

JAK SIĘ ZNALEŹĆ W LESIE

Twoje bezpieczeństwo to Twoja odpowiedzialność

Las jest podzielony na specjalne sektory – **oddziały leśne**.

Na nizinach oddziały mają zazwyczaj równy kształt geometryczny. **W górach** najczęściej są one nieregularne.

Każdy oddział ma swój **numer**.

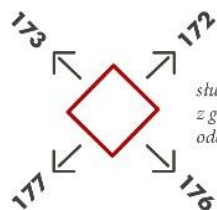
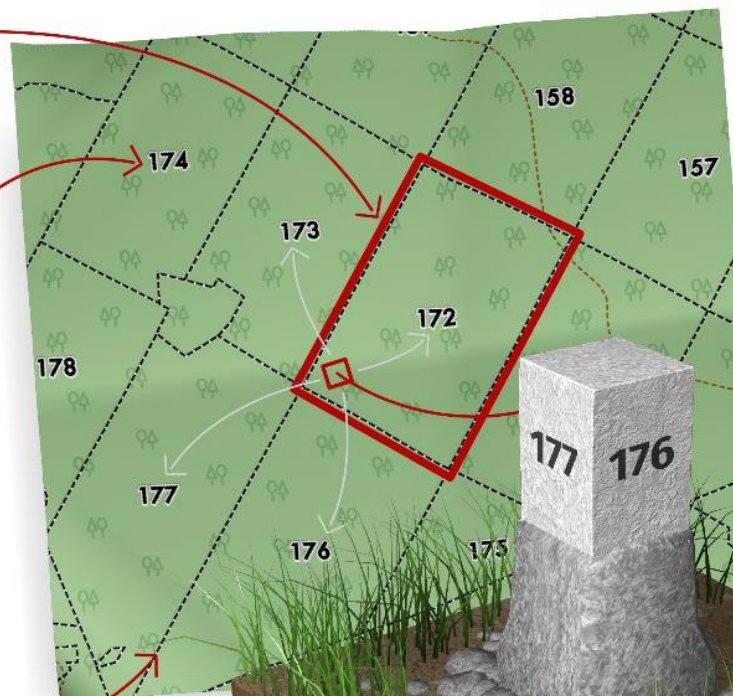
Numery znajdują się na słupkach, umieszczanych w narożnikach oddziału (w południowo-zachodnim rogu).



Gdy się zgubisz, wystarczy kierować się w jednym kierunku, a prędzej czy później dotrzemy na bezdrzewny pas lub drogę, wyznaczającą tzw. **linię oddziałową**.

Gdy podążysz wzdłuż tej linii, natrafisz na **słupkę oddziałową** z numerem oddziału.

Pozostaje tylko odszukać się na leśnej mapie.



słupkę widzianą z góry z numerami oddziałów

Gdy się zgubisz w lesie to **nie wpadaj w panikę** i spokojnie podążaj w jednym kierunku, aż natrafisz na charakterystyczne punkty terenu. Mogą to być np. linie energetyczne czy gazociągi, które często pokrywają się z linią oddziałową.

W górach znajdź potok. Podążając zawsze „z nurtem”, czyli idąc wzdłuż potoku, schodź w dół. W ten sposób trafisz do najbliższej wioski lub drogi.

Zainstaluj na swoim smartfonie odpowiednią aplikację mapową, która po zapisaniu w pamięci telefonu nie wymaga dostępu do Internetu.



Włącz GPS i ruszaj w teren!

Możesz skorzystać z mapy elektronicznej, którą znajdziesz na stronie www.bdl.lasy.gov.pl



Ważne numery telefonów:

- 112 – Europejski Numer Alarmowy
- 997 – Policja
- 998 – Straż Pożarna
- 999 – Pogotowie Ratunkowe
- 601 100 100 – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe
- 985 lub 601 100 300 – Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe

#CZASWLAS

Opracowanie: Lasy Państwowe
Projekt graficzny: Polska Grupa Infograficzna



WYCIECZKA DO LASU

Twoje bezpieczeństwo jest Twoją odpowiedzialnością.

Wybierając się do lasu powinieneś odpowiednio się przygotować. Pamiętaj że to, co zabierzesz ze sobą, może cię uchronić przed skutkami nieprzewidzianych sytuacji. Las jest środowiskiem przyjaznym człowiekowi jeśli wiesz, jak o nie dbać i mu nie szkodzić.

STRÓJ na letnie dni



PLECAK BEZPIECZNEGO TURYSTY

Wszystkie potrzebne przedmioty spakuj w plecak. W lesie przydadzą się wolne ręce.



STRÓJ na deszczowe i zimowe dni



PRZYGOTUJ SIĘ DO WYCIECZKI

- Przygotuj plan wycieczki
- Sprawdź, ile czasu będziesz potrzebował
- Sprawdź pogodę
- Zapisz sobie telefon do lokalnego leśniczego i straży leśnej, nie zapomnij też o numerze alarmowym 112 - mogą się przydać
- Powiadom znajomych, dokąd się wybierasz
- Nie zbaczaj ze szlaku, nie stosuj skrótów - w ten sposób nie zgubisz drogi
- Staraj się nie chodzić sam, jeśli nie masz doświadczenia. Z przyjaciółmi zawsze jest milej wędrować
- Po każdej wyprawie obejrzyj dokładnie całe ciało, czy gdzieś nie wbił się kleszcz

#CZASWLAS

Opracowanie: Lasy Państwowe
Projekt graficzny: Polska Grupa Infograficzna



Jeśli złapie cię BURZA

co robić, a czego nie



Jeśli prognozy pogody przewidują gwałtowne burze i silne wiatry – zrezygnuj z wycieczki.



Nie chroń się pod wysokimi drzewami.



Jeśli jesteś w górach – zejść jak najniżej.



Kucnij na plecaku, zwiń się w kłębek (tzw. pozycja embrionalna), nie opieraj się o drzewo lub skałę.

Twoje bezpieczeństwo jest Twoją odpowiedzialnością.



Oddal się od zbiorników wodnych, rzek i strumieni.



Jak najszybciej znajdź zabudowania lub samochód, w którym możesz się schronić.

PAMIĘTASZ NUMERY ALARMOWE?

- Centrum Powiadamiania Ratunkowego – 112
- Policja – 997
- Straż Pożarna – 998
- Pogotowie ratunkowe – 999



KLESZCZE

PAJĘCZAKI NALEŻĄCE DO PODGROMADY ROZTOCZY

DŁUGOŚĆ CIAŁA



Wysysając krew swojej ofiary, mogą zwiększyć masę nawet 100 razy i powiększyć swoje wymiary niemal dziesięciokrotnie. Samce wypijają mniej krwi, gdyż ich ciało nie jest tak rozciągliwe.

POLOWANIE

Przednie odnóża

Napinają się i jak haczyki zaczepiają o przechodzącą ofiarę.

naskórek
skóra

Narząd Hallera

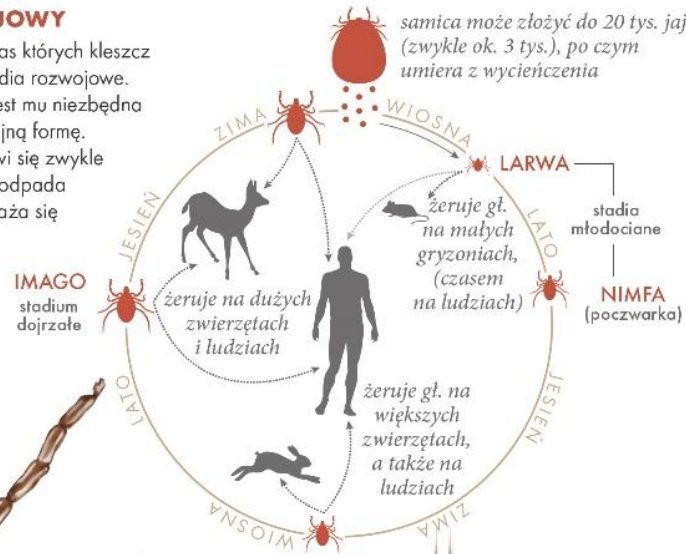
Narząd wchu. Wychwytuje zmiany wilgotności, ciepła, składniki potu, stężenie CO₂ czy drgania.

Ryjkowaty aparat gębowy (hypostom)

Przystosowany do ssania płynów, stopniowo wchodzi w głąb skóry. Uzbrojony jest w ząbki pomagające utrzymać się w skórze żywiciela.

CYKL ROZWOJOWY

Trwa 2 lata, podczas których kleszcz przechodzi trzy stadia rozwojowe. Krew kręgowców jest mu niezbędna do przejścia w kolejną formę. W każdej fazie żywi się zwykle tylko raz, po czym odpada od ofiary i przeobraża się lub składa jaja.



Ślina
Wypuszczana do rany zawiera substancje:

- znieczulające skórę,
- „cementujące” hypostom w skórze,
- hamujące krzepnięcie krwi i działanie układu odpornościowego.

Dzięki nim niezauważony kleszcz może spokojnie pożywiać się przez wiele godzin.

Chorobotwórcze mikroorganizmy
Są wpuszczane do rany razem ze śliną albo wymiocinami (już w trakcie przytwierdzenia kleszcza do skóry lub podczas ssania krwi).

Najbardziej niebezpieczne są stadia młodociane – pajęczaki są wówczas najbardziej agresywne i najtrudniejsze do zauważenia (są małe i niemal przezroczyste).

Pajęczaki są bardzo odporne – wytrzymują długie okresy suszy, a głodne są w stanie przetrwać w odrętwieniu nawet 800 dni.

Jesień to pora ich największej aktywności. Zimą zapadają w letarg.

Kleszcza można „złapać” nawet w lutym. Wystarczy ciepła zima z temperaturą 7–12 °C, aby przerwać ich hibernację.

MITY vs. FAKTY



MIT

Kleszcze żyją tylko w lasach i na terenach wiejskich.

FAKT

Coraz częściej można je spotkać w miastach (parkach, skwerach a nawet w piwnicach).



MIT

Kleszcze czatują tylko na paprociach.

FAKT

Naturalnym środowiskiem kleszczy jest każde delikatnie wilgotne miejsce, w którym występuje roślinność i grzyzie. Atakują głównie na ścieżkach często uczęszczanych przez ludzi i zwierzęta.



MIT

Kleszcze skaczą na ofiary z koron drzew.

FAKT

Pasożyty te nie mają tak silnych nóg jak pchły. Oczekują na żywiciela maks. na wysokości ok. 1,5 metra. Im są wyżej tym mniejsza szansa na znalezienie potencjalnej ofiary. Czują na liściach lub źdźbłach traw i przyczepiają się do ludzi i zwierząt, które ocierają się o gałązki roślin.



MIT

Idąc do lasu należy ubierać się na ciemno, gdyż jasne kolory przyciągają kleszcze.

FAKT

Kleszcze są ślepe i nie robi im różnicy kolor ubrania. Do polowania używają zmysłu węchu, tzw. organu Hallera, który znajduje się na pierwszej parze odnóży.





KLESZCZE

MAŁE UKĄSZENIE, DUŻY PROBLEM

LEŚNICY ZALECAJĄ

Przed wyjściem do lasu lub parku



Możliwie szczelnie okryj ciało (koszula z długim rękawem, długie spodnie, zakryte buty).



Zastosuj środki przeciw kleszczom dostępne w aptece.

Po powrocie z lasu lub parku

Zdejmij ubranie i wytrzep je. Obejrzyj całe ciało. Kleszcze najczęściej wbijają się w miejsca, gdzie mamy najcieńszy naskórek.



JAK USUNĄĆ KLESZCZA

1



Jeśli zauważysz wbitego kleszcza, nie smaruj go żadnymi specyfikami, nie przypalaj, ani nie szarp na boki.

2



Aby usunąć kleszcza, użyj pensety. Złap go tuż przy skórze. Pociągnij lekko, ale zdecydowanie do góry. Sprawdź, czy został usunięty w całości.

3



Dokładnie umyj ręce. Zdezynfekuj ranę po ukąszeniu (np. spirytusem). Przez kolejne 30 dni obserwuj miejsce po kleszczu. Pojawienie się kolistego zaczerwienienia natychmiast zgłoś lekarzowi!



BORELIOZA MITY vs. FAKTY



MIT

Każdy kleszcz przenosi boreliozę.

FAKT

Okolo 30% kleszczy w Polsce jest nosicielami krętka borelii. Zagrozenia nie wolno jednak bagatelizować.



MIT

Przed boreliozą można się zaszcześcić.

FAKT

Istnieje tylko szczepionka przeciwko odkleszczowemu zapaleniu opon mózgowych.



MIT

Już samo wklucie kleszcza oznacza infekcję.

FAKT

Aby doszło do zakażenia, kleszcz musi pozostawać w skórze 24-48 godzin.



MIT

Pojawiająca się tuż po ukąszeniu zmiana skórna to rumień wędrujący.

FAKT

Rumień o średnicy około 5 cm pojawia się w okresie od 1-2 dni do nawet 3 tygodni po ukąszeniu kleszcza. Nie swędzi. Natychmiastowe zaczerwienienie oznacza reakcję alergiczną lub ślad po ugryzieniu innego owada.



LICZBA ZACHOROWAŃ NA BORELIOZĘ W POLSCE (w latach 2000-2014)

BORELIOZA

Jest najczęściej stwierdzaną chorobą odkleszczową. Przebiega w 2 fazach – wczesnej, trwającej do kilku tygodni od zakażenia i późnej, mogącej trwać nawet lata.



MAPA ZAPADALNOŚCI NA BORELIOZĘ (w 2014 r., na 100 tys. mieszkańców)



Zarażone kleszcze, oprócz boreliozy, przenoszą także:

- wirusowe zapalenie mózgu,
- babeszjozę,
- bartonellozę,
- anaplazmozę.



BABESZJOZA

Choroba groźna zwłaszcza dla psów. Zażony nią pies staje się apatyczny, nie chce jeść, gorączkuje, ma wymioty, biegunkę oraz trudności z oddychaniem.

Źródło: NIZP-PZH

Opracowanie: Polska Grupa Infograficzna

KLESZCZE



MIT
Kleszcze czatują tylko na paprociach.

FAKT

Naturalnym środowiskiem kleszczy jest każde delikatnie wilgotne miejsce, w którym występuje roślinność i gryzonie. Atakują głównie na ścieżkach często uczęszczanych przez ludzi i zwierzęta.



MIT
Kleszcze skaczą na ofiary z koron drzew.

FAKT

Pasożyty te nie mają tak silnych nóg jak pchły. Oczekują na żywiciela maksymalnie na wysokości ok. 1 metra. Im są wyżej tym mniejsza szansa na znalezienie potencjalnej ofiary. Czatują na liściach lub żdźbłach traw i przyczepiają się do ludzi i zwierząt, które ocierają się o gałązki roślin.



MIT
Idąc do lasu należy ubierać się na ciemno, gdyż jasne kolory przyciągają kleszcze.

FAKT

Kleszcze są ślepe i nie robi im różnicy kolor ubrania. Do polowania używają zmysłu węchu, tzw. organu Hallera, który znajduje się na pierwszej parze odnóży.



MIT
Kleszcze żyją tylko w lasach i na terenach wiejskich.

FAKT

Coraz częściej można je spotkać w miastach (parkach, skwerach a nawet w piwnicach).



BORELIOZA



MIT
Każdy kleszcz przenosi boreliozę.

FAKT

Około 30% kleszczy w Polsce jest nosicielami krętka borelii. Zagrożenia nie wolno jednak bagatelizować.



MIT
Już samo wkłucie kleszcza oznacza infekcję.

FAKT

Aby doszło do zakażenia, kleszcz musi pozostawać w skórze 24-48 godzin.



MIT
Pojawiająca się tuż po ukąszeniu zmiana skórna to rumień wędrujący.

FAKT

Rumień o średnicy ok. 5 cm pojawia się w okresie od 1-2 dni do nawet 3 tygodni po ukąszeniu kleszcza. Nie swędzi. Natychmiastowe zaczerwienienie oznacza reakcję alergiczną lub ślad po ugryzieniu innego owada.



MIT
Przed boreliozą można się zaszczepić.

FAKT

Istnieje tylko szczepionka przeciwko odkleszczowemu zapaleniu opon mózgowych.





CZY WOLNO ZABIERAĆ MŁODE ZWIERZĘTA?



PTAK



CZY JEST RANNY?

tak

nie



zawiadom specjalistów

GDZIE GO ZNALAZŁEŚ?

w mieście

w lesie/
na łące/
na polu

jeśli wypadł z gniazda

jeśli gniazdo jest zniszczone



włóż go do gniazda



zawiadom specjalistów



młode pustulki, kawki czy sroki uczą się latać i przesiadują na gałęziach



młode ptaki uczą się latać



ZAJĄC



CZY ZWIERZĘ JEST RANNE?

tak

w pobliżu leży martwa matka

nie



zawiadom specjalistów

GDZIE JE ZNALAZŁEŚ?

w lesie

na łące/
na polu

w mieście



zawiadom specjalistów

park/teren zielony

parking/teren supermarketu itp.



zawiadom specjalistów



SARNA



CZY ZWIERZĘ JEST RANNE?

tak

nie



zawiadom specjalistów

CZY MA CĘTKI?

tak

nie



matka jest niedaleko, wraca co 10-12 godzin, żeby je nakarmić - jest bezpieczne



nie potrzebuje pomocy - jest już samodzielne



ZABIERZ



ZOSTAW

! NIE DOTYKAJ!

! NIE KARM!

! NIE PODAWAJ WODY!

! UPEWNI SIĘ, CZY POTRZEBUJE POMOCY

! JEŚLI JESTEŚ Z PSEM, PILNUJ, ŻEBY NIE NIEPOKOIŁ MALUCHA

opracowanie: Las Państwowy
projekt graficzny: Polska Grupa Infograficzna

Listę ośrodków rehabilitacji znajdziesz tutaj: www.gdos.gov.pl/wykaz-osrodkow-rehabilitacji-zwierzat-w-polsce



BARSZCZ SOSNOWSKIEGO

BARSZCZ MANTEGAZZIEGO

Obydwa gatunki to rośliny inwazyjne. Sok i wydzielina włosków po zetknięciu ze skórą w obecności słońca wywołują wyjątkowo **groźne poparzenie**.



Barszcz Sosnowskiego
(*Heracleum Sosnowskyi* Mandel L.)



KWIATY

Nierozwinięte są w kształcie kul. Rozwinięte tworzą **białe, płaskie baldachy** o średnicy nawet do 50 cm.



ŁODYGA

Podłużnie bruzdowana, pusta w środku, zielona, **pokryta purpurowymi plamkami**. Kilkucentymetrowe włoski szczególnie na ogonkach liści.



LIŚCIE

Postrzępione, **szerokie, o średnicy nawet 150 cm**. B. Sosnowskiego – zakończone tępo. B. Mantegazziego – o ostrych, wydłużonych końcówkach.

W Polsce rośnie ok. 70 gatunków z rodziny baldaszkowych. Jeśli nie masz pewności czy znaleziona roślina jest inwazyjna, **skontaktuj się z lokalną gminą, RDOŚ lub leśnikami**.



ROŚLINA NIEBEZPIECZNA

JEŚLI DOJDZIE DO POPARZENIA



Nie drap miejsca poparzenia



Nie stosuj żadnych środków chemicznych bez konsultacji z lekarzem



Obficie przemyj oparzenia wodą i zasłoń przed działaniem promieni słonecznych



Jeśli to możliwe zrób zdjęcie rośliny, może przydać się lekarzowi



Konieczne udaj się do lekarza

Fot.: B. Dymek, E. Szklarzewska

Opracowanie: Polska Grupa Infograficzna

LEŚNY SAVOIR-VIVRE



Parkuj w wyznaczonych miejscach, nie wjeżdżaj do lasu samochodem, quadem ani motocyklem.



Możesz zabrać ze sobą psa, ale prowadź go na smyczy.



Uszanuj mieszkańców lasu - zachowaj ciszę.



Biwakuj i rozpalaj ogniska tylko w miejscach do tego przeznaczonych.



Nie kop ani nie niszczyć niejadalnych grzybów.



Kolekcjonuj wspomnienia, rośliny zostaw w lesie.



Dbaj o czystość - zabierz śmieci ze sobą.

#BĄDŹ DOBRY DLA LASU