Karta grzybiarza

Notes terenowy i lista bezpieczeństwa na grzybobranie. Wydrukuj, weź do kosza i uzupełniaj przy każdym wyjściu.

1. Notes ze zbiorów

Gatunek	Siedlisko / drzewo	Data	Cechy, które sprawdziłem	Zweryf.*

* Jak potwierdziłem gatunek: atlas / doświadczony grzybiarz / grzyboznawca (Sanepid).

2. Złote zasady - przeczytaj przed każdym wyjściem

1. Zbieram tylko gatunki, które znam na 100%. Mam wątpliwość - zostawiam grzyb w lesie.
2. Nie ufam domowym testom (srebrna łyżka, cebula, czosnek) - one nie wykrywają trucizny.
3. Nie biorę okazów zbyt młodych (trudne do oznaczenia) ani starych, przejrzałych i robaczywych.
4. Grzyby zbieram do przewiewnego kosza, nie do reklamówki (w foliówce szybko się psują).
5. Nie zbieram przy drogach i wysypiskach - grzyby kumulują metale ciężkie.
6. Wątpliwe okazy pokazuję grzyboznawcy - bezpłatnie w stacji sanitarno-epidemiologicznej.
7. Nie podaję potraw z grzybów dzieciom, seniorom i kobietom w ciąży.
8. Objawy po posiłku (nudności, biegunka, ból brzucha) - dzwonię 112 i zachowuję resztki grzybów.

3. Najczęstsze sobowtóry - na co uważać

Grzyb jadalny	Groźny sobowtór i cecha odróżniająca
✓ **Czubajka kania**	✗ Muchomor sromotnikowy (śmiertelny) - sromotnik ma workowatą pochwę u podstawy i zawsze białe blaszki; kania pochwy nie ma.
✓ **Gąska zielonka**	✗ Muchomor sromotnikowy (śmiertelny) - zielonkawy kapelusz bywa mylący; sprawdź pochwę i blaszki.
✓ **Borowik szlachetny**	✗ Goryczak żółciowy (niejadalny) - gorzki miąższ i różowawe pory zamiast białożółtych.
✓ **Kurka (pieprznik)**	✗ Lisówka, tzw. kurka fałszywa - ma prawdziwe, gęste blaszki, nie zbiegające fałdki.
✓ **Opieńka miodowa**	✗ Maślanka wiązkowa (trująca) - gorzka, o zielonkawo-żółtych blaszkach.

4. Gdzie sprawdzić grzyby

Bezpłatne oznaczanie grzybów prowadzą grzyboznawcy w powiatowych i wojewódzkich stacjach sanitarno-epidemiologicznych. Przynieś całe owocniki (z kapeluszem i trzonem) - najważniejsze cechy bywają na trzonie. Obróbka termiczna nie usuwa trucizny z grzybów trujących.