



Lasów
Państwowych



TURYSTO! SZANUJ ŚRODOWISKO!



PORADNIK



Sprzątanie



ORGANIZATORZY



KOMITET HONOROWY



Ministerstwo
Sportu i Turystyki

- Wojewoda dolnośląski
- Wojewoda kujawsko-pomorski
- Wojewoda lubelski
- Wojewoda lubuski
- Wojewoda łódzki
- Wojewoda mazowiecki
- Wojewoda opolski
- Wojewoda podkarpacki
- Wojewoda śląski
- Wojewoda świętokrzyski
- Wojewoda warmińsko-mazurski
- Wojewoda zachodniopomorski



MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA
KUYAWSKO-POMORSKIEGO
Piotr Calbecki



PRZESZKOCZYLIEM
MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA LUBUSKIEGO



Marszałek
Województwa
Lubuskiego



Marek Sowa
Marszałek Województwa
Małopolskiego



Marszałek
Województwa
Mazowieckiego



MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA
ZACHODNIOPOMORSKIEGO



MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA
PODKARPACKIEGO



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO
MAREK WOŹNIAK



**DOLNY
ŚLĄSK**



Marszałek
Województwa
Świętokrzyskiego



Marszałek
Województwa
Warmińsko-Mazurskiego

PARTNERZY LOKALNI



Giżycko



Mikolajki



Miasto Mrągowo



Pisz



Ryn



Ruciane-Nida



Węgorzewo



PARTNER REGIONALNY



PARTNER LOGISTYCZNY



PARTNERZY / SPONSORZY



>>> Turysto! <<<

Rejony najcenniejsze przyrodniczo to często jednocześnie najbardziej wrażliwe i szczególnie podatne na negatywne wpływy turystyki ekosystemy. Parki narodowe, rezerwy przyrody to z jednej strony strefy utworzone w celu ochrony i zachowania unikatowych form oraz zjawisk przyrodniczych czy też krajobrazowych. Z drugiej strony to właśnie te walory przyciągają rzesze turystów, których wizyty nie pozostają bez wpływu na cenną przyrodę. Najbardziej dotkliwie skutki obciążenia turystyką odczuwają obszary nadmorskie (wyspy, wody przybrzeżne, rafy koralowe, laguny, namorzyny, plaże i wydmy), wysokogórskie i ekosystemy słodkowodne (stawy, jeziora, bagna).

Turystyka oddziałuje na wszystkie elementy otaczającego nas środowiska. W popularnych regionach, także poza sezonem, wpływ ten przejawia się m.in. nadmiernym zużyciem i zanieczyszczeniem wód, zanieczyszczeniem powietrza, zmianami w krajobrazie, wzmożoną produkcją odpadów, degradacją gleby oraz utratą bioróżnorodności. Rozwój turystyki zagraża szczególnie terenom naturalnym, ale również zwiedzając miasta, podziwiając zabytki i sztukę różnych zakątków świata możemy i powinniśmy być odpowiedzialni za środowisko.

>>> Szanuj środowisko! <<<

Dzisiaj mamy przyjemność oddać w Wasze ręce ten oto Poradnik turystyczny. Znajdziecie tu informacje o tym, jak w prosty sposób ograniczyć swój negatywny wpływ na środowisko podczas wypoczynku i dowiedzieć się, dlaczego warto być turystą odpowiedzialnym. Chcielibyśmy zachęcić Was do refleksji nad wpływem na otaczający nas świat podczas urlopu, w czasie pobytu na łonie przyrody. W naszym krótkim przewodniku pokażemy Wam, w jaki sposób wpływamy na przyrodę podczas wędrowki górkim szlakiem, spaceru po lesie czy rejsu żaglówką po jeziorze. Podpowiemy, jak każdy z nas może zmniejszyć swój negatywny wpływ na środowisko.

Mamy nadzieję, że nasze porady sprawią, że czas wolny spędzicie w sposób przyjemny i pożyteczny. Dla siebie i dla środowiska.

Miłego wypoczynku!
Fundacja Nasza Ziemia

Poradnik turysty powstał w ramach kampanii „Sprzątanie świata – Polska 2014”

Więcej informacji:
www.sprzatanieswiata-polska.pl ♦♦♦ www.naszaziemia.pl ♦♦♦ www.facebook.com/naszaziemia



TURYSTO!

Szanuj środowisko... w lesie

Las to wspaniałe miejsce do odpoczynku. Wszechgarniąca cisza i spokój pozwalają na całkowite odprężenie się i zapomnienie o trudach codziennego dnia. Jednak pamiętać trzeba, że jest to również miejsce, w którym żyje wiele zwierząt, dla których las jest domem. W związku z tym, że jesteśmy tu gośćmi, pamiętajmy o dobrych manierach, tak jak wtedy, gdy idziemy w gościnę do przyjaciół. Dzięki przestrzeganiu kilku prostych zasad nasz wypoczynek i życie mieszkańców lasu będą przyjemniejsze.



NIE ŚMIEĆ! ZABIERAJ SWOJE ŚMIECI ZE SOBĄ

ŚMIECI NIE ROSNĄ NA DRZEWACH
- ŚMIECI DO LASU PRZYNOSZĄ
LUDZIE. ODPADY WYRZUCONE
W LESIE ZANIECZYSZCZAJĄ
ŚRODOWISKO I STWARZAJĄ
ZAGROŻENIE DLA ŻYCIA ZWIERZĄT
- MIESZKAŃCÓW LASU.



POZOSTAWIONE W LESIE ODPADY
ROZKŁADAJĄ SIĘ BARDZO DŁUGO:

plastikowa torebka	10–20 lat
puszka aluminiowa	150 lat
bawełniana koszula	2–5 miesięcy
butelka szklana	czas nieokreślony
plastikowa butelka	450 lat
wełniana skarpetka	1–5 lat
ogryzek	2 miesiące
kartonik po napoju	3 miesiące
niedopałki	1–5 lat
pudełko tekturowe	2 miesiące
gazeta	6 tygodni
metalowa puszka	50 lat
styropianowy kubek	50 lat
kartka papieru	2–4 tygodnie
guma do żucia	5 lat

NIE ROZPALAJMY OGNIA POZA WYZNACZONYMI MIEJSCAMI!

**NAWET DROBNA
ISKRA W ŚRODKU
LASU MOŻE
SPOWODOWAĆ
OLBRZYMI POŻAR,
KTÓRY STRAWI
HEKTARY
DRZEWOSTANÓW.
DLATEGO ZADBAJ
O ODPOWIEDNIE
ZABEZPIECZENIA
OGNISKA
W WYZNACZONYM
MIEJSCU.**



Rozniecanie ognia poza miejscami wyznaczonymi do tego celu i korzystanie z otwartego ognia jest bardzo niebezpieczne i zagraża całemu ekosystemowi. Pożar nie tylko przynosi ogromne straty w drzewostanach, ale również stanowi niebezpieczeństwo dla zwierząt żyjących w lesie oraz turystów, którzy przyjechali na odpoczynek. Musimy pamiętać, że szczególne zagrożenie występuje przy słonecznej, wietrznej pogodzie, kiedy wyschniętej ściółce wystarczy tylko iskierka, aby zapłonąć.

ZAWSZE, SPACERUJĄC
PO LESIE, TRZYMAJ SIĘ
WYZNACZONYCH SZLAKÓW
TURYSTYCZNYCH

LEŚNICY, WYTYCZAJĄC SZLAKI, ZAWSZE CHCĄ
CI POKAZAĆ JAK NAJWIĘCEJ LEŚNEGO PIĘKNA
ORAZ DOSTOSOWUJĄ ICH TRUDNOŚĆ DO
WARUNKÓW TERENOWYCH. SCHODZĄC ZE SZLAKU,
MOŻESZ PRZYPADKIEM WEJŚĆ TAM, GDZIE
ZNAJDUJĄ SIĘ RZADKIE ROŚLINY I ZWIERZĘTA,
NA TEREN UPRAW LEŚNYCH LUB PRAC
PIELĘGNACYJNYCH.

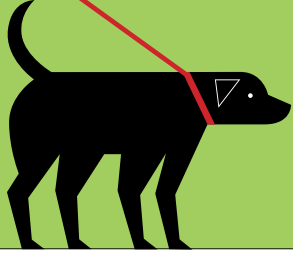
Chodząc po szlakach, nie zniszczysz domów zwierząt (nerek, mrowisk, gniazd) i nie zgubisz się. Szlaki są doskonale oznakowane. Dzięki nim zawsze będziesz wiedzieć, gdzie jesteś i ile czasu zajmie Ci spacer po lesie. Jeśli zdecydujesz się na zejście z trasy, możesz się zgubić, a także spotkać drapieżnika, np. niedźwiedzia, który w obronie swojego terytorium staje się groźny. Pozwól zwierzętom zachować spokój i bezpieczeństwo w ich naturalnym środowisku.

NIE NISZCZ PRZYRODY



**DLA PRAWDZIWEGO TURYSTY
KAŻDE DRZEWO, KRZEW CZY
NAWET STOS KAMIENI JEST
CENNYM ELEMENTEM
KRAJOBRAZU.
NISZCZĄC JAKIŚ ELEMENT
PRZYRODY, PRZYCZYNIASZ SIĘ
DO JEJ DEGRADACJI
I NIEODWRACALNYCH ZMIAN.**

Uwielbiasz grzybobranie? Las jest miejscem, z którego dobrodziejstw możesz korzystać – byle mądrze. Pamiętaj, że dzięki grzybom drzewa łatwiej czerpią wodę gruntową wraz z solami mineralnymi, które pozwalają im żyć. Korzyść z grzybów dla lasu jest ogromna. Jeśli więc zbierasz grzyby, nie ścinaj ich nożem, ponieważ uszkadzasz w ten sposób całą grzybnię. Każdego grzyba należy delikatnie wykręcić, przykrywając to miejsce mchem lub ziemią. Pamiętaj również, aby nie rozgarniać ściółki leśnej – opadłe liście lub igliwie zatrzymują wilgoć w ziemi, a pozbawienie jej tej warstwy może spowodować wysuszenie gleby.



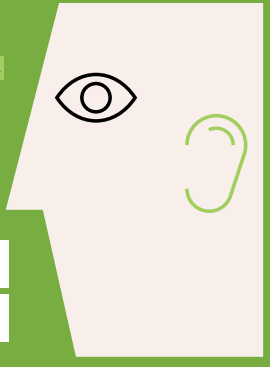
**PIES BIEGAJĄCY PO LESIE
ZAGRAŻA ZWIERZYŃIE.
JAKO PIES BEZPAŃSKI MOŻE
ZOSTAĆ ZASTRZELONY PRZEZ
MYŚLIWEGO, KTÓRY NIE PONIESIE
ŻADNYCH KONSEKWENCJI.**

TRZYMAJ PSA ZAWSZE NA SMYCZY

Pies w lesie, według przepisów polskiego prawa, nie może być puszczany luzem. Nawet jeśli według właściciela jest bardzo dobrze ułożony – musi być na smyczy. Nawet najlepiej wychowany pies, który nigdy nie pogonił żadnej zwierzyny, może zrobić to w lesie. Tutaj ilość zapachów jest ogromna. Szczególnie pies miejski, rozemocjonowany pobylem w lesie i natłokiem bodźców, może dla zabawy pogonić sarnę, która nagle wyskoczy spośród drzew. W większości wypadków nie wy-

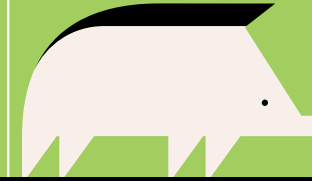
starczy wówczas wołanie – pies pobiegnie i zawróci dopiero, gdy dopadnie dzikie zwierzę albo gdy zwyczajnie się znudzi. Pamiętajmy również, że pies niekoniecznie musi sarnę złapać i pogryźć, aby zrobić jej krzywdę – wystarczy, że pogoni ją dłużej przez las, a sarna po prostu może paść ze stresu. **WAŻNE! W okresie wiosennym jeleniowate mają na wychowaniu młode. Przestraszone przez psa, mogą je porzucić, skazując małe sarenki i jelenki na śmierć.**

**OPRÓCZ ZACHWYCAJĄCYCH
KRAJOBRAZÓW DOSTRZEŻESZ
ZNAKI I TABLICE INFORMACYJNE.
UŁATWIĄJĄ ONE PORUSZANIE
SIĘ PO LESIE ORAZ INFORMUJĄ,
GDZIE MOŻESZ BEZPIECZNIE
ODPOCZAĆ CZY ROZPALIĆ
OGNIŚKO.**



**OBSERWUJ TO, CO SIĘ
DZIEJE WOKÓŁ CIEBIE.**

Las jest miejscem gościnnym i przygotowanym do odwiedzenia go. Najważniejsze i podstawowe warunki korzystania z parku czy rezerwatu często opisane są piktogramami na bilecie wstępu do danego obiektu. O tym, że znajdujemy się na terenie parku lub rezerwatu, informują odpowiednie tablice.



**GDY SPOTKASZ
NA SWEJ DRODZE
ZWIERZĘ,
ZACHOWAJ SPOKÓJ**

**WIĘKSZOŚĆ ZWIERZĄT NIE ATAKUJE BEZ
POWODU. W RAZIE CZEGO ZACHOWAJ SPOKÓJ
I SPRÓBUJ SIĘ POWOLI WYCOFAĆ.**

**GDY NATKNIESZ SIĘ NA RANNE ZWIERZĘ,
NIE DOTYKAJ GO, A JEDYŃIE POWIADŃ
ODPOWIEDNIE SŁUŻBY LEŚNE, KTÓRE
UDZIELĄ MU POMOCY.**


Czasem w lesie możesz spotkać na swojej drodze dzikie zwierzę. Nie należy się jednak obawiać takich sytuacji, ponieważ zwierzęta nie atakują bez powodu. Należy pamiętać o tym, że napotkane w lesie – z pozoru samotne – warchlaki czy młode sarenki, na pewno znajdują się pod czujnym okiem rodzica i pod żadnym pozorem nie należy zbliżać się do nich czy też brać je na ręce. Zapach pozostawiony przez człowieka może sprawić, że rodzic nie będzie chciał dłużej zajmować się swoim potomstwem. Należy pamiętać, aby w żadnym wypadku nie dotykać chorego zwierzęcia, ponieważ możemy zarazić się np. wścieklizną lub inną groźną chorobą. **WAŻNE!** Zachowaj szczególną ostrożność w czasie, kiedy zwierzęta mają swoje gody lub wychowują młode: w czasie rykowiska (II połowa września), gdy spotkasz lochę z warchlakami (marzec – maj), gdy spotkasz podloty sowy (maj – czerwiec). Zwierzęta mogą wtedy atakować, broniąc swojego potomstwa.

**BIWAKUJ
TYLKO
W
DOZWOLONYCH
MIEJSCACH**


**W WIĘKSZOŚCI LASÓW
ZNAJDUJĄ SIĘ SPECJALNE
MIEJSCA DO BIWAKOWANIA,
W KTÓRYCH MOŻEMY
SPOKOJNIE I BEZ
PRZESKÓD ROZBIĆ
NAMIOT.
W CZASIE BUDOWANIA
OBOZOWISKA NIE NISZCZ
ROŚLINNOŚCI, DRZEW,
NIE ROZKOPUJ ŚCIOŁKI
LUB GRUNTU.**



Ustawa o lasach w Polsce zabrania (...) biwakowania poza miejscami wyznaczonymi przez właściciela lasu lub nadleśniczego. Biwakując w wyznaczonych miejscach, masz gwarancję, że robisz to zgodnie z prawem i chronisz środowisko. Leśnicy, wyznaczając miejsca do biwakowania w lesie, dbają o to, żeby nie uległy zniszczeniu cenne elementy ekosystemu.



JEZIORO



TURYSTO!

Szanuj środowisko... nad jeziorem!

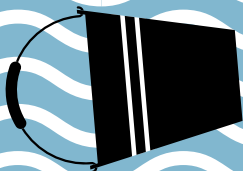
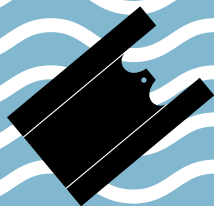
Jeziora to przede wszystkim raj dla miłośników sportów wodnych. Stosunkowo krótki sezon turystyczny powoduje, że oddziaływanie na środowisko ze strony turystów jest bardzo intensywne. W okresie letnim na jeziorach roi się od kajaków, motorówek i żaglówek. Mobilność żeglarzy powoduje, że ich wpływ na ekosystemy jezior jest bardzo zróżnicowany i obejmuje wiele obszarów, a unikatowe na skalę światową krajobrazy polskich jezior podlegają silnemu oddziaływaniu człowieka. Dlatego tak ważne jest, aby w czasie wypoczynku nad jeziorami zachować wszelkie możliwe zasady, dzięki którym możemy zmniejszyć nasz wpływ na środowisko.

Zacznijmy od siebie!



NIE WYRZUCAJ ŚMIECI !!! ZA BURTĘ

ODPADY DRYFUJĄCE W WODZIE MOGĄ BYĆ BRANE PRZEZ ZWIERZĘTA ZA POKARM I STAĆ SIĘ PRZYCZYNĄ ZATRUĆ, A NAWET ŚMIERCI. POZA TYM NIKT NIE CHCE ŻEGLOWAĆ WŚRÓD UNOSZĄCYCH SIĘ NA WODZIE BUTELEK I TOREBEK.



Śmieci, które trafią do wody, rozkładają się czasami przez bardzo wiele lat. Zanim jednak tak się stanie, stanowią śmiertelne zagrożenie dla organizmów żyjących w wodzie i nad wodą:

- połknięte przez ptaki i ryby części odpadów, nie tylko te o ostrych krawędziach, mogą być przyczyną wielogodzinnej śmierci zwierząt w olbrzymim cierpieniu;
- rozkładające się, często toksyczne substancje, wchodzące w skład odpadów, powodują silne i groźne dla życia zatrucia;
- zarówno unoszące się w wodzie, jak też opadłe na dno odpady, np. torebki foliowe, sznurki, liny, mogą stanowić pułapkę dla zwierząt, z której nie będą umiały się samodzielnie wydostać. Uwięzione mogą ulec uduszeniu, umrzeć z głodu bądź wyczerpania.

Odpady stanowią również zagrożenie dla turystów: potłuczone szklane butelki, puszki po napojach i żywności to przykłady odpadów, które mogą stać się przyczyną poważnych urazów u osób korzystających z kąpeli.

**DOKONUJ ZRZUTÓW ŚCIEKÓW Z TOALET
TYLKO W WYZNACZONYCH
DO TEGO MIEJSCACH**

**W WIELU MIEJSCACH
NP. EKOMARINACH MOŻESZ BEZPIECZNIE
DLA ŚRODOWISKA ODDAĆ SWOJE ŚCIEKI.
ZRZUT ŚCIEKÓW POZA WYZNACZONYMI
DO TEGO MIEJSCAMI POWODUJE
ZANIECZYSZCZENIE WODY I MA WPLYW
NA ŻYJĄCE W WODZIE ORGANIZMY.**

NIE CUMUJ PRZY REZERWATACH PRZYRODY

REZERWATY CZĘSTO OBEJMUJĄ
OCHRONĄ WAŻNE SIEDLISKA
RZADKICH GATUNKÓW
PTAKÓW. JEŚLI JUŻ MUSISZ
ZBLIŻYĆ SIĘ DO REZERWATU
ZAKOTWICZ PARĘ METRÓW OD
BRZEGU, ABY NIE NARUSZAĆ
SPOKOJU ZWIERZĄT.

Coraz więcej jachtów śródlądowych wyposażonych jest w toalety turystyczne, do których funkcjonowania niezbędne są odpowiednie środki chemiczne:

- Pierwszy (niezbędny), przeznaczony do zbiornika na fekalia, rozpuszcza zgromadzone w zbiorniku nieczystości;
- drugi stosuje się do zbiornika wody do splukiwania (użycie wskazane), a jego zadaniem jest eliminowanie zapachów i ułatwienie utrzymania miski klozetowej w czystości;
- trzeci to specjalny papier toaletowy łatwo rozpuszczalny w płynie używanym w zbiorniku dolnym (nie zatyka odpływu przy opróżnianiu toalety).

Jeśli ścieki zostaną wylane wprost do wody, duża ilość środków chemicznych spowoduje olbrzymią uciążliwość dla środowiska. Z tego powodu, jak również dlatego, że toaleta chemiczna ma ograniczoną pojemność zbiornika, powinna ona służyć jedynie w nagłej potrzebie. Lepiej jest korzystać z sanitariatów na brzegu, przed wypłynięciem, aby ograniczyć konieczność korzystania z toalety chemicznej do minimum. Nawet raz użyta toaleta chemiczna powinna być opróżniona maksymalnie po 3 dniach.

Rezerваты przyrody tworzone są w bardzo konkretnych celach i według Ustawy o ochronie przyrody z 2004 r. (art. 13 ust. 1) obejmują obszary zachowane w stanie naturalnym lub mało zmienionym, ekosystemy, ostoje i siedliska przyrodnicze, a także siedliska roślin, siedliska zwierząt i siedliska grzybów oraz twory i składniki przyrody nieożywionej, wyróżniające się szczególnymi wartościami przyrodniczymi, naukowymi, kulturowymi lub walorami krajobrazowymi. Przedmiotem ochrony w rezerwacie może być całość przyrody lub poszczególne jej składniki, w tym fauna (zwierzęta), flora (rośliny), grzyby czy też twory przyrody nieożywionej, np. skały. Twory przyrody objęte ochroną nie zawsze w pierwszej chwili mogą być przez nas zauważane, dlatego honorujemy tablice z zakazem cumowania. Rezerваты to obszary o szczególnych walorach, a nasze nierozsądne zachowanie może się przyczynić do ich zniszczenia.

DO MYCIA JACHTU NIE UŻYWAJ ŚRODKÓW CHEMICZNYCH

DETERGENTY UŻYWANE DO CZYSZCZENIA ŁODZI NEGATYWNIE WPŁYWAJĄ NA STAN CZYSTOŚCI WÓD ORAZ MOGĄ BYĆ PRZYCYNĄ ZATRUCI ZWIERZĄT ŻYJĄCYCH W JEZIORZE. ABY ŻAGŁÓWKA BYŁA CZYSTA, WYSTARCY WODA I SZCZOTKA, TROCHĘ PIASKU. WARTO POMYSLEĆ O BIODEGRADOWALNYCH ŚRODKACH CZYSTOŚCI.



Spśród składników detergentów największą uciążliwość dla środowiska powodują surfaktanty (inaczej substancje powierzchniowo czynne) i fosforany.

Uciążliwość surfaktantów wynika z ich właściwości fizykochemicznych – wskutek gromadzenia się (adsorpcji) na powierzchni wody utrudniają one przenikanie tlenu do głębszych partii wody. Tym samym utrudniony jest rozwój organizmów żywych i samooczyszczanie się zbiorników wodnych w procesach biodegradacji. Co więcej, podczas rozkładu biochemicznego samych surfaktantów zużywany jest tlen, co pogłębia deficyt tlenowy wód.

Z kolei nadmierne ilości fosforanów prowadzą do eutrofizacji (przeżyźnienia) zbiorników wodnych. Zaczynają wtedy bardzo intensywnie rozwijać się drobne glony, które odcinają dostęp do światła innym głębiej żyjącym roślinom. Obumierające rośliny, ulegając rozkładowi, powodują, zwłaszcza w strefie dennej jeziora, zachwianie równowagi tlenowej zbiornika. Rozpoczynają się wtedy procesy beztlenowe z wydzielaniem siarkowodoru, metanu i innych trujących substancji. Prowadzi to do uduszenia zwierząt zamieszkujących jezioro, w szczególności ryb, a nawet zatrucie dużych zwierząt korzystających z wody (np. krów czy owiec). To zachwianie równowagi ekologicznej może prowadzić do zamierania życia w zbiornikach wodnych.

NIE HAŁASUJ

HAŁAS PŁOSZY ZWIERZĘTA, UPRZYKRZA ŻYCIE INNYM ŻEGLARZOM ORAZ ZAGŁUSZA NP. WOŁANIE O POMOC.



Hałasując, tracisz szansę na ciekawy kontakt z przyrodą. Większość zwierząt, głównie ptaków, jest płochliwa i tylko komuś, kto potrafi zachować ciszę, pozwalają się do siebie zbliżyć. Zakłócając ciszę możesz spowodować, że porzucą łęgi (jaja lub pisklęta) i pozostawią je bezbronne przed drapieżnikami. Poza tym narażasz się na uwagi innych wypoczywających osób. **WAŻNE! Swoim hałasem możesz zagłuszyć czyjeś wołanie o pomoc.**

NIE UŻYWAJ SILNIKA W WYZNACZONEJ STREFIE CISZY

TAKIE STREFY POZWALAJĄ PTACTWU NA SPOKOJNE GNIAZDOWANIE, ZWIERZĘTOM NA ŻEROWANIE, A ŻEGLARZOM NA NIEZAKŁÓCONY KONTAKT Z PRZYRODĄ.

W strefach ciszy dozwolone jest używanie jedynie silników elektrycznych. Jeśli więc planujesz wybrać się w rejon, gdzie zabronione jest używanie silnika spalinowego, pamiętaj o pagajach lub wyposaż swoją łódź w silnik elektryczny. Korzystanie

z silników spalinowych jest zabronione nie tylko ze względu na hałas, ale również ze względu na zanieczyszczenia – spaliny i resztki oleju dostające się do wody podczas pracy silnika.

DOSTOSUJ SIĘ DO REGULAMINÓW PANUJĄCYCH W PORTACH I OBOZOWISKACH

STOSUJĄC SIĘ DO TAKICH ZALECEŃ UNIKASZ KAR FINANSOWYCH ORAZ POZYTYWNIE WPŁYWASZ NA ŚRODOWISKO.

Odpowiedzialne zachowanie w portach, obozowiskach, szacunek do odwiedzanych miejsc i przestrzeganie określonych tam zasad służą nie tylko

człowiekowi, ale również przyrodzie i pozwalają zachować jej walory dla przyszłych pokoleń.



TURYSTO!

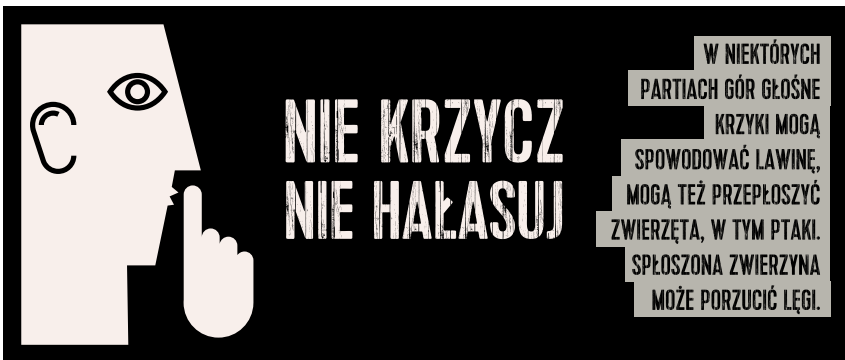
Szanuj środowisko... w górach!

Jeszcze do niedawna góry były zarezerwowane dla wybrańców. Trzeba było mieć sporo sił i wytrwałości, aby wędrować po szczytach. Odkąd jednak mamy coraz łatwiejszy dostęp do dobrego sprzętu, lepsze buty, kurtki, plecaki, góry stały się dostępne niemal dla każdego. W czasie sezonu frekwencja na niektórych górskich szlakach bije rekordy. Coraz więcej turystów dociera do trudno do tej pory dostępnych miejsc. Niestety, coraz częściej też słychać o zdarzeniach spowodowanych nieodpowiedzialnym zachowaniem turystów. Przykładem jest karmienie dzikich zwierząt, które może prowadzić do tragedii. Czas przypomnieć o kilku zasadach odpowiedzialnego zachowania w górach.





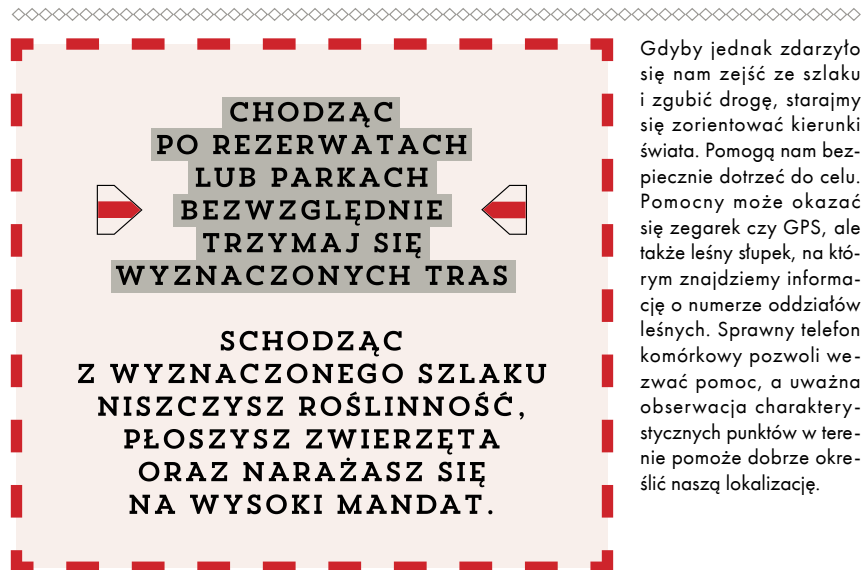
Pamiętajmy, że karmienie zwierząt powoduje zaburzenie ich naturalnego instynktu poszukiwania żywności. Zwierzę nie będzie szukać pożywienia, skoro może je bez wysiłku otrzymać od człowieka. Zwierzęta tak przyzwyczajone będą się domagać od ludzi jedzenia, a w przypadku odmowy mogą stać się niebezpieczne. Dlatego nie dokarmiamy zwierząt. Niech pójść one swoją drogą i poszukają pożywienia w swoim naturalnym środowisku.



Dla dzikich zwierząt hałas, których źródłem jest człowiek, są sygnałem do ucieczki. Zaniepokojone drapieżniki, takie jak niedźwiedź, mogą być również groźne dla człowieka. Pamiętajmy, że hałasowanie i używanie sygnałów dźwiękowych w lesie jest prawnie zabronione, co oznacza, że w przypadku nie przestrzegania tych zasad osoby zachowujące się nieprawidłowo mogą zostać ukarane pouczeniem lub mandatem. Pamiętajmy też, że zachowując ciszę mamy szansę na ciekawsze obserwacje przyrodnicze.



Plastikowe odpady, które pozostawimy na szlaku, mogą rozkładać się 400, a nawet 800 lat. Szklany stoik to odpad, który pozostanie w przyrodzie praktycznie na zawsze, a rozkład aluminiowej puszki może potrwać nawet 150 lat. Swoje odpady należy zabierać ze sobą, a nie pozostawiać na szlaku. Mogą one stanowić zagrożenie dla zwierząt oraz całego ekosystemu leśnego. Nigdy nie pozostawiaj na szlaku odpadów niebezpiecznych – takich jak baterie czy akumulatory. Substancje wchodzące w skład baterii są silnie toksyczne i gdy wyciekną, mogą stać się trującą. Jeśli już się wyczerpały – oddaj je do specjalnego punktu zbiórki baterii. **WAŻNE!** Zniesione ze szlaku odpady segregujemy do właściwych pojemników.



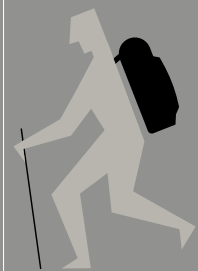
Gdyby jednak zdarzyło się nam zejść ze szlaku i zgubić drogę, starajmy się zorientować kierunki świata. Pomogą nam bezpiecznie dotrzeć do celu. Pomocny może okazać się zegarek czy GPS, ale także leśny słupek, na którym znajdziemy informację o numerze oddziałów leśnych. Sprawny telefon komórkowy pozwoli wezwać pomoc, a uważna obserwacja charakterystycznych punktów w terenie pomoże dobrze określić naszą lokalizację.

NIE RZUCAJ KAMIENIAMI!

JEDEN MAŁY
KAMIEŃ MOŻE
ZAPOCZĄTKOWAĆ
LAWINĘ ALBO
ZRANIĆ KOGOŚ
BĘDĄCEGO
NIŻEJ NIŻ TY.

Na wszelki wypadek zabierz do plecaka: 2–3 rodzaje plastra z opatrunkiem, jeden mały plaster na rolce, 2–3 różne bandaże, bandaż elastyczny, gotowe opatrunki wyjąłowane, środek odkażający, jedną chustę trójkątną, koc ratunko-

wy termoizolacyjny i koniecznie minimum 1 parę ochronnych rękawiczek. **WAŻNE! Jeśli udzielasz pomocy komuś innemu, zawsze wcześniej załóż dla swojego bezpieczeństwa RĘKAWICZKI!**



SPAKUJ SIĘ
ODPOWIEDNIO,
ABY PODCZAS
WĘDRÓWKI
NIE DAĆ SIĘ
ZASKOCZYĆ
PRZEZ
POGODĘ.

W GÓRACH POGODA MOŻE
ZMIEŃ SIĘ W MGNIENIU OKA,
DLATEGO WARTO ZABRAĆ
ZE SOBĄ COŚ CIEPŁEGO
I PRZECIWDZESZCZOWEGO.

W górach ważna jest umiejętność przewidywania pogody. Jeśli na niebie pojawią się ogromne, kłębiaste chmury (tzw. cumulonimbusy) – warto przyspieszyć kroku w drodze do schroniska – spodziewamy się deszczu lub nawet burzy. Pierzaste chmury (cirrusy), przypominające piórka, z pewnością nie przyniosą deszczu natychmiast, ale zwiastują zmianę pogody.

Planując całodzienną wycieczkę, pamiętajmy również o plecaku, w którym znajdzie się prowiant na spacer. Postarajmy się wziąć go tylko tyle, ile naprawdę będziemy w stanie zjeść, aby przygotowane kanapki lub inne przekąski nie zmarnowały się. Do plecaka warto również włożyć mapę zwiedzanego terenu, podręczną apteczkę oraz telefon komórkowy, który może się przydać w razie zauważonego niebezpieczeństwa.

Wychodząc na szlak zostaw wiadomość (w pensjonacie, schronisku, kwaterze prywatnej), dokąd się wybierasz, jaki jest planowany przebieg trasy i godzina powrotu. Podaj swój numer telefonu i wprowadź do jego pamięci numery telefonów alarmowych. Informuj o wszelkich zmianach planów! Pamiętaj, planując trasę, że jej długość i trudność należy dobierać do możliwości najłabszych uczestników wyprawy.

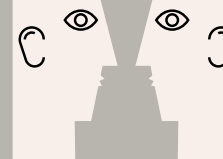
NIE ZRYWAJ ROŚLINNOŚCI ANI NIE ZBIERAJ LEŚNYCH OWOCÓW



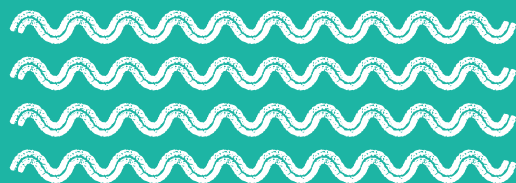
NA JAGODACH, MALINACH, JEŻYNACH
MOGĄ ZNAJDOWAĆ SIĘ JAJA GROŹNEGO
PASOŻYTA – TASIEMCA BĄBLOWCA, DLATEGO
LEPIEJ PRZYGOTUJ I ZJEDZ SWÓJ PROWIANT.
DODATKOWO DUŻA CZĘŚĆ ROŚLIN
W GÓRACH JEST POD OCHRONĄ.

Bąbłowica (*Echinococcus Multilocularis*) to groźna choroba, a jej głównymi nosicielami są mięsożerne zwierzęta leśne, głównie lisy. Mogą ją przenosić także psy i koty. Człowiek zaraża się, jedząc niemyte jagody i owoce leśne, do których mogą być przyцепione jaja bąbłowca. Larwa tego tasiemca osiedla się w narządach wewnętrznych człowieka, dając objawy kliniczne guza (torbieli).

POWIADOM KOGOŚ O TYM, GDZIE WYRUSZASZ I KIEDY ZAMIERZASZ WRÓCIĆ



ZE WZGLĘDÓW BEZPIECZEŃSTWA DAJ ZNAĆ NR. OBSŁUDZE
SCHRONISKA, NA JAKI SZLAK CHCESZ SIĘ WYBRAĆ, BY W RAZIE
CZEGO WIEDZIEĆ, GDZIE ROZPOCZĄĆ POSZUKIWANIA.



MORZE

TURYSTO!

Szanuj środowisko... nad morzem!

Bałtyk jest wciąż jednym z najbardziej zanieczyszczonych mórz na świecie, choć także jednym z najłagodniejszych. Proces wymiany wód w naszym morzu to okres aż 30 lat. Jeśli i my chcemy doświadczyć czystego i pełnego życia Bałtyku, już dziś musimy zacząć działać. Każdy z nas powinien czuć odpowiedzialność za stan wybrzeża i naszego morza. Nawet nie spędzając wakacji na plaży, wpływamy na morze i jego zasoby – korzystając z wody, odpoczywając nad rzeką czy jeziorem. Niemal cała Polska leży w zlewni Bałtyku, której statystycznie co drugi mieszkaniec to Polak.

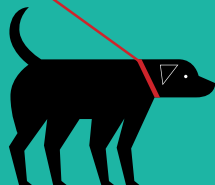


NIE CHODŹ PO WYDMACH

WYDMY STANOWIĄ BARIERĘ MIĘDZY ŁĄDEM A PLAŻĄ. SĄ PRAWNIE CHRONIONE, A ICH STRUKTURA JEST DELIKATNA I PODATNA NA USZKODZENIA. DODATKOWO WYDMY MOGĄ BYĆ MIEJSCEM GNIAZDOWANIA PTAKÓW, NA NICH TEŻ CZĘSTO ROSNĄ ROŚLINY BĘDĄCE POD OCHRONĄ.



WydmY są bardzo mało stabilne i szybko mogą ulec zniszczeniu, zaś piaski lotne ulegają wpływowi wiatrów. Tylko roślinność może zmniejszyć ich wpływ poprzez swoje systemy korzeniowe. Wyrwanie, zrywanie i niszczenie roślin jest więc bardzo szkodliwe. Spacerując po wydmach rozdeptujemy rośliny, które je porastają i wystarczy tylko jedna wydeptana przez nas ścieżka, by w czasie sztormu wiatr uruchomił piaski niezwiązane korzeniami roślin.



PIES POZOSTAWIONY
BEZ OPIEKI
MOŻE PŁOSZYĆ
CZY TEŻ POŁOWAĆ
NA NADMORSKIE
ZWIERZĘTA
LUB ROZKOPYWAĆ
WYDMY.

**TRZYMAJ PSA ZAWSZE
BLISKO SIEBIE I NA SMYCZY**

Na plaży, podobnie jak w lesie, pies może pod wpływem nowych, nieznanych sytuacji czuć się podekscytowany. Będzie go wtedy trudno utrzymać w miejscu bez smyczy, a wiejący wiatr osłabi siłę naszego przywołującego głosu. Pies może też poczuć się zaproszony do zabawy przez bawiących się obok piłką turystów, co z kolei niekoniecznie może być dobrze przyjęte. Pamiętajmy też o dzikich zwierzętach, które nie spodziewają się na plaży spotkania z psem – dla nich to nowe zagrożenie, spoza ich naturalnego środowiska.

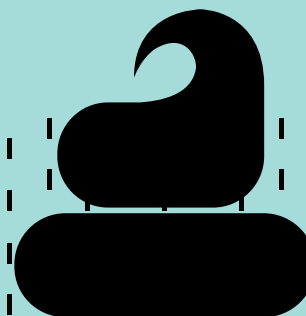
ŚMIECI ZABIERAJ ZE SOBĄ LUB WYRZUCAJ JE DO ŚMIETNIKÓW NA PLAŻY

ODPADY POZOSTAWIONE NA PLAŻY LUB WODZIE MOGĄ BYĆ BRANE PRZEZ ZWIERZĘTA ZA POKARM, STAJĄC SIĘ PRZYCZYNĄ ZATRUĆ, A NIEJEDNOKROTNIENAWET ŚMIERCI. POTŁUCZONA BUTELKA LEŻĄCA NA PIASKU NA PLAŻY MOŻE BYĆ NIEBEZPIECZNA TAKŻE DLA NAS SAMYCH.



SPRZĄTAJ PO SWOIM PUPILU

PSIE ODCHODY MOGĄ BYĆ ŹRÓDŁEM
PASOŻYTÓW LUB CHORÓB BAKTERYJNYCH.



Lekarze przestrzegają, że zabawa w brudnym piasku może być przyczyną wielu chorób układu pokarmowego, szczególnie u dzieci. Nie sposób wyliczyć wszystkich konsekwencji, jakie mogą wynikać z kontaktu ze skażonym piaskiem: od biegunki do utraty wzroku czy uszkodzenia wątroby, nerek. Szczególnie niebezpieczne jest zarażenie toxacarą (toksokarozą – odzwierzęca choroba pasożytnicza wywołana przez inwazję m.in. larw glist psich), która powoduje choroby oczu i może prowadzić do utraty wzroku. Poza tym, chyba wszyscy chcielibyśmy wypoczywać, korzystając z czystego piasku na plaży.

NIE ROZPALAJ OGNIA NA PLAŻY

**OGNIKO PALĄCE SIĘ NA
BRZEGU OZNACZA DLA
ZAŁÓG STATKÓW NA MORZU
WZYWANIE POMOCY.**

**PONADTO ISKRY
NIESIONE PRZEZ WIATR
MOGĄ DOPROWADZIĆ
DO POŻARU SUCHEJ
ROŚLINNOŚCI NA WYDMACH.**



Roślinność i suche drewno na wydmach pełnią szczególnie ważną funkcję, stabilizując je. Dlatego ważne jest, aby ich nie niszczyć w jakikolwiek sposób, na przykład paląc ogniska na plaży.

Kąpać się, pływać i rozrabiać w wodzie można wyłącznie w miejscach dozwolonych i to najlepiej pod okiem ratownika. Na głęboką wodę, poza strzeżony akwen, wypływać wolno wyłącznie posiadaczom karty pływackiej drugiego stopnia, tzw. żółtego czepka. Bez względu na umiejętności pływackie nie należy oddalać się od wyznaczonego przez boje pola kąpieliska. Pływanie w obrębie takiego obszaru zapewnia w ciągu dnia obserwację przez pełniących dyżur ratowników WOPR. Symbolami stosowanymi w celach informacyjnych są flagi: wywieszona flaga biała oznacza kąpielisko strzeżone i dozwoloną kąpiel, natomiast flaga czerwona oznacza zakaz kąpieli ze względu na niesprzyjające warunki. **WAŻNE!** Nie wchodzimy do wody w pobliżu mostów, portów, przystani i innych budowli.

NIE PŁYWAJ W OBRĘBIE BUDOWLI HYDROTECHNICZNYCH ANI Z NICH NIE SKACZ



**PŁYWANIE I SKAKANIE
NP. Z MOLA MOŻE SKOŃCZYĆ SIĘ
TRAGICZNIE, ZE WZGLĘDU NA
MOGĄCE WYSTĄPIĆ W ICH
SĄSIĘDZTWIE PRĄDY MORSKIE
I OSUNIĘCIA GRUNTU.**

SPOŻYWAJ ALKOHOL TYLKO W WYZNACZONYCH DO TEGO STREFACH LUB W PUBACH

**PICIE W MIEJSCU PUBLICZNYM,
JAKIM JEST PLAŻA, JEST NIEMILE
WIDZIANE, A NAWET KARANE
MANDATEM. PŁYWANIE
W MORZU POD WPŁYWEM
ALKOHOLU MOŻE
DOPROWADZIĆ DO WYPADKU.**



Po spożyciu alkoholu bezwzględnie nie powinno się wchodzić do wody. Osłabia on koncentrację, koordynację ruchową, umiejętność oceny własnych możliwości pływackich, zaburza termoregulację organizmu. Dodatkowo, spożywanie znacznej ilości napojów wysokoprocentowych prowadzi do wypłukiwania potasu z organizmu, co może powodować występowanie niebezpiecznych, zwłaszcza w wodzie, skurczów. Alkohol jest jedną z najczęstszych przyczyn utonięć.

NIE NISZCZ I NIE SPRZĄTAJ KIDZINY

**KIDZINA JEST WAŁEM PLAŻOWYM
STWORZONYM ZE SZCZĄTKÓW
ORGANICZNYCH, TAKICH JAK WODOROSTY
CZY GAŁĄZKI WYRZUCONE PRZEZ FAŁĘ NA PLAŻĘ.
JEST TO NIETRWAŁE SIEDLIŚKO I ŹRÓDŁO
POKARMU DLA WIELU ORGANIZMÓW
NADMORSKICH. KIDZINA NALEŻY DO
CHRONIONYCH SIEDLIŚK W SIECI NATURA 2000.**

Kidzina zwykle jest niszczonej przez fale morskie, zwłaszcza podczas szkwałów i sztormów. Ostatecznie jest zmywana przez zimowy wysoki stan wody. Na plażach rekreacyjnych szczątki organiczne tworzące siedlisko kidziny często są traktowane jak odpady i usuwane. Część gatunków charakterystycznych dla tego siedliska to rośliny zagrożone w Polsce lub tu zaginione.

Oprócz glonów i roślin morskich, stanowiących główną część kidziny, w jej skład mogą wchodzić m. in. martwe ryby, meduzy, muszle oraz bursztyny. W kidzinie żerują różne gatunki bezkręgowców żywiących się martwą materią organiczną. Na tych bezkręgowcach z kolei żerują ptaki, głównie siewkowie: wiele gatunków mew, rybitwy, bięgusy i wiele innych.



ODPOWIEDZIALNA TURYSTYKA

TURYSTO!

Szanuj środowisko... odpowiedzialnie!

Turystyka ma wiele twarzy. Nie wszyscy lubią lub mogą spędzać wolny czas na łonie przyrody. W zamian za to zwiedzają miasta, zabytki, poznają egzotyczne kultury i dalekie kraje. Liczba podróży zagranicznych na świecie wciąż rośnie, a presja turystyki na środowisko oraz gospodarkę jest coraz większa. Dlatego stworzono pojęcie odpowiedzialnej turystyki, w myśl której, planując wypoczynek, należy brać pod uwagę zarówno potrzeby środowiskowe, jak i społeczne czy gospodarcze.

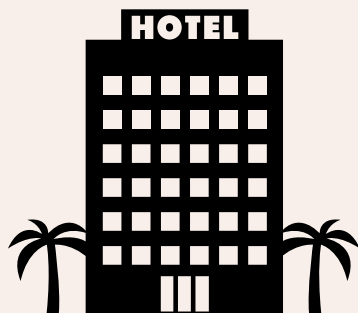
Już w trakcie planowania wakacji możemy przewidzieć, jaki wpływ na środowisko będzie miała nasza podróż. Zatem już na tym etapie powinniśmy starać się go ograniczać. Jak? Poznajcie kilka prostych zasad, które pomogą Wam być turystami bardziej odpowiedzialnymi, którzy nie tylko miło spędzą wypoczynek, ale przyczynią się do rozwoju lokalnego i ochrony środowiska.



NIE KUPUJ WYROBÓW ZROBIONYCH ZE ZWIERZĄT

KUPUJ TYLKO TE PRODUKTY,
KTÓRE POSIADAJĄ CERTYFIKAT
LEGALNEGO ZAKUPU I WYWOZU.
PRZEDMIOTY ZROBIONE
ZE ZWIERZĄT MOGĄ POCHODZIĆ
ZE ŹRÓDEŁ NIELEGALNYCH
I MOGĄ BYĆ WYTWORZONE
ZE ZWIERZĄT ZAGROŻONYCH
WYGINIĘCIEM, ZNAJDUJĄCYCH
SIĘ NA LIŚCIE KONWENCJI
WASZYNGTOŃSKIEJ (CITES).

- Przedmioty zrobione ze skóry zwierząt lub z ich kości mogą pochodzić ze źródeł nielegalnych i mogą być wytworzone ze zwierząt zagrożonych wyginieciem. Najlepiej unikaj kupowania produktów zrobionych ze zwierząt, a jeśli się jednak na to zdecydujesz – kupuj tylko te, które posiadają certyfikat legalnego zakupu i wywozu.
- Zwracaj uwagę na składniki potraw – unikaj tych ze zwierząt zagrożonych (np. zupy z płetwy rekina w krajach południowo-wschodniej Azji).
- Nie kupuj żywych zwierząt przetrzymywanych w złych warunkach – chociaż Twoje intencje są dobre, w ten sposób przyczyniasz się do podtrzymania rynku sprzedaży egzotycznych zwierząt, których miejsce jest na wolności, nie w klatkach.



UNIKAJ WAKACJI „ALL INCLUSIVE”

PRZEZ ROZBUDOWĘ HOTELI
ALL INCLUSIVE UPADA WIELE
LOKALNYCH BIZNESÓW, CO PROWADZI
DO POGORSZENIA SYTUACJI
GOSPODARZEJ W KRAJACH, KTÓRE
CZĘSTO UTRZYMUJĄ SIĘ PRZED
WSZYSTKIM Z TURYSTYKI.
MAJĄC WSZYSTKO ZAPEWNIŁE PRZEZ
HOTEL, OGRANICZASZ WPŁYWY
DO LOKALNEJ GOSPODARKI.

Płacąc za all inclusive nasze pieniądze przekazujemy zazwyczaj przede wszystkim do centrali sieci hotelowej. Hotele kupują zwykle lokalne produkty, ale wiele też sprowadzają, aby zaoferować nawet w krajach egzotycznych, „śniadanie w stylu europejskim”. Hotele all inclusive, przyczyniają się do powstawania zamkniętych enklaw, niepromujących regionu i kultury. Mogą też prowadzić do zamykania mniejszych lokalnych ośrodków wypoczynkowych i restauracji.

KUPUJ LOKALNIE

KUPUJĄC PRODUKTY, KTÓRE ZOSTAŁY
WYHODOWANE LUB WYTWORZONE
W MIEJSCU, KTÓRE ODWIEDZASZ,
M.IN. WSPIERASZ ROZWÓJ LOKALNEJ
PRZEDSIĘBIORCZOŚCI I NIE PRZYCZYNI-
ASZ SIĘ DO EMISJI CO² PODCZAS ICH
TRANSPORTU.



Kupowanie lokalnych produktów żywnościowych daje nam gwarancję świeżości. Lokalne produkty to także mniej opakowań, potrzebnych do ich zabezpieczenia w transporcie, a tym samym mniejsza produkcja odpadów. Kupując lokalnie, mamy też możliwość zweryfikowania warunków, w jakich powstają produkty i wspieramy lokalną gospodarkę.

SZANUJ LOKALNE ZWYCZAJE

OKAZUJ SZACUNEK LOKALNYM SPOŁECZNOŚCIOM, ICH KULTURZE I OBYCZAJOM. NIE SCHODZ
Z WYZNACZONYCH TRAS, NIE RÓB ZDJĘC TAM, GDZIE NIE WOLNO I LEPIJ ZAPYTAJ, JEŚLI
CHCESZ SFOTOGRAFOWAĆ JAKĄS OSOBĘ. TEŻ, ŻE ROŚLINY CZY ZWIERZĘTA
POWSZECHNIE WYSTĘPUJĄCE W NASZYM KRAJU MOGĄ MIEĆ STATUS ZAGROŻONEGO W INNYM.

Przed wyjazdem warto poczytać o lokalnej kulturze, także tej związanej ze środowiskiem – sprawdź, czy roślina, którą chcesz zerwać, nie jest rośliną chronioną, a zwierzę, które chcesz pogłaskać, nie jest cenne ze względów kulturowych. Zwracaj uwagę na wybierane potrawy – upewnij się, że nie zawierają składników pochodzących z zagrożonych gatunków.



OSZCZĘDZAJ SUROWCE

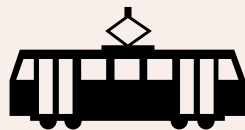
PRZED DŁUŻSZYM WYJAZDEM POWYŁĄCZAJMY WSZYSTKIE URZĄDZENIA W DOMU, ALE TAKŻE ICH TRYBY CZUWANIA, TZW. STAND-BY'E. BĘDĄC NA WAKACJACH TAKŻE DBAJ O ŚRODOWISKO I OSZCZĘDZAJ ENERGIĘ – NIE ZMIENIAJ RĘCZNIKÓW CODZIENNIE, PRZYKRĘĆ KLIMATYZACJĘ I ZWRACAJ UWAGĘ NA ŻUŻYCIE WODY.



Weź pod uwagę, że nie wszędzie gospodarka odpadami jest tak dobrze zorganizowana, jak w Europie. W niektórych krajach (Azji, Afryki) prawie wszystkie odpady trafiają na składowiska, dlatego staraj się kupować produkty jak najmniej opakowane, żeby nie przyczynić się do wzrostu góry śmieci wokół Ciebie.

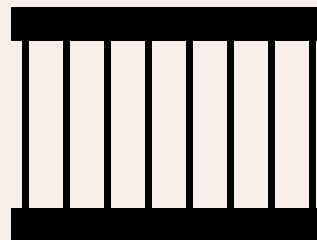
KORZYSTAJ Z TRANSPORTU PUBLICZNEGO

JEŚLI TO MOŻLIWE, WYBIERAJ LOKALNY TRANSPORT – POCIĄGI, AUTOBUSY, TRAMWAJE. ZOBACZYSZ DZIĘKI TEMU ODWIEDZANE MIEJSCE Z PERSPEKTYWY LOKALNEGO MIESZKAŃCA I NIE PRZYSZYNISZ SIĘ DO EMISJI GAZÓW CIEPLARNIANYCH.



WYBIERAJ ROZRYWKI PRZYJAZNE ŚRODOWISKU

ABY KORZYSTAĆ W PEŁNI Z WALORÓW ODWIEDZANEGO MIEJSCA, ODPOWIEDZIALNIE WYBIERAJ ROZRYWKI. PODCZAS EGZOTYCZNYCH PODRÓŻY PODZIWIJ ZWIERZĘTA W ICH NATURALNYM ŚRODOWISKU, A NIE SKUTE ŁAŃCUCHEM DLA ROBIENIA SOBIE Z NIMI ZDJĘĆ. SVOIMI WYBORAMI DECYDUJEMY O PRZYSZŁOŚCI TEGO TYPU ROZRYWEK PRZYGOTOWYWANYCH DLA TURYSTÓW – WARTO PRZYSZYNIĆ SIĘ DO LIKWIDACJI NIEKTÓRYCH „ATRAKCJI”.



Wybierając rower, zamiast np. wycieczki quadem po lesie, nie będziesz płoszyć zwierzyny hałasem i wibracjami i nie będziesz przyczyniać się do wzrostu emisji zanieczyszczeń. Pomóż w ten sposób chronić piękne miejsca, żebyś Ty i inni mogli je odwiedzać w przyszłości. Nie fotografuj się z tygrysem skutym łańcuchem lub tresowaną małpką na sznurku.



WYBIERAJ ODPOWIEDZIALNYCH WOBEC ŚRODOWISKA OPERATORÓW TURYSTYCZNYCH I HOTELE

ZANIM ZDECYDUJESZ SIĘ NA WAKACJE ZORGANIZOWANE, SPRAWDŹ, JAKI STOSUNEK DO ŚRODOWISKA MA WYBRANA PRZEZ CIEBIE FIRMA. WSPIERAJ SVOIMI WYBORAMI TE FIRMY, KTÓRE STARAJĄ SIĘ OGRANICZAĆ SWÓJ NEGATYWNY WPŁYW NA ŚRODOWISKO I PROWADZĄ DZIAŁANIA WSPIERAJĄCE ROZWÓJ ZRÓWNOWAŻONY.

Jeśli możesz, wybieraj noclegi w mniejszych miejscowościach, w gospodarstwach agroturystycznych, gospodarstwach ekologicznych, prowadzonych w sposób przyjazny środowisku, z poszanowaniem lokalnych zwyczajów i tradycji. Dzięki temu będziesz miał szansę lepiej poznać miejscowe zwyczaje i tradycję.

Ważne telefony i informacje

Europejski Numer Alarmowy : 112

Pogotowie : 999

Straż Pożarna : 998

Policja : 997

TELEFONY RATUNKOWE

nad wodą:

WOPR : 601 100 100

MOPR : 984 / 601 100 100

w górach:

TOPR : 601 100 300 / 18 20 63 444

GOPR : 985 / 601 100 300

Grupa GOPR Beskidzka : 33 82 96 900

Grupa GOPR Bieszczadzka : 13 46 32 204

Grupa GOPR Jurajska : 34 31 52 000

Grupa GOPR Karkonoska : 75 75 24 734

Grupa GOPR Krynicka : 18 47 77 444

Grupa GOPR Podhalańska : 18 26 76 880

Grupa GOPR Wałbrzysko-Kłodzka : 74 84 23 414

Przed wyruszeniem na szlak, w książce adresowej swojego telefonu warto jeszcze zapisać kontakty ICE, z numerami telefonów osób, które należy powiadomić w razie wypadku. Skrót ICE (In Case of Emergency) jest ogólnoświatowym symbolem ratującym życie. W razie potrzeby pozwala ratownikom na zadzwonienie pod wskazany numer i uzyskanie ważnych informacji o poszkodowanym, takich jak grupa krwi, przyjmowane leki, choroby, itp. Numery do osób mogących udzielić informacji na twój temat zapisz jako nazwy kontaktów ICE1, ICE2, itd.

TURYSTO! SZANUJ
ŚRODOWISKO!



Art. Hansen