

Til de voksne: Når man luke før blomstring, som begynner ca. 15. juli, kan plantene med røtter legges på bakken eller asfalten slik at de tørker og dør. Eller man samler i sekker. Blomstrende planter bør man kun slå og ikke luke, for å unngå nærkontakt med pollenet. Dette betyr: Luk før blomstring. Bruk hansker! Det er viktig å bruke hansker, for saften i plantene kan virke irriterende på huden. Utrydding av burot virker også forebyggende ved at man ikke blir eksponert for burotpollen og derved ikke utvikler allergi.

Kort fortalt så er målet at så mange som mulig tar **en time en dag sent i juni/begynnelsen av juli**, før burota blomstrer fra 15. juli, og luke bort denne i området rundt barnehagen. Dette er en liten innsats for lokalmiljøet, som gir en stor helsegevinst for mange, og samtidig kan dere være heldige å få klingende mynt i kassa i tillegg til den gode samvittigheten man får ved å hjelpe seg selv og andre.

Norges Astma- og Allergiforbund Region Østafjells gir kr 4000 i 1. premie og kr 2000 i 2. premie og kr 1000 i 3. premie til tre vilkårlige trukne vinnere.

Etter luking av burot: Send en mail, gjerne med bilder til region.ostafjells@naaf.no for å delta i konkurransen. Trekning september

www.naaf.no/ostafjells

 **ASTMA- OG ALLERGIFORBUNDET**
Region Østafjells

PROSJEKTET
ER STØTTET AV

ExtraStiftelsen
Helse og Rehabilitering

MED EXTRA-MIDLER

Vi gjør Norge friskere

Allergier

KONKURRANSE!!!

**Delta og vann penger til din barnehage
Aksjon Burot**



Allergi for burotpollen:

Noen kan bli syke av gress, blomster og trær. Det er pollenet som er i plantene som noen ikke tåler. Dette kalles pollenallergi. Pollen er små partikler fra planter, som spres med vind eller insekter for å bestøve andre planter av samme art. Pollenet er ofte så smått at vi nesten ikke kan se det. Når de som har pollenallergi er ute og det er masse slikt pollen som svever rundt i lufta, så liker ikke kroppen det. Det kan kjønnnes ut som om de er forkjøla hele tida. Nesa renner eller blir tett, og man nysrer. Øynene renner og svir, de blir røde, hovne. Mange kan bli trøtte og slappe, og da klarer de ikke å være i barnehagen, på skolen eller på jobben og lære nye ting, eller være ute med vennene sine og leke.

I Astma- og Allergiforbundet jobber det mange mennesker som vil at alle skal ha det fint, selv om de kanskje er allergiske for noe. Dette kan alle dere være med på å hjelpe oss med! **Hvis dere er så flinke og snille og hjelper oss, så er dere med i en konkurranse om å vinne penger som dere kan bruke til å kjøpe noe nytt til barnehagen deres.**

Det vi håper dere har lyst til å gjøre, sammen med de voksne i barnehagen, er å ta bort de plantene som heter **BUROT** før de rekker å spre pollenet sitt rundt i lufta.

Burota ser slik ut:



Lukestadie



Blomstrende plante



Burotblomst



Burotplanten kan bli like høy som en voksen. Pollenet spres ganske kort med vinden (100-200m). (Pollen fra bjørketrær spres mange, mange mil.) Derfor hjelper det å fjerne burota i og rundt barnehagen og der det bor og jobber mange mennesker.