



LEGENDA:

- ścieżka sportowa
- ulice
- ścieżka spacerowa
- woda, kanał, rzeka
- budynki
- tereny zielone
- główna ulica
- tory kolejowe

★ PLAN TEMATYCZNY SPACERU BOTANICZNEGO

1. Miejsce zbiórki i rozpoczęcia spaceru. Omówienie roli terenów zielonych w ekosystemie miasta
2. Pomnikowy dąb szypułkowy, rola wiekowych drzew oraz martwego drewna w ekosystemie lasu.
3. Elementy zieleni miejskiej jako źródło pożytku dla owadów zapylających.
4. Wejście do parku – idea zakładania zadrzewień parkowych oraz ich rola w chłodzeniu miasta.
5. Na czym polega sukcesja roślinności i jakie są jej następstwa, czym są gatunki nitrofilne oraz synantropijne.
6. Czym są gatunki inwazyjne i jakie są zagrożenia związane z ich wnikaniem do ekosystemu.
7. Jemiola oraz inne pasożyty wywołujące choroby drzew.
8. Trawniki – nieskoszone = zaniedbane?
9. Jaka jest rola zbiorników wodnych w mieście?
10. Kenofity, archeofity, oraz inne fity – jak rośliny naszych ogrodów stały się częścią rodzinnego ekosystemu i jakie są tego konsekwencje?
11. Chrzan, rumianki, babki – czyli co ciekawego możemy znaleźć na przydrożach?
12. Aleja drzew – dlaczego są tak ważne oraz z jakiego powodu się je wycina?
13. Drzewa – najwspanialsze twory przyrody żywej.
14. Drzewa i krzewy Polski – ile gatunków występuje w naszym kraju i dlaczego ich przybywa?
15. Miejska wyspa ciepła – czym jest, co jest jej źródłem oraz jakie rośliny są z nią związane?
16. Zakończenie spaceru

Opracowanie planu i prowadzenie spaceru:  
Karol Bubel



Szanowni Mieszkańcy i Miłośnicy Żernik projekt Mikrograntów pt. „Poznaj lokalną przyrodę! Spacerowym szlakiem przez Żerniki powstał w celu zachęcenia mieszkańców do odkrycia osiedla Żerniki na nowo. Zarówno obecni mieszkańcy, nowi jak i goście będą mieli możliwość poznania osiedla z innej perspektywy przyrodniczo/sportowej.

Na przestrzeni ostatniej dekady przestrzeń Żernik zmienia się, zaangażowanym mieszkańcom zależy na świadomym kreowaniu swojej przestrzeni w której żyją na co dzień. Z terenów zaniedbanych tworzą się piękne miejsca, wspólnej zielonej przestrzeni dla mieszkańców. Żerniki w swoim obszarze zawierają trzy parki oraz tereny rekreacyjne takie jak boisko osiedlowego klubu sportowego, boisko szkolne, siłownia zewnętrzna. Obszary te sprzyjają wypoczynku we wspólnej przestrzeni i zachęcają do aktywności sportowej. Okolice przyroda jest ciekawa i zamieszkała przez różnorodne gatunki zwierząt. W ramach projektu zaplanowano działania skupiające się w dwóch obszarach: aktywności sportowej oraz edukacyjno/przyrodniczej.

Pierwsze z wydarzeń odbędą się w formie treningu nordic walking w celu poznania ścieżek sportowych wśród terenów zielonych Żernik ze specjalnie przygotowaną mapą ze szlakami pieszymi i oznaczonymi miejscami sprzyjającymi aktywności sportowej osiedla. Zaplanowane wydarzenia odbędą się 23 sierpnia o godz.18:30 oraz 26 września 2023 roku o godzinie 11:00.

Kolejne wydarzenia zaplanowano w dniu 3 września 2023 roku, w godzinach popołudniowych odbędą się w formie warsztatów i spotkań edukacyjnych:

- spacer z botanikiem, godzina 14:00
- warsztaty dla dzieci w terenie, godzina 14:00

Zwieńczeniem wszystkich wydarzeń jest Piknik Sąsiedzki w zielonym sercu osiedla w Żernickim Parku Sportu i Rekreacji. Podczas pikniku można będzie wysłuchać prelekcji o tematyce ochrony dziko żyjących zwierząt w mieście przedstawionej przez założycieli fundacji „Ośrodek Leczenia i Rehabilitacji Dzikich Zwierząt Puchaczówka”. Spotkanie mieszkańców będzie okazją do wspólnej integracji i wypoczynku na świeżym powietrzu oraz wymianie wrażeń.

Pozostawiamy w Państwa rękach mapę osiedla Żerniki z oznaczonymi ścieżkami spacerowymi, które także mogą być ścieżkami sportowymi. Zachęcamy do odkrycia Żernik na nowo!

1

### 1 Trening nordic walking...

poprowadzi Joanna Niciejewska instruktorka Nordic Walking, specjalistka w swojej dziedzinie, wulkan energii którą obdaruje uczestników treningu. Joanna Niciejewska jest współzałożycielką Wrocławskiego Stowarzyszenie Nordic Walking które powstało z pasji ludzi do kijków. Ideą stowarzyszenia jest propagowanie nordic walking jako sportu z którego można czerpać wiele korzyści zdrowotnych i społecznych.

Trening Nordic Walking wpływa pozytywnie na całe ciało (prawidłowa technika pomaga uruchomić nawet do 90% mięśni naszego ciała), poprawia wydolność krążeniową i oddechową, a przy tym niesie nieocenioną higienę psychiczną. Jest to również sport niesamowicie integrujący, kształtujący nowe znajomości, a nawet przyjaźnie.



2

### Spacer botaniczny...

poprowadzi Karol Bubeł, absolwent Uniwersytetu Wrocławskiego, magister biologii na specjalności „biologia środowiska”, którą fascynował się od najmłodszych lat. Pan Karol zajmuje się szeroko pojętą botaniką i ochroną przyrody, poczynając od udziału w projektach naukowych, przez prowadzenie badań naukowych których owocem są publikacje naukowe, aż po wykonywanie ekspertyz, inwentaryzacji oraz monitoringu przyrodniczych.

W czasie spaceru opowie o cennych przyrodniczo miejscach na osiedlu Żerniki, o roli terenów zielonych w ekosystemie miasta, o poszczególnych gatunkach roślin i ich zastosowaniach, o roli starych drzew i funkcji martwego drewna, o postępujących zmianach klimatu oraz ich wpływie na roślinność i jej zmiany.

Jak sam o sobie mówi: „Rozpocznę przygodę z szeroko pojętą edukacją przyrodniczą, zatem cieszę że będę mógł przedstawić Państwu cenne przyrodniczo miejsca na osiedlu Żerniki, i liczę na to, że uda mi się zaszczepić choć w części z Państwa moją miłość do otaczającej nas przyrody”

### Warsztaty dla dzieci w terenie...

poprowadzi Monika Wołczyńska, absolwentka Uniwersytetu Wrocławskiego, gdzie w 2019 roku otrzymała tytuł magistra nauk biologicznych na kierunku biologia, spec. ekologia i różnorodność biologiczna. Aktualnie jako Pani Teriolog zajmuje się inwentaryzacjami przyrodniczymi i edukacją przyrodniczą z zakresu ochrony środowiska, ekologii i zachowania bioróżnorodności. Głównym celem działalności profilu Pani Teriolog jest kształtowanie odpowiednich postaw dzieci, młodzieży i dorosłych względem otaczającej nas przyrody. Podczas której zapoznaczenie się z lokalnymi gatunkami roślin i zwierząt, które możecie spotkać w przestrzeni miejskiej. Rozwiązuje poszczególne zadania z instrukcją, zdobywają pieczątki i stań się lokalnym przyrodnikiem!

3

### 4 Spotkanie z fundacją Puchaczówka...

poprowadzą założyciele Fundacji Ośrodek Leczenia i Rehabilitacji Dzikich Zwierząt Puchaczówka znajdujące się w Wyszonowicach. Tematyka spotkania będzie dotyczyła pomocy dzikim zwierzętom w mieście. Jak rozsądnie pomagać Jak wspierać ośrodki takie jak Puchaczówka?

Prowadzący zajmują się zwierzętami od ponad 20 lat zatem chętnie odpowiedzą na każde pytania związane z ochroną zwierząt. Aktualne informacje o bieżących działaniach i potrzebach ośrodka na stronie facebook oraz stronie internetowej: [www.fundacja-puchaczowka.pl](http://www.fundacja-puchaczowka.pl)

Autorka projektu: Marzena Węglawek  
Opracowanie graficzne: Zuza Tokarska

Szczególne podziękowania dla Marty Koniecznej za wsparcie na każdym etapie projektu oraz dla Tomka za wspólne spacerowanie i motywację do działania.

4

# POZNAJ LOKALNĄ PRZYRODĘ!

# SPACEROWYM SZLAKIEM PRZEZ ŻERNIKI



Projekt realizowany we współpracy z Mikrograntami:



Partner programu Mikrogranty:



Partnerzy:

