

## *Правила сбора берёзового сока*

Наступила весна и любители берёзового сока скоро отправятся в лес. И это не случайно, ведь этот природный напиток не только имеет приятный вкус, но и богат витаминами, минеральными, дубильными веществами, органическими кислотами и др.

Срок сбора берёзового сока в Беларуси зависит от погодных условий, но белорусские берёзки обычно просыпаются рано. С началом таяния снега начинают набухать берёзовые почки - это и является сигналом к тому, что можно отправляться в лес за соком. Сезон сбора сока в Беларуси обычно стартует в середине марта, хотя бывают годы, когда за целебным нектаром можно было отправляться в первой декаде марта.

Завершается сбор сока тогда, когда на берёзках начинают проклеиваться листики. Бывалые сборщики знают, что дальше собирать сок бессмысленно - нектар теряет сладость, становится мутным и невкусным.

Но следует знать, что заготавливать берёзовый сок можно на территориях с плотностью загрязнения почвы радионуклидами цезия-137 до 15 Ки/км<sup>2</sup>. Информацию о данных территориях вы можете получить в лесхозах.

Любителям берёзового сока на заметку:

- -сбирать сок необходимо в сухих лесах и на возвышенностях. Ведь в соке, собранном во влажном лесе и низинах, содержание радионуклидов значительно выше;
- -уровень радионуклидов в соке также повышается и к концу периода сокодвижения;
  - -для сбора сока необходимо использовать закрытые ёмкости, чтобы исключить попадание в него радиоактивных веществ, например, с пылью;
- -не приобретайте берёзовый сок в местах несанкционированной торговли, а также без документов, подтверждающих его безопасность;
  - -берёзовый сок, также, как и грибы или ягоды, собранные в лесах Беларуси, необходимо проверять на содержание радионуклидов. Сделать это можно в лаборатории государственного учреждения «Ивановский районный центр гигиены и эпидемиологии» по адресу: ул. К.Маркса, 94, г.Иваново, тел. для справок тел. 9-21-85.

Будьте здоровы!

