Temat spotkania: „Bezpieczne grzybobranie” oraz „Mały kleszcz – duży problem”
Prowadzące: Klaudia Zbieranek i Anna Przyjemska – przedstawicielki Sanepidu.

Pierwszy temat – „Bezpieczne grzybobranie” – dotyczył zasad odpowiedzialnego zbierania grzybów. Prowadzące przypomniały, jak ważna jest umiejętność rozpoznawania gatunków jadalnych i trujących. Podkreśliły, aby zbierać wyłącznie grzyby, co do których mamy pewność, że są jadalne. Nie należy kierować się wyłącznie wyglądem grzyba ani opinią innych osób.
W razie wątpliwości należy skorzystać z pomocy grzyboznawcy lub klasyfikatora grzybów. Zwrócono również uwagę na właściwe przechowywanie i przygotowywanie grzybów oraz na niebezpieczeństwo zatruć grzybami trującymi. Ważne jest, aby nie podawać grzybów małym dzieciom i osobom, które mogą mieć trudności z ich trawieniem.

Drugi temat – „Mały kleszcz – duży problem” – poświęcony był zagrożeniom wynikającym z ukąszeń kleszczy. Prowadzące omówiły choroby przenoszone przez te pajęczaki, w szczególności boreliozę i kleszczowe zapalenie mózgu. Przypomniały o konieczności stosowania środków odstraszających kleszcze, noszenia odpowiedniej odzieży podczas spacerów w lesie i na łąkach oraz dokładnego sprawdzania ciała po powrocie do domu. Szczególną uwagę zwrócono na szybkie i prawidłowe usunięcie kleszcza za pomocą odpowiedniego przyrządu. W przypadku pojawienia się niepokojących objawów po ukąszeniu należy skontaktować się z lekarzem. Omówiono także znaczenie szczepień ochronnych przeciwko kleszczowemu zapaleniu mózgu.

Spotkanie miało charakter edukacyjny i profilaktyczny. Uczestnicy mieli okazję poszerzyć wiedzę na temat zagrożeń, które mogą występować podczas aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu, oraz poznać sposoby zapobiegania niebezpiecznym sytuacjom.

Podsumowanie: Spotkanie przypomniało, że troska o zdrowie wymaga wiedzy, ostrożności i odpowiedzialnego zachowania. Zarówno podczas grzybobrania, jak i spacerów po terenach zielonych, należy pamiętać o zasadach bezpieczeństwa, które pomagają chronić zdrowie i życie.

Tekst - Małgorzata Orłowska Nowak