



# STERDYŃ

organ samorządu Gminy

„Samorząd - to władza ludzi wolnych” - Wincenty Witos

kwiecień 2016 r.



Z okazji Dnia Strażaka  
składam wszystkim Druhom Strażakom  
najserdeczniejsze życzenia  
oraz wyrazy szacunku i uznania  
za ofiarną służbę, trud i poświęcenie.  
Życzymy samych radosnych chwil  
w służbie społeczeństwu na rzecz ratowania życia,  
zdrowia i mienia, szczęśliwych powrotów z akcji  
oraz spełnienia wszystkich planów  
i powodzenia w życiu osobistym.

*Prezes Zarządu Gminnego  
Związku Ochotniczych Straży Pożarnych RP w Sterdyni  
Grażyna Sikorska*

## Dzień Samorządowca

Dzień 27 maja uchwalony został przez Sejm RP w 2000 roku **DNIEM SAMORZĄDOWCA**. Ta historyczna data wiąże się z wejściem w życie ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie terytorialnym i jednocześnie pierwszymi wyborami do samorządu terytorialnego. Od 2007 roku polscy samorządowcy mają także swoją oficjalną patronkę, którą została św. Kinga.

Z tej okazji wszystkim osobom, które współtworzyły i współtworzą samorząd,  
które pracowały i pracują na rzecz lokalnych społeczności,  
radnym, sołtysom, radom sołectkim oraz wszystkim pracownikom samorządowym  
składam najserdeczniejsze życzenia zdrowia, wszelkiej pomyślności w życiu rodzinnym  
oraz satysfakcji z pracy zawodowej.

Dziękując Wam za dotychczasową wspólną, codzienną pracę,  
liczę na Państwa dalsze zaangażowanie, byście w duchu odpowiedzialności,  
ale i z odwagą działali dla dobra naszych „małych Ojczyzn”.

Życzę dużo wytrwałości oraz samych sukcesów, aby Państwa wysiłki  
były zawsze zauważane i doceniane przez mieszkańców naszej gminy.

*Wójt Gminy Sterdyń  
Grażyna Sikorska*

*Przewodniczący Rady Gminy Sterdyni  
Kazimierz Pawluczak*

## Zjazd Oddziału Gminnego Związku OSP

Pięcioletnią działalność jednostek Ochotniczych Straży Pożarnych na terenie gminy Sterdyń podsumowano podczas zjazdu gminnego, który odbył się dnia 8 kwietnia 2016 roku w Gminnym Ośrodku Kultury w Sterdyni. Wcześniej odbyły się walne zebrania w jednostkach OSP.

W Zjeździe wzięli udział delegaci reprezentujący wszystkie jednostki Ochotniczych Straży Pożarnych z terenu Gminy - zrzeszone w Oddziale Gminnym Związku, członkowie ustępujących władz Związku oraz zaproszeni goście m.in. Komendant Powiatowy PSP st.bryg. Roman Malinowski, W-ce Prezes Zarządu Oddziału Wojewódzkiego Związku OSP RP Stefan Todorski, Prezes Zarządu Oddziału Powiatowego Leszek Iwaniuk, bryg. Sławomir Iwański z PSP Sokołów Podlaski, Przewodniczący Rady Gminy Sterdyń Kazimierz Pawluczak.

Zjazd wysłuchał sprawozdań z działalności Oddziału Gminnego Związku za minioną kadencję 2011-2016 i udzielił absolutorium ustępującemu Zarządowi.

Dokonano wyboru władz Oddziału Gminnego Związku na kolejną kadencję.

W skład Zarządu Oddziału Gminnego Związku OSP RP w Sterdyni na kadencję 2011-2016 weszli:

1. Prezes – Grażyna Sikorska
2. Wiceprezes – Adam Góral
3. Komendant gminny – Andrzej Pogorzelski
4. Sekretarz – Mieczysław Szymański
5. Członek Prezydium – Kazimierz Pawluczak
6. Członek zarządu – Andrzej Szalach
7. Członek zarządu – Jerzy Krysiak
8. Członek zarządu – Janusz Wierzbicki

9. Członek zarządu - Józef Boruta
10. Członek zarządu - Bogdan Główka
11. Członek zarządu - Zbigniew Turos
12. Członek zarządu - Krzysztof Rokita
13. Członek zarządu - Andrzej Góral
14. Członek zarządu - Andrzej Waszczuk
15. Członek zarządu - Andrzej Waszczuk
15. Członek zarządu - Wojciech Wiktorzak
16. Członek zarządu - Krzysztof Makowiecki
17. Członek zarządu - Marek Wyszyński

W skład Komisji Rewizyjnej Oddziału Gminnego Związku OSP RP w Sterdyni na kadencję 2011-2016 weszli:

1. Przewodniczący – Wiesław Kur
  2. Sekretarz – Bogdan Boruta
  3. Członek – Wojciech Wiktorzak
- Delegatami na Zjazd Oddziału Powiatowego ZOSP RP w Sokołowie Podlaskim zostali:

1. Grażyna Sikorska
2. Marek Wyszyński
3. Andrzej Pogorzelski
4. Mieczysław Szymański
5. Andrzej Waszczuk
6. Adam Góral

Przedstawicielami Zarządu Oddziału Gminnego ZOSP RP do Zarządu Oddziału Powiatowego ZOSP RP zostali:

1. Grażyna Sikorska
2. Andrzej Pogorzelski

Zjazd wybrał dh. Czesława Mariana Zalewskiego na funkcję Prezesa Honorowego Oddziału Gminnego ZOSP RP w Sterdyni.

*Tekst i fotografie:*

*Mieczysław Szymański*

Więcej fotografii na stronie:

<https://sites.google.com/site/towmzs/galeria/fotografie>



## Informacja

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej przypomina, że w dniu 10 czerwca 2016r. upływa termin składania wniosków na dopłaty za gospodarowanie odpadami

komunalnymi w ramach samorządowego programu przynajmniej jednego z uprawnień członkom rodzin wielodzietnych w Gminie Sterdyń (Uchwała Nr VI/35/2015 z dnia 9 czerwca 2015r.)

*Wiesława Tymińska*

## SKŁAD ZARZĄDÓW OSP NA TERENIE GMINY STERDYŃ

### SEROCZYN

Prezes – Janusz Parzonka  
Naczelnik – Krzysztof Rokita  
Z-ca naczelnika – Krzysztof Rzeszotek  
Sekretarz – Mieczysław Szymański  
Skarbnik – Andrzej Piwko  
Gospodarz – Marek Szalach  
Członek – Mirosław Parzonka

### ŁAZÓW

Prezes – Józef Boruta  
Naczelnik – Adam Kobryń  
Sekretarz – Marcin Okuniewski  
Skarbnik – Marek Sidor  
Gospodarz – Jacek Kościuszko  
Członek - Stanisław Walczuk

### DZIĘCIOŁY DALSZY

Prezes – Andrzej Szalach  
Naczelnik – Jacek Prokopczuk  
Wiceprezes – Marcin Chendoszko  
Z-ca naczelnika – Piotr Mastalerczuk  
Sekretarz – Jerzy Mastalerczuk  
Skarbnik – Witold Makowiecki  
Gospodarz – Janusz Jurczak  
Członek - Jerzy Kierył

### KIELPINIEC

Prezes – Paweł Pędzich  
Naczelnik – Janusz Wierzbicki  
Sekretarz – Wojciech Sójka  
Skarbnik – Jan Pędzich  
Gospodarz – Jarosław Wilk

### STERDYŃ

Prezes – Marek Wyszynski  
Naczelnik – Jarosław Radomski  
Z-ca naczelnika – Mirosław Steć  
Sekretarz – Anna Kowalska  
Skarbnik – Agnieszka Kur  
Gospodarz – Mariusz Kierył

### KAMIENICZYK

Prezes – Bogdan Boruta  
Naczelnik – Jerzy Krysiak

Z-ca naczelnika – Stanisław Chmiel  
Skarbnik – Sławomir Chędoska

### PADEREWK

Prezes – Andrzej Kur  
Naczelnik – Bogdan Główna  
Sekretarz – Dariusz Adamczuk  
Skarbnik – Maciej Adamczuk  
Gospodarz – Robert Renik

### DZIĘCIOŁY BLIŹSZE

Prezes – Jarosław Mastalerczuk  
Naczelnik – Jerzy Romańczuk  
Sekretarz – Józef Mastalerczuk  
Skarbnik – Adam Jakubiak  
Członek – Jan Makowiecki

### BIAŁOBRZEGI

Prezes – Artur Zieliński  
Naczelnik – Zbigniew Turowski  
Sekretarz – Mariusz Steć  
Skarbnik – Jarosław Steć  
Gospodarz – Krzysztof Steć  
Członek – Krzysztof Popławski

### MURSY

Prezes – Andrzej Pogorzelski  
Naczelnik – Wojciech Wiktorzak  
Wiceprezes – Krzysztof Maliszewski

Z-ca naczelnika – Michał Pogorzelski

Sekretarz – Marcin Kamont  
Skarbnik – Jan Wiktorzak  
Gospodarz – Sławomir Godlewski  
Kronikarz – Beata Tomczuk  
Członek – Jarosław Wiktorzak

### STARY RATYNIĘC

Prezes – Sylwester Pytel  
Naczelnik – Andrzej Waszczuk  
Wiceprezes – Marcin Ratyński  
Z-ca naczelnika – Łukasz Waszczuk  
Sekretarz – Ignacy Ratyński  
Skarbnik – Radosław Ryciak  
Gospodarz – Marcin Waszczuk  
Członek – Radosław Ryciak

### KRONIKARZ - NATALIA WASZCZUK

### CHĄDZYŃ

Prezes – Krzysztof Makowiecki  
Naczelnik – Kamil Wilk  
Wiceprezes - Piotr Siedlecki  
Sekretarz – Kamil Mosiej  
Skarbnik – Piotr Góral  
Gospodarz – Adam Kazimierzczuk  
Członek – Ireneusz Krzyżanowski

## 500+ w Gminie Sterdyń

W Gminie Sterdyń w okresie od dnia 1 kwietnia br. do 11 maja br. wniosków o przyznanie świadczenia wychowawczego złożyło 216 rodzin. Wnioski składane były zarówno osobiście przez rodziców Ośrodka Pomocy Społecznej jak również w formie elektronicznej za pośrednictwem portalu [empatia.mrpips.gov.pl](http://empatia.mrpips.gov.pl) oraz bankowości elektronicznej. Do dnia 30 kwietnia 2016r. wydano 170 decyzji administracyjnych przyznających świadczenia wychowawcze. Do końca miesiąca kwietnia wypłacono 296 świadczeń dla 170 rodzin na łączną kwotę 148 000zł. Na dzień 11 maja br. wydano łącznie od początku realizacji programu 500+ 203 decyzje administracyjne, w tym 1 decyzję odmowną. Wysokość przyznanej pomocy w ramach Programu 500+ w Gminie Sterdyń do dnia 11 maja br. wyniosła 176100,10zł.

Wiesława Tymieńska

## PODWÓRKO NIVEA 2016

Gmina Sterdyń bierze udział w konkursie NIVEA Podwórko 2016.

Na terenie gminy Sterdyń wytypowana została miejscowość **Dzięcioły Dalsze**.

**Zwracamy się z prośbą o oddawanie głosów na naszą lokalizację.**

Szczegóły głosowania można odnaleźć na stronie [www.nivea.pl/podwórko2016](http://www.nivea.pl/podwórko2016)

Głosowanie odbywa się wyłącznie drogą elektroniczną za pośrednictwem Strony Internetowej

lub Aplikacji Mobilnej.

Polega na wybraniu jednej lokalizacji oraz kliknięciu opcji „GŁOSUJ”.

W przypadku głosowania przez Stronę Internetową oddanie każdego głosu będzie

dotychczas dodatkowo wymagać weryfikacji głosu poprzez mechanizm reCaptcha.

Niezależnie od wybranego sposobu Głosowania (Strona Internetowa lub Aplikacja Mobilna) każdy Uczestnik Głosowania może głosować tylko raz w ciągu danego dnia na jedną

wybraną przez siebie lokalizację, w szczególności zabronione jest jednoczesne oddawanie głosu w jednym dniu poprzez Stronę Internetową oraz Aplikację Mobilną.

W kolejnym dniu ten sam Uczestnik Głosowania może oddać następny głos na tę samą lokalizację.

Po zakończeniu głosowania, w każdej turze wyłonionych zostanie 20 lokalizacji, które zdobyły największą liczbę głosów. Lokalizacje zostaną wyłonione niezależnie dla każdej z tur. Oznacza to, iż na podstawie głosowania w I turze zostanie wyłonionych 20 lokalizacji, a na podstawie głosowania w II turze 20 kolejnych.

## Informacja dotycząca nieodpłatnej pomocy prawnej

Z dniem 1 stycznia 2016 r. w Powiecie Sokołowskim codziennie przez 4 godziny świadczona będzie usługa nieodpłatnej pomocy prawnej oraz edukacji prawnej dla mieszkańców naszego powiatu. Będą funkcjonowały dwa punkty nieodpłatnej pomocy prawnej. Jeden w Sokołowie Podlaskim przy ul. Armii Krajowej 4, w budynku Starostwa Powiatowego obsługiwany przez adwokata i radcę prawnego. Drugi w Gminie Jabłonna Lacka, w budynku Urzędu Gminy prowadzony przez organizację pozarządową – Fundację *Honeste Vivere*, 04- 474 Warszawa, ul. Amałowicza-Tatara 7, obsługiwany przez adwokata.

Nieodpłatna pomoc prawna obejmuje:

- 1) poinformowanie osoby uprawnionej o obowiązującym stanie prawnym, o przysługujących jej uprawnieniach lub o spoczywających na niej obowiązkach lub
- 2) wskazanie osobie uprawnionej sposobu rozwiązania jej problemu prawnego, lub
- 3) udzielenie pomocy w sporządzeniu projektu pisma w sprawach, o których mowa w pkt 1 i 2, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się postępowaniu przygotowawczym lub sądowym i pism w toczącym się postępowaniu sądowo-administracyjnym, lub
- 4) sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika

z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego lub rzecznika patentowego w postępowaniu sądowo-administracyjnym.

Nieodpłatna pomoc prawna nie obejmuje spraw:

- 1) podatkowych związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej;
- 2) z zakresu prawa celnego, dewizowego i handlowego;
- 3) związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej, z wyjątkiem przygotowania do rozpoczęcia tej działalności.

Nieodpłatna pomoc prawna przysługuje osobie fizycznej:

- 1) której w okresie 12 miesięcy poprzedzających zwrócenie się o udzielenie nieodpłatnej pomocy prawnej zostało przyznane świadczenie z pomocy społecznej na podstawie ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2015 r. poz. 163, z późn. zm.) i wobec której w tym okresie nie wydano decyzji o zwrocie nienależnie pobranego świadczenia lub
- 2) która posiada ważną Kartę Dużej Rodziny, o której mowa w ustawie z dnia 5 grudnia 2014 r. o Karcie Dużej Rodziny (Dz. U. poz. 1863), lub
- 3) która uzyskała zaświadczenie, o którym mowa w ustawie z dnia 24 stycznia 1991 r. o kombatantach oraz niektórych osobach będących ofiarami represji wojennych

i okresu powojennego (Dz. U. z 2014 r. poz. 1206 oraz z 2015 r. poz. 693), lub

- 4) która posiada ważną legitymację weterana albo legitymację weterana poszkodowanego, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 2011 r. o weteranach działań poza granicami państwa (Dz. U. Nr 205, poz. 1203), lub
- 5) która nie ukończyła 26 lat, lub
- 6) która ukończyła 65 lat, lub
- 7) która w wyniku wystąpienia klęski żywiołowej, katastrofy naturalnej lub awarii technicznej znalazła się w sytuacji zagrożenia lub poniosła straty.

Osoby w/w wykazują uprawnienie do uzyskania pomocy prawnej poprzez:

Ad.1) przedłożenie oryginału albo odpisu decyzji o przyznaniu świadczenia z pomocy społecznej lub zaświadczenia o udzieleniu świadczenia, o którym mowa w art. 106 ust. 2 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej

Ad.2) przedłożenie ważnej Karty Dużej Rodziny, o której mowa w ustawie z dnia 5 grudnia 2014 r. o Karcie Dużej Rodziny;

Ad.3) przedłożenie zaświadczenia, o którym mowa w ustawie z dnia 24 stycznia 1991 r. o kombatantach oraz niektórych osobach będących ofiarami represji wojennych i okresu powojennego;

Ad.4) przedłożenie ważnej legitymacji weterana albo legitymacji weterana poszkodowanego, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 2011 r. o weteranach działań poza granicami państwa;

Ad.5) i 6) przedłożenie dokumentu stwierdzającego tożsamość;

Ad.7) złożenie oświadczenia, że zachodzi co najmniej jedna z okoliczności wymienionych w tym przepisie.

### GODZINY OTAWARCIA PUNKTU NIEODPŁATNEJ POMOCY PRAWNEJ

**Poniedziałek 8:00 – 12:00**

**Wtorek 13:00 – 17:00**

**Środa 8:00 – 12:00**

**Czwartek 13:00 – 17:00**

**Piątek 8:00 – 12:00**

## INFORMACJA AGENCJI RESTRUKTURYZACJI I MODERNIZACJI ROLNICTWA

**Do 15 czerwca przedłużono termin składania wniosków o dopłaty bezpośrednie za 2016 rok.**

ARiMR apeluje jednak, by dokumenty dostarczać jak najwcześniej.

Biuletyn Informacyjny Gminy Sterdyń – wydawca: Urząd Gminy, 08-320 Sterdyń, ul. Kościuszki 6, tel. 025-787-00-04.

Zespół Redakcyjny: Anna Kowalska - Redaktor Naczelny, Jadwiga Czarnocka, Agata Romaniuk, Teresa Styś.

Materiały do Biuletynu przyjmuje Sekretariat Urzędu Gminy – tel. 025-787-00-04.

Nakład 100 egz. Wszystkie egzemplarze bezpłatne, dostępne na terenie gminy w spółdzielczych i prywatnych jednostkach handlowych oraz w Urzędzie Gminy. Skład i opracowanie graficzne - Mieczysław Szymański

# MWIOŚ o barszczu Sosnowskiego

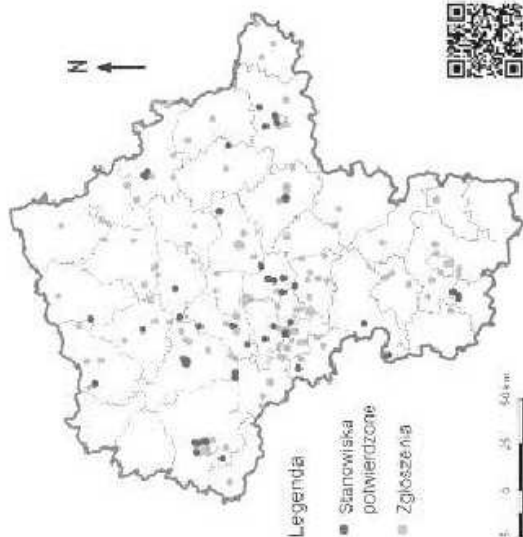
## BARSCZ SOSNOWSKIEGO

### BARSCZ MANTEGAZZIEGO (OLBRZYMI)



Wojewódzki Inspektorat Ochrony Środowiska w Warszawie, 2016 r.

### Kaskaskie barszcze na Mazowszu



Według danych ekspertów z [barszcz.edu.pl](http://barszcz.edu.pl) na terenie województwa mazowieckiego do 2016 r. znajdowało się **50 potwierdzonych stanowisk kaskaskich barszczy oraz 135 niezależnych zgłoszeń**, które nie zostały dotychczas zweryfikowane w terenie.

Jestli podejrzewasz, że w twoim otoczeniu rosną barszcz Sosnowskiego lub barszcz Mantegazziego (olbrzymi), zrób zdjęcie podejrzanej roślinom, zanotuj miejsce ich występowania i zgłoś te informacje do:

- władz samorządowych
- ORAZ
- [barszcz.edu.pl](mailto:barszcz.edu.pl) ([serwis@barszcz.edu.pl](mailto:serwis@barszcz.edu.pl)).

### Profesjonalne wsparcie

Więcej informacji na temat kaskaskich barszczy znajdziesz na:



<http://barszcz.edu.pl>

fot. 1, 2 - J. Piórkó, Fundacja Polityki Problemów Inwazyjnych  
fot. 3, 4, 5 - I. Sachajdak-ewer, [barszcz.edu.pl](http://barszcz.edu.pl)

### Strategia zwalczania kaskaskich barszczy

Planując działania mające na celu zwalczanie kaskaskich barszczy, pamiętaj, że **tylko akcje podjęte w stosunku do wszystkich (prywatnych oraz publicznych) terenów objętych inwazją mogą przynieść efekt w postaci eliminacji tych gatunków roślin.**

### Inwentaryzacja stanowisk

Dokładne namieszenie na mapę **wszystkich stanowisk kaskaskich barszczy** w obrębie danego terenu jest niezbędne do podjęcia walki z inwazją.

### Analiza skali inwazji i możliwości jej rozwoju

Wiedząc od jak dawna barszcze istnieją na danym terenie, skąd się na nim wzięły, co w konkretnym przypadku sprzyja ich rozprzestrzenianiu się, można **prognozować w jakim kierunku będzie rozwijała się inwazja**. Taka analiza stanowi podstawę do wyznaczenia **priorytetu zwalczania**.

### Analiza uwarunkowań lokalnych

Planując walkę z kaskaskimi barszczami zawsze należy wziąć pod uwagę **uwarunkowania siedliskowe oraz lokalne**. Nie każda metoda zwalczania jest dozwolona do stosowania w **każdych warunkach**.

### Wieloletni program działań w terenie

Na aktywne zwalczanie kaskaskich barszczy należy przeznaczyć **kilka lat**. Następnie teren objęty działaniami powinien być poddany **szczegółowemu monitoringowi**.

### Wytyczne do zwalczania

Wszystkie dotychczas znane metody zwalczania kaskaskich barszczy oraz zasady i zalecenia, jakie powinny im towarzyszyć zostały opisane w opracowanych na zlecenie GDOŚ i dostępnych na jej stronie internetowej „**Wytycznych dotyczących zwalczania barszcza Sosnowskiego i barszcza Mantegazziego na terenie Polski**”, dostępnych pod adresem:

<http://www.gdos.gov.pl/zwalczanie-inwazyjnych-barszczy>

# MWIOŚ o barszczu Sosnowskiego c.d.

## O kaukaskich barszczach

- Jedne z największych roślin zielnych na świecie – podczas kwitnienia zazwyczaj osiągały ok. 3 m wysokości lub więcej, kwiaty białe lub różowawe zebrane w parasolowatych baldachach (podobna do kopru, ale znacznie większe) o średnicy 30-80 cm, potężne liście (długość ok. 1,5 m) zebrane w rozety, lodyga bruzdowana, rzadko owłosiona, pusta w środku, u nasady osiąga średnicę ok. 5-12 cm.



- należą do inwazyjnych gatunków obcych co oznacza, że stanowią zagrożenie dla rodzimej flory,
- ze względu na bardzo duże podobieństwo w budowie i takie same właściwości inwazyjne oraz toksyczne obydwie gatunki często są rektowane łącznie i nazywane kaukaskimi barszczami,
- jedna roślina, dzięki produkcji kilkudziesięciu tysięcy zdolnych do kiełkowania nasion może rozpocząć inwazję w nowym miejscu,
- kaukaskie barszcze występują na terenie całej Polski – w każdym województwie, najczęściej występują na terenach związanych z byłą uprawą (PGR, ODR), a także w otoczeniu szlaków komunikacyjnych, cieków wodnych, na skrajach pól, łąk i lasów, ale także – coraz częściej – w miastach w otoczeniu zabudowy mieszkaniowej,
- liczba stanowisk kaukaskich barszczy w Polsce wciąż wzrasta,
- żadna z dotychczas znanych metod zwalczania nie jest w 100% skuteczna,
- rozprzestrzenianie i wprowadzanie kaukaskich barszczy do środowiska przyrodniczego jest zakazane prawem.

## Dlaczego niebezpieczne?

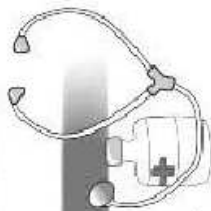
- sok kaukaskich barszczy zawiera związki chemiczne (psoraleny), które pod wpływem promieniowania słonecznego (UVA) może spowodować zmiany skórne przypominające oparzenia (wysypki, zaczerwienienia, opuchlizna, owrzodzenia itp.), a także obrażenia układu oddechowego, oczu, a nawet wstrząs anafilaktyczny.
- objawy obrażeń mogą pojawić się do 24-48 godzin od bezpośredniego lub pośredniego kontaktu z barszczami,
- psoraleny mogą przyczyniać się do powstawania nowotworów,
- obrażeń można nabawić się nawet bez bezpośredniego kontaktu z rośliną, a jedynie na skutek przebywania w jej sąsiedztwie (będąc poddany ekspozycji substancji toksycznych zawartych w powietrzu),
- toksyczności barszczy sprzyja wilgoć (również po!) i wysoka temperatura powietrza,
- najwyższe stężenie związków toksycznych kaukaskie barszcze osiągać latem,
- skóra mająca kontakt z barszczami może pozostawać wrażliwa na działanie słońca przez długi czas.

## Środki ostrożności

- nie zrywaj i nie dotykaj kaukaskich barszczy, ani przedmiotów, które miały z nimi kontakt,
- unikaj przebywania w sąsiedztwie terenów zasiedlonych przez te rośliny,
- w razie konieczności przebywania w pobliżu barszczy chronić skórę przed promieniami UVA (stosuj okulary i kremy z filtrem, zakładaj odzież z nienasiąklivych tworzyw sztucznych zakrywającą skórę) oraz drogi oddechowe przed wzięciem substancji toksycznych (używaj masek ochronnych),
- zawsze miej przedmioty i pierz odzież, które miały kontakt z sokiem barszczy,
- chronić dzieci przed bezpośrednim i pośrednim kontaktem z barszczami (ich skóra jest zazwyczaj bardziej wrażliwa niż Twoja).

## Środki ostrożności

- zwróć szczególną uwagę, aby nie przemieść nasion barszczy (np. na odzieży, w bieżnikach butów i opon, na karoserii samochodów, itd.) poza miejsca ich obecnego występowania,
- zwalczając kaukaskie barszcze poproś o pomoc wywołujące jedności,
- w przypadku podjęcia działań mających na celu zwalczanie kaukaskich barszczy, zachowaj wszelkie środki ostrożności (PHP), a uzyskane szczątki roślin (zwłaszcza nasion) poddaj unieszkodliwieniu.



## Pierwsza pomoc

- obficie przemyj wodą z mydłem (bądź samą wodą) wszystkie miejsca na ciele, które miały kontakt z roślinami lub były na niego narazone,
- osłoń skórę przed działaniem promieni słonecznych na co najmniej 48 h, a jeżeli jest to niemożliwe, zastosuj krem z wysokim filtrem UV,
- nie dotykaj zmienionych miejsc na skórze (z wysypką, opuchlizną itp.) – stosuj na nie chłodne okłady (np. z lodu),
- jeżeli objawy są dokuczliwe lub nasilają się, koniecznie jak najszybciej skontaktuj się z dermatologiem lub lekarzem rodzinnym,
- jeśli jesteś świadomy, że przebywałeś w pobliżu kaukaskich barszczy, powiedz o tym lekarzowi – może to przyspieszyć poprawną diagnozę i dobór leczenia,
- nie stosuj środków farmakologicznych bez konsultacji lekarskiej – nieprawidłowo dobrane preparaty mogą tylko nasilić reakcje skórne,
- w przypadku kontaktu oczu z sokiem roślin długo i intensywnie płucz je wodą, a następnie niezwłocznie skontaktuj się z okulistą,
- w razie zaobserwowania nasilających się problemów z oddychaniem, niezwłocznie wezwij pogotowie ratunkowe.