

Gołuchów, dnia 20 września 2008 r.

List otwarty do leśników i nie tylko

Niniejszym informuję, że z dniem 12 czerwca br. zakończyłem swą misję w Lasach Państwowych przechodząc na rentę z uwagi na stan zdrowia. Podczas wypełniania swych obowiązków służbowych zostałem ukąszony przez kleszcza. Pozostawiona przez niego bakteria spowodowała rozwinięcie się w mym organizmie choroby boreliozy, odmiany stawowej.

Na swej drodze życiowej miałem szczęście spotkać wielu przyjaciół, ludzi mi życzliwych oraz wrażliwych na losy innych ludzi. Miałem także szczęście współpracować ze znakomitymi doświadczonymi leśnikami, jakże nieobojętymi na losy polskich lasów.

Tą drogą pragnę wyrazić wszystkim, których na swej drodze spotkałem, wielką wdzięczność oraz gorące podziękowanie za współpracę, życzliwość i zrozumienie w kontaktach służbowych, jak i osobistych.

Życzę wszystkim wiele zadowolenia i satysfakcji, jak i osiągnięć z podejmowanych działań na rzecz polskich lasów.

Wszelkiej pomyślności i niech się darzy!
Z wyrazami szacunku
Jan Suder

Sprzątanie świata

Szkoły współpracujące z Nadleśnictwem Jarocin wzięły udział w corocznej akcji „Sprzątania Świata”, jednak tym razem pod hasłem „Sprzątamy Las”. Jak powiedziała jedna ze współorganizatorek, pedagog Magdalena Radowska: *„Ślusznie, że w bieżącym roku organizatorzy, czyli Starostwo Powiatowe w Jarocinie i Nadleśnictwo Jarocin położyli szczególny nacisk na sprzątanie naszych lasów, które są nie tylko ostoją tysięcy gatunków roślin i zwierząt, ale w obecnych czasach mogą skutecznie przeciwdziałać zmianom klimatycznym.* W akcję aktywnie włączyli się uczniowie Zespołu

Szkół Ponadgimnazjalnych w Tarcach, gdzie dbałość o środowisko naturalne, ze względu na kierunki kształcenia, jak i potożenie szkoły, ma szczególne znaczenie. Uczniowie uzbrojeni w worki przeczesali teren wokół szkoły i tarzeckie lasy, czego efektem było zebranie kilkudziesięciu kilogramów śmieci. Za poniesiony trud i zaangażowanie po zakończeniu pracy w wigwamie nad leśnymi stawami na młodzież czekała nagroda. Nadleśnictwo Jarocin zorganizowało wspólne ognisko i smażenie kiełbasek.

Opracowali:
JAKUB WOJDECKI
i MAGDALENA RADOWSKA



Zasłużony odpoczynek młodzieży z ZSP w Tarcach



Chętnych na przekąskę nie brakowało

O dużym zainteresowaniu pozostałych szkół, pedagogów i uczniów świadczyła spora frekwencja także w innych leśnictwach: **Leśnictwo Lubonieczek** - Szkoła Podstawowa z Czarnotek (17 osób) oraz Koto Łowieckie 72 Zdrój (w składzie 20-osobowym) **Leśnictwo Małoszki** - Szkoła Podstawowa z Murzynowa Leśnego (w liczbie 61 osób) i Zespół Szkół w Sulęcinku (191 osób) - w sumie ubierzano 20 m³ śmieci **Leśnictwo Murzynówko** - Przedszkole (15 dzieci) oraz Szkoła Podstawowa (40 uczniów) **Leśnictwo Boguszyn** - Szkoła Podstawowa Boguszyn (30 osób - 12 worków zebranych odpadów), Szkoła Podstawowa w Książu (30 osób zebralo 10 worków śmieci). Koto Łowieckie „Dąbrowa” (10 osób ubierzalo 5 worków) **Leśnictwo Stoki** - Ochotnicza Straż Pożarna (w składzie 10 osób) **Leśnictwo Racendów** - Gimnazjum Wola Książca (40 osób) Na wszystkich wytrwałych pod koniec pracy czekała mała słodka niespodzianka.

Z LEŚNIEJ SPIŻARNI

Dzika róża



Dzisiaj opowieść o najzdrowszym owocu świata, **owocu róży**, mającym ogromne właściwości profilaktyczne i lecznicze. W Polsce jest opisanych 40 gatunków, ale występuje też dużo rozmaitych form mieszańcowych. Są róże, z których zbieramy owoce, z innych - płatki, jeszcze inne służą do wyrobu zapachów, olejków eterycznych czy wreszcie obdarzają nas najpiękniejszymi kwiatami. I tak np.: różą dostarczającą płatków na konfitury i soki jest **róża stulistna**, zwana też **centyfolią lub różą cukrową**. Różą dostarczającą owoców, jak rajskie jabłuszka, jest **róża pomarszczona** inaczej także zwana **faldzistolistną**. **Róża girlandowa** płoży się po ziemi, tworząc gęszcz nie do przebycia. **Róża rdzawa** ma wzniesione, ciemnoczerwone pędy i brunatno-zielone liście, które z daleka wyglądają jak „zardzewiałe”. Druga jej nazwa, róża jabłkowa, pochodzi stąd, że liście po potarciu wydzielają zapach przypominający jabłka. Inne gatunki ceni się najwyżej za to, że tworzą kolczaste żywopłoty.

Najpospolitszą i chyba najbardziej znaną jest **róża dzika (Rosa canina)**, zwana też szypszyną czy różą psią, i to właśnie na jej owoce mówimy mylnie „głóg”. Trzeba jednak dodać, że to co popularnie nazywa się owocem

róży, jest właściwie zbiorem owoców. Wytworzona z silnie rozrośniętego dna kwiatowego szupinka obejmuje liczne, drobne owocki typu nietupki. Działki kielicha bądź odpadają wkrótce po przekwitnieniu, bądź pozostają na szczycie szupinki nawet po jej dojrzewaniu.

Literatura podkreśla, że owoce róż mają 23 razy więcej witaminy C niż sok z pomarańczy, 100 razy więcej niż jabłko, a witaminy A tyle, co marchewka. Ponadto są zasobne w bioflawonoidy (m.in. witaminę P i jej izomer - cytryn), witaminę B2, czyli ryboflawinę i kwas foliowy. Ponadto mają witaminę K (antykrwotoczną) oraz tyle witaminy E, że nawet były próby pozyskiwania jej przemysłowo. Mówi się, że owoce róży są „multiwitaminowe”, ale także „multimineralne”, gdyż zawierają dużo wapnia, żelaza i magnezu, a ponadto potas, fosfor i inne pierwiastki.

Obecnie lekarze całego świata zalecają owoce róż w wypadkach niedoboru witaminowego, szczególnie witaminy C, wszystkim - od dzieci do starców. Witamina C jest środkiem przeciw przeziębieniom i przeciw skorbutowi. W sytuacji, gdy np. coś dolega sercu, to natychmiast cała witamina C z organizmu spieszmy „na pomoc”, razem z rutyną

(jest w różach) uszczelnia ścianki naczyń krwionośnych włosowatych, broniąc je przed pękaniem, przed żylakami itp. Uczestniczy w procesach oksydo-redukcyjnych, jest konieczna do biosyntezy kolagenu, czyli praktycznie do szybszego gojenia się ran. Badania ostatnich lat wykazały, że witamina C wpływa hamująco na procesy starzenia się, wstrzymuje zmiany miażdżycowe, działa leczniczo w niektórych stanach zaburzeń trawiennych, w chorobach zakaźnych i innych. Witamina ta w połączeniu z flawonoidami jest odporna na działanie wysokich temperatur. Wiedzieli o tym dawne gospodynie, które dawały owoce róży do różnego rodzaju konfitur, co chroniło je przed szybkim psuciem. Witamina C z róż jest łatwo przyswajalna, a przy okazji organizm korzysta z innych zawartych w nich skarbów. Może dlatego mówi się, że róże „ochładzają gorączkę”, że są dobre „przeciw kaszlowi”, że „uodparniają na przeziębienie”. I słusznie, bo witamina A razem z witaminą C działają odpornościowo. Ponadto sok z płatków świeżych kwiatoów był wykorzystywany jako lek w chorobach oczu, a winną nalewkę z liści stosowano do uśmierzania bólu.

Owoce róży wchodzą w skład mieszanek przygotowywanych przez przemysł zie-

larski o nazwach: Cardiosan, Tussiflos, a wyciągi w skład płynu Neocardina i Cholesol. O płatkach róży wykorzystywanych w przemyśle perfumeryjnym nie będę wspominał. Jakże często mężczyźni pragnęliby, by panie na co dzień „różą pachniały” - oczywiście tą bez kolców.

Róże są też cenione przez ptaki, bo stanowią dobre podłoże do gniazdowania, a ich owoconie i owocki stanowią wyśmienitą karmę, m.in. dla kuropatw i bażantów. Z punktu widzenia ochrony lasu róże są też pożądanym składnikiem zespołu leśnego, a wprowadzanie ich na obrzeża leśne i skraje dróg śródleśnych przyczynia się do zwiększenia odporności lasu przed szkodliwymi owadami. Kwiaty róż owocodajnych nie mają co prawda nektarników, ale dzięki obfitemu pyleniu dostarczają również pożytku dla pszczoł.

Życzę wszystkim otrzymywania często róż, najlepiej by był to piękny bukiet kwiatowy z... owocami! Dobrego zdrowia!

No i na koniec muszę się pochwalić. W związku z moim przejściem na rentę, ja też otrzymałem od Koleżanek i Kolegów przepiękny bukiet róż na pożegnanie. Ślicznie Im za to dziękuję!

Opr. JAN SUDER
z wykorzystaniem „Owoce z lasów i pół” I. Gumowskiej