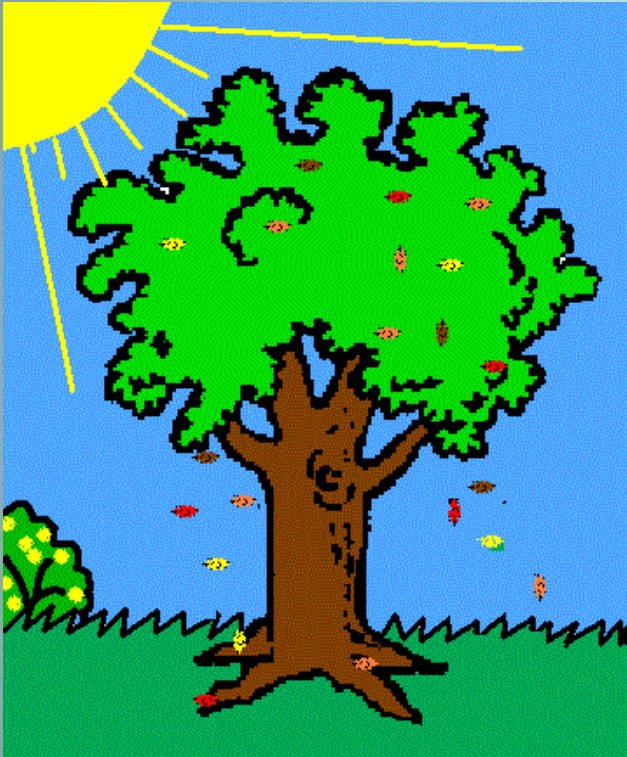




„Zielone płuca”

Smogowi mówimy STOP

CO NAM DAJĄ DRZEWA

Nie sposób opisać wszystkich funkcji, które pełnią drzewa i lasy. Nie sposób wycenić ich znaczenia dla naszej Planety, każdego organizmu, w tym dla człowieka i rozwoju jego cywilizacji. Moglibyśmy mówić o zdrowiu, o gospodarce i przemyśle, o bioróżnorodności, jednakże wszystko to byłoby za mało. Odpowiednim określeniem wydaje się zatem być jedno słowo, drzewa to... życie.

CO NAM DAJĄ DRZEWA

DRZEWA TO TLEN

Las to tlen a tlen to życie. Codziennie przez nasze płuca przepływa od 60 do ponad 200 g tlenu, w zależności od naszej aktywności fizycznej;

W lesie nasz organizm **szybciej się regeneruje**, zwłaszcza po ciężkich stresach czy wysiłku fizyczny;

Łącznie lasy Ziemi **zaspokajają połowę zapotrzebowania na tlen** wszystkich ludzi i zwierząt, produkując go rocznie około 26 mld ton;

Z 1 m² powierzchni liściowej drzew dostaje się do powietrza atmosferycznego w ciągu okresu wegetacyjnego od 0,5 do ponad 1 kg czystego tlenu;

Jedna dorosła, **60-letnia sosna produkuje tlen niezbędny do życia 3 osób**;

Jeden hektar lasu w ciągu 24 godzin wytwarza około 700 kilogramów tlenu. Zaspokaja to dobowe zapotrzebowanie 2500 osób;

Do drzew dostarczających największe ilości tlenu należą: **buk** **pospolity** (1,1 kg), klon (1,1 kg), robinia akacjowa (1,1 kg), dąb (0,8 kg), lipa i jesion (0,7 kg). Podobne ilości tlenu wydzielają drzewa iglaste, takie jak sosna.

CO NAM DAJĄ DRZEWA

DRZEWA TO GIGANTYCZNY KLIMATYZATOR

Drzewa działają niczym **olbrzymi klimatyzator** w upalne letnie dni, **ochładzając przy tym powietrze atmosferyczne;**

Oddziaływanie transpiracyjne jednego drzewa w ciągu roku, powodujące ochładzanie atmosfery można porównać do **10 pracujących non stop klimatyzatorów**. Strategiczne rozmieszczenie drzew na terenach zurbanizowanych może obniżyć temperaturę powietrza o **8 stop. C**, redukując o 30 proc. zapotrzebowanie na klimatyzację;

Jedno dorosłe drzewo może wytranspirować latem do **450 l wody dziennie**. Taki efekt daje 5 dużych klimatyzatorów działających 20 godzin na dobę i obniżających temperaturę otoczenia o 3-7 stop. C;

Jedno drzewo w ciągu roku absorbuje ok. **3 tys. litrów wody opadowej** i wprowadza do powietrza kilkaset jej litrów pod postacią pary;

Jeden hektar lasu liściastego może zatrzymać a następnie stopniowo oddać środowisku 50 m³ wody;

Obecność drzew wpływa pozytywnie na lokalny klimat, co pomaga zaoszczędzić od **20 do 50 proc. energii** potrzebnej do ogrzewania.

CO NAM DAJĄ DRZEWA

DRZEWA DZIAŁAJĄ JAK FILTR

Duże obszary leśne, jak rozległe zielone dywany puszczy, można przyrównać do **gigantycznej gąbki**, magazynującej i filtrującej wodę a jednocześnie, w miarę potrzeb oddającej ją w postaci pary wodnej do atmosfery. Lasy **wpływają na mikroklimat lokalnie** i kształtują klimat globalnie, nawilżając powietrze, **ochładzając je i oczyszczając atmosferę ze znajdującej się w niej pyłów;**

Metr kwadratowy gleby leśnej jest w stanie zmagazynować do 200 litrów wody a tylko jej wierzchnia, 10-centymetrowa warstwa zdolna jest przyjąć blisko 50 litrów wody opadowej;

Drzewa są swoistym filtrem, doskonale **pochłaniają i neutralizują substancje toksyczne**, takie jak: dwutlenek węgla, dwutlenek siarki oraz metale ciężkie (ołów, kadm, miedź, cynk);

CO NAM DAJĄ DRZEWA

W leśnym powietrzu jest **do 70 razy mniej chorobotwórczych zarasków** niż w powietrzu miast i do 1000 razy mniej substancji szkodliwych dla zdrowia niż w pobliżu aglomeracji przemysłowych;

Zadrzewienia w miastach **poprawiają nasz komfort życia**. Poprawiają one nie tylko nasze samopoczucie, ale co ważne, **obniżają koszty klimatyzacji** pomieszczeń, gdyż zacieniają budynki. Tym samym, przemysłane zadrzewienia w miastach, latem mogą **obniżyć temperaturę** powietrza nawet o kilka stopni.

CO NAM DAJĄ DRZEWA

DRZEWA PEŁNIĄ FUNKCJE OCHRONNE

Ze względu na swój cel i funkcję lasy możemy podzielić na wodochronne, glebochronne, uzdrowiskowo-klimatyczne, wokół miast czy nawet obronne;

Lasy chronią nie tylko klimat, lecz także glebę, wody powierzchniowe i podziemne, **zapobiegając erozji, wyjąławianiu ziemi, osuwiskom, lawinom**. Zmniejszają również zagrożenie powodzią i łagodzą skutki suszy;

Wspólnie z rezerwatami i ostojami zwierząt a także stanowiskami roślin chronionych zajmują one łączną powierzchnię blisko 3,7 mln ha, co stanowi 53,7% całkowitej powierzchni leśnej (LP 7,6 mln ha);

Lasy wokół dużych miast i w ich sercu działają jak **strefy buforowe**, chroniąc przed zanieczyszczeniami i hałasem;

Zalesiony pas ziemi o szerokości **250 m** obniża hałas samochodowy o około **66%**. Bez niego, by osiągnąć ten sam efekt, musielibyśmy odsunąć się od drogi aż o 2 km.

CO NAM DAJĄ DRZEWA

DRZEWA MAGAZYNUJĄ CO₂

Ekosystemy leśne Polski są potężnymi sojusznikami w walce z globalnymi zmianami klimatycznymi, gdyż pełnią rolę **pochłaniaczy CO₂**, wpływając na stabilność klimatu;

Drzewa wiążą w sobie węgiel atmosferyczny przez **asymilację dwutlenku węgla w procesie fotosyntezy**. Pochłanianie CO₂ odbywa się przez liście i igły drzew, w chloroplastach w tkance miękiszowej. Za sprawą energii słonecznej i wody, węgiel atmosferyczny, pochodzący z CO₂ jest wiązany i wbudowywany w drewno; **Jedno drzewo** absorbuje średnio 1 tonę tego pierwiastka na każdy metr sześcienny przyrostu i produkuje przy tym 727 kg tlenu;

Jeden hektar lasu pochłania rocznie nawet 3600 kg węgla, to mniej więcej tyle ile w ciągu godziny wydziela 200 osób;

Wszystkie lasy w Polsce pochłaniają rocznie ok. **41 mln ton dwutlenku węgla**;

Wielkim magazynem CO₂ są również **produkty z drewna**. Zastosowanie drewna w produktach codziennego użytku pozwala gromadzić węgiel również poza lasem;

Budując drewniane konstrukcje, czy używając przedmiotów wytworzonych z drewna magazynujemy węgiel, nie pozwalając uwolnić się mu do atmosfery. **Ograniczamy tym samym skutki efektu cieplarnianego, mając wpływ na stabilność klimatu.**

CO NAM DAJĄ DRZEWA

DRZEWA WPŁYWAJĄ NA NASZE ZDROWIE I URODĘ

Właściwości lecznicze drzew wykorzystuje się również w medycynie naturalnej i niekonwencjonalnej - **sylwoterapii**. Polega ona na pobudzaniu organizmu do samoleczenia poprzez jego bliski kontakt z drzewami. Przepływ energii odbywa się poprzez dotyk. Dlatego dobrze jest usiąść pod drzewem, opierając plecy o pień, dotknąć go jedynie czołem lub bosymi stopami w zależności od tego, którą partię ciała chcemy leczyć albo całe objąć. Każdy z gatunków ma na nas inny wpływ;

Najbardziej ceniona w sylwoterapii jest brzoza, która pobudza krążenie i łagodzi napięcia mięśniowe, pomagając rozładować stres. Buk czy dąb z kolei wzmaga koncentrację i twórcze myślenie;

CO NAM DAJĄ DRZEWA

O tym dlaczego warto być aktywnym w lesie a nie w mieście przekonują naukowcy. Sekret kryje się w czystym powietrzu, dotlenieniu organizmu, poprawie krążenia i rytmu serca. Jednym z podstawowych czynników, prócz niewłaściwego stylu życia i stresu, wpływającym negatywnie na nasz organizm są **zanieczyszczenia środowiska**, w tym zanieczyszczenie powietrza. Aktywność fizyczna w centrum miasta, przez wzgląd na dymy przemysłowe czy spaliny nie wydaje się zatem najlepszym rozwiązaniem. Potwierdzają to niemieckie badania, z których wynika, iż bieganie czy jazda na rowerze w zanieczyszczonym środowisku miejskim wręcz **zwiększa ryzyko zawału serca** (Luttmann-Gibson i in. 2006). Wg Haluza (2014) do parametrów funkcji układu krążenia **korzystnie modyfikowanych przez środowisko leśne należą ciśnienie tętnicze, częstotliwość rytmu serca i zmienność rytmu serca**. Mimo, iż badania nie są na tyle jednoznaczne, by stwierdzić, iż to właśnie środowisko leśne w głównej mierze odpowiada za te zmiany nie ulega wątpliwości iż **las niweluje stres cywilizacyjny**;

CO NAM DAJĄ DRZEWA

W leśnym powietrzu znajdują się **kojące, działające antystresowo i uspokajająco fitoncydy**. Mają one również właściwości **bakteriobójcze i przeciwzapalne**, ponieważ hamują rozwój grzybów i bakterii. Fitoncydy wchodzi w skład wydzielanych przez drzewa olejków eterycznych. Wydziela je np. brzoza oraz sosna. Za ich przyczyną strefa wokół tych drzew jest wolna od bakterii.

CO NAM DAJĄ DRZEWA

ŹRÓDŁO:

<https://www.poznan.lasy.gov.pl/swieto-drzewa>

http://www.mp37.pl/?akcja=artykul&id=20201012_174110_13