif (dla chętnych, na zakończenie spotkania).

Czy zastanawialiście się kiedyś, dlaczego nasze plaże są piaszczyste, podczas gdy w Szwecji dominuje wybrzeże skaliste? Klif Orłowski jest idealnym miejscem do poznania odpowiedzi na to pytanie. Jego warstwy pokazują historię kształtowania się naszego morza. Jest to również idealne miejsce do poszukiwania skamielin w wapieniach, będących pozostałością po ciepłym morzu, które kiedyś znajdowało się nad powierzchnią naszego kraju. Być może w trakcie spaceru odkryjecie w sobie duszę poszukiwacza "kamiennych skarbów". Postaramy się także znaleźć życie w płytkiej wodzie przybrzeżnej, w tym m.in. krewetki.

**10 września – Helskie Wydmy – prowadzenie: Artur Sikorski, Eko - Kapio**

Spotkanie o godzinie 10.10 na peronie Dworca PKP w Helu. Sugerowany przyjazd pociągiem wyjeżdżającym z Gdyni Głównej o godzinie 8.40. Pociąg z Juraty 16.31 (Regio do Gdyni Głównej).

Trasa średnio-łatwa – ze względu na dystans, ok. 12 km, bez większych utrudnień i stromych podejść.

Przygoda zaczyna się na dworcu kolejowym w Helu. Tu zaczyna się nasza właściwa włóczęga w kierunku rezerwatu przyrody „Helskie Wydmy”.

Po wyjściu z dworca kolejowego udamy się w przeciwną stronę najbardziej popularnego kierunku wszystkich odwiedzających Hel w sezonie.

Początkowo będziemy wędrować wzdłuż drogi wojewódzkiej, następnie wejdziemy na jeden z kilku tematycznych szlaków historii militarnej dawnego Rejonu Umocnionego Hel, gdzie zobaczymy liczne pozostałości po wojennej i wojskowej historii tego miejsca. Od tej pory będziemy poruszali się drogami i ścieżkami o przyjemnym, naturalnym podłożu, przez nadmorski bór bażynowy. Po drodze, na zaobserwowanych tutaj przykładach, poruszymy tematykę nadmiernej antropopresji na nadmorską naturę i wpływ oddziaływania rozwijającego się kurortu na stan przyrody na Mierzei.

Spacerując borem udamy się w kierunku rezerwatu przyrody "Helskie Wydmy", który chroni wydmowy brzeg morski oraz stanowiska roślinności wydmowej i jest chyba najmniej popularnym obszarem wydmowym w Polsce, co jest dobrą dla nas informacją - tłumów nie będzie :).

Korzystając z dobrodziejstwa oznakowanej trasy turystycznej przejdziemy przez serce rezerwatu, dojdziemy na plażę i nią udamy się do Juraty, gdzie na przystanku PKP zakończy się nasza helska włóczęga.

**17 września – Spacer po Westerplatte – prowadzenie: Barbara Ząbczyk-Chmielewska**

Spotkanie o godz. 15.00 przed budynkiem Centrum Obsługi Zwiedzających „Pole Bitwy Westerplatte”, Al. mjr. Henryka Sucharskiego 77**.** Sugerowany dojazd autobusem 138 odjeżdżającym z Dworca Głównego o 14.15.
Stopień trudności: trasa łatwa, krótka, bez utrudnień. Czas trwania: ok. 3 godz.
Westerplatte to półwysep położony w Gdańsku, u ujścia Martwej Wisły do Zatoki Gdańskiej, uformowany w wyniku procesów naturalnych w latach 1845–1847. Obszar półwyspu, a także jego przeznaczenie, na przestrzeni lat ulegały licznym przekształceniom. Oprócz znaczenia

militarnego, już od lat 30. XIX wieku działało tu znane uzdrowisko z domem zdrojowym, kąpieliskiem i parkiem. W okresie międzywojennym na Westerplatte funkcjonowała Wojskowa Składnica Tranzytowa, która umożliwiała Polsce przeładunek materiałów wojskowych. Jej bohaterska obrona we wrześniu 1939 roku, stała się symbolicznym początkiem II wojny światowej i polskiego oporu wobec agresji III Rzeszy.
Spacer będzie okazją do zapoznania się ze współczesnymi zmianami na Westerplatte, związanymi z prowadzonymi w ostatnich latach pracami archeologicznymi oraz z powstawaniem muzeum plenerowego. Trasa biegnie przez tereny zielone i jest dobrze oznakowana tablicami informacyjnymi, które przybliżają wygląd półwyspu w trakcie wrześniowych walk. Przejdziemy przez obszar bitwy, placówki i wartownie, ruiny Nowych Koszar w kierunku Pomnika Obrońców Wybrzeża i miejsca spotkania Jana Pawła II z młodzieżą oraz dawnej elektrowni. Zobaczymy ustawione przed budynkiem Nowych Koszar tablice pamiątkowe, ufundowane przez Radę Miasta Gdańsk, przedstawiające imiona i nazwiska obrońców Westerplatte. Szczególnym miejscem na trasie jest nowy Cmentarz Obrońców Westerplatte. Złożono tam szczątki dziewięciu polskich żołnierzy, odnalezionych przez archeologów, a także urnę z prochami mjr. Henryka Sucharskiego. W drodze powrotnej wygodną promenadą wzdłuż wschodniego nabrzeża, będzie można podziwiać wspaniałe widoki na Zatokę Gdańską.
Dla zainteresowanych możliwość indywidualnego (przed warsztatem, gdyż jest czynna do godz. 18) zwiedzenia nowej ekspozycji, przygotowywanej w budynku dawnej Elektrowni Wojskowej Składnicy Tranzytowej na Westerplatte.

**24 września – Gdańskie herstories, czyli nie tylko mężczyźni Gdańsk ubarwiali, cz.II i czy w Gdańsku dbano o ekologię – prowadzenie: Katarzyna Wentzeck**

Spotkanie o godz. 10.00 przy ul. Augustyńskiego 1 w Gdańsku. Zakończenie na Głównym Mieście. Trasa łatwa. Długość ok. 3 km, czas trwania ok. 3 godz.

Bardziej lub mniej znane mieszkanki Gdańska, to one będą bohaterkami tego spaceru. Naukowczynie, pisarki, służące. Wiele z nich jeszcze do niedawna niknęło w cieniu historii mężczyzn. Przy okazji opowieści o paniach i ich codzienności porozmawiamy o tym czy w wiekach wcześniejszych w Gdańsku żyło się „ekologicznie".

**1 października – Krajobrazowy kalejdoskop Kwidzyna (Liwa, Cyganka, "Lassek", Śpiewający Kamień, Dąb "Hugo Conwentz" i Kwidzyńskie Ostnice) – prowadzenie: Adam Juźwiak**

Spotkanie o godz. 9.35 na dworcu PKP w Kwidzynie. Sugerowany dojazd: pociąg Regio z Gdańska Głównego o godz. 8.03, w Tczewie o godz. 8.34. Pociąg z Tczewa o godz. 8.39, w Kwidzynie o godz. 9.35.

Proponowany powrót z Kwidzyna pociągiem Regio o godz. 15.35, w Malborku o godz. 16.09. Z Malborka 16.34, w Gdańsku Głównym 17.39. Wcześniejszy pociąg z Kwidzyna wyjeżdża o godz. 14.20, jednak możemy na niego nie zdążyć. Możliwość przyjazdu samochodem.

Czas trwania ok. 4 godziny + dodatkowo powrót autobusem z Miłosna (Kwidzyn) do PKP Kwidzyn. Autobus kursuje raz na godzinę, więc gdyby trzeba było zaczekać, to odpoczniemy w siedzibie Stowarzyszenia Eko-Inicjatywa. Stopień trudności średni: kilka przejść przez odcinki bez wyznaczonej drogi, jedno strome podejście, przejście przez teren poprzemysłowy. Dystans ok. 8 km.

Spacer zaczniemy na Dworcu PKP w Kwidzynie. Po rzucie oka na XIX w. część Kwidzyna przechodzimy przez wschodnią stronę miasta, w Dolinę Liwy. Razem z nurtem Liwy meandrujemy przez jej przyrodnicze walory do historycznego młyna w dolinie Liwy i dalej na kwidzyńską Miłosną. Na uboczu kompleksu budynków dawnej Cesarskiej Stadniny Ogierów siedzibę ma Stowarzyszenie Eko-Inicjatywa. Tu spotykamy pomnikowy Dąb "Hugo Conwentz". Od niego wędrujemy przez wiekową dąbrowę zwaną "Lasskiem", szukając śladów historii naturalnej przemijającego krajobrazu. Przemierzamy dolinę rz. Cyganki i kierujemy się do rezerwatu Kwidzyńskie Ostnice, słuchając o zmaganiach konserwatorów przyrody. Wędrując szlakiem historycznego rezerwatu roślinności "pontyjskiej", zataczamy krąg i wracamy do stadniny Miłosna. Po chwili odpoczynku łapiemy autobus na dworzec PKP Kwidzyn.

**8 października – Wyspa inaczej – prowadzenie: Jowita Kurach, CIEE**

Spotkanie o godz. 10.00 na przystanku autobusowym Wiślinka Piaskowa (przed mostem na Wyspę Sobieszewską). Sugerowany przyjazd autobusem linii 186 wyjeżdżającym z Gdańska Głównego o godz. 9.26 (przyjazd 9.58).

Trasa średnio-łatwa, z łagodnym podejściem, ścieżkami leśnymi, fragment plażą. Dystans ok. 7 km, ok. 4 godziny (w zależności od pogody).

Zapraszam na nietypową wyprawę na Wyspę Sobieszewską. Zazwyczaj odwiedzaliśmy jej krańce, zaglądając do jednego z dwóch „wyspiarskich" rezerwatów – Ptasiego Raju lub Mewiej Łachy. Tym razem zaczniemy od spaceru mostem nad Martwą Wisłą, by na Wyspę spojrzeć z ciut innej perspektywy, zastanowić się co się zmieniło od czasu, gdy zniknął dawny most pontonowy… Poszukamy krzywego lasu, pewnie niektórzy będą zaskoczeni, że tak blisko mamy „kuzynki" słynnego pomnika przyrody z Gminie Gryfino. Zajrzymy też na plażę, więc będzie to wyprawa również piaskiem pisana… Wędrówkę zakończymy przy pętli autobusowej koło mostu, oczywiście chętnie mogą zostać na plaży. To już będzie jesienne zakończenie Dojrzałego Smaku Przygody, więc może zapach grzybów przyciągnie niektórych do samodzielnego kontynuowania spaceru po lesie…