



Scottish Invasive Species Initiative

Leabhar-làimhe do Shaor-thoilich



www.invasivespecies.scot/howyoucanhelp



Supported by
The National Lottery[®]
through the Heritage Lottery Fund

Le taic bhon
Chrannchur Nàiseanta
tro Mhaoin-Dualchais a' Chrannchuir



Scottish Natural Heritage
Dualchas Nàdair na h-Alba
nature.scot

Clàr-innse

Fàilte	3
Ro-ràdh	3
Mar deidhinn.....	3
An ceangal againn le saor-thoilich	3
Fiosrachadh Riatanach	4
Cò dh'fhaodas a bhith nan saor-thoileach?	4
Taic is stiùireadh	4
An dòigh chonaltraidh againn	4
Trèanadh	5
A' riochdachadh a' phròiseict	5
Aithneachadh is duais	5
Molaidhean	6
Cosgaisean	6
Fiosrachadh Laghail	6
Do shàbhailteachd fhèin	6
Sgrùdaidhean cunnairt	6
Uidheam Dìonach.....	6
Aithris thachartasan	7
Do shlàinte	7
Àrachas.....	7
Dìomhaireachd agus dìon dàta	8
Ag obair le clann, òigridh agus inbhich sho-leònta	8
Cothroman co-ionnan	8
Ma dh'èireas trioblaid	9
A' rèiteachadh trioblaid	9
Gearanan.....	9
Ma bhios gearan agad;.....	9
Ma thèid cùis gearain a thogail mud dheidhinn, mar shaor-thoileach:.....	10
Gad chur far a' phròiseict.....	10
Fios conaltraidh	11
Agus anns an dealachadh...mòran taing	11
EARR-RÀDH 1 – Stiùireadh sàbhailteachd do shaor-thoilich an sàs ann an obair a-muigh	12
Stiùireadh sàbhailteachd do shaor-thoilich an sàs ann an obair a-muigh	12
Mus tèid thu a-mach.....	12
Air a' bhlàr a-muigh.....	12
Aig deireadh an latha	13

Fàilte

Fàilte ort gu lomaire Gnèithean Sgaoilteach na h-Alba (*Scottish Invasive Species Initiative* (SISI)) agus tapadh leat airson do chuid ùine a thoirt seachad a' cumail taic ris a' phròiseact luachmhor againn. Tha gnèithean neo-dhùthchasach ionnsaigheach air aon de na cunnartan as motha do bhith-iomadachd na cruinne, mar sin, tha do chuid oidhirpean riatanach is tu a' cumail taic ri stiùireadh àrainneachail deatamach. Tha sinn an dòchas gun còrd an ùine shaor-thoileach agad còmhla rinn, gum bi luach agus tlachd anns an ùine sin agus gum mair a' ghreis shaor-thoileach sin nad chuimhne.

Cha bhiodh am pròiseact againn ann mura b' e taic nan saor-thoileach, mar sin, tha sinn an dòchas gum faic thu an luach nad chuid oidhirpean – gu dearbh chì sinn fhèin sin. Tha sinn an dòchas gun tèid againn air taic a chumail ris an trèanadh agad agus brosnachadh a thoirt dhut a leigeas leat cumail ort a' làimhseachadh gnèithean ionnsaigheach fada an dèidh deireadh a' phròiseict againn.

Ro-ràdh

Mar deidhinn

'S e com-pàirteachas a th' ann an lomaire Gnèithean Sgaoilteach na h-Alba (*Scottish Invasive Species Initiative* (SISI)) a tha ag obair le coimhearsnachdan is saor-thoilich airson smachd a chumail air gnèithean neo-dhùthchasach ionnsaigheach airson math nan àrainneachdan fiadh-bheatha is fìor-uisge againn.

Tha SISI air a stiùireadh le Dualchas Nàdair na h-Alba agus air a mhaoineachadh le Maoin Dualchais a' Chrannchair, agus Oilthigh Obar Dheathain is 10 urrasan/bùird iasgaich nan com-pàirtichean. 'S iad na h-urrasan/bùird iasgaich na com-pàirtichean againn anns an àrainneachd agus 's iadsan a bhios a' stiùireadh na greise saor-thoilich agad còmhla rinn.

Tha barrachd fiosrachaidh air a' phròiseact air an làrach-lìn againn www.invasivespecies.scot

Tha am Poileasaidh Saor-thoilich againn ri fhaighinn aig www.invasivespecies.scot/about-us

An ceangal againn le saor-thoilich

Tha SISI a' tuigsinn gu bheil thu air do chuid ùine a thabhann gu saor-thoileach ach tha dleastanasan ann air gach taobh a dh'fheumar rèiteachadh gus an obraich an ceangal eadarainn gu h-èifeachdach.

Dleastanasan mar shaor-thoileach

Tha sinn a' guidhe ort mar shaor-thoileach;

- Gum bi conaltradh math eadar thu fhèin, saor-thoilich eile, oifigearan pròiseict is luchd-obrach an urrais iasgaich
- Gum bi thu earbsach agus cùramach
- Gun cuir thu romhad gun coilean thu dleastanasan obrach cho math 's a ghabhas
- Gun coilean thu dleastanasan gu sàbhailte, air do shon fhèin is do chàch
- Gun cùm thu ri poileasaidhean air diomhaireachd, co-ionannachd agus sàbhailteachd
- Gun toir thu cùram is dìon don àrainneachd nàdarra againn
- Gum faigh thu tlachd às!

Na dleastanasan againn fhèin

Mar shaor-thoileach, bidh thu an dùil ri;

- Mineachadh soilleir air na bhios tu a' dèanamh agus carson
- Trèanadh, stiùireadh, taic is uidheam freagarrach airson do chuid dhleastanasan
- Àite-obrach sàbhailte
- Inntrigeadh agus cothroman trèanaidh a bharrachd
- Luach nad chuid oidhirpean
- Do chuid oidhirpean fhaicinn an lùib obair SISI

Cò dh'fhaodas a bhith nan saor-thoileach?

Tha sinn den bheachd gum bu chòir cothrom a bhith aig a h-uile duine air obair shaor-thoileach agus cuiridh sinn fàilte air duine sam bith a tha airson pàirt a ghabhail, stèidhichte air freagarrachd an duine a rèir an dleastanais agus àite is nàdar na h-obrach.

Chan eil a dhìth ach dealas airson nàdar na h-Alba agus a thighinn an sàs san obair ghlèidhidh. Chan fheum eòlas-obrach a bhith agad - gheibh thu taic, brosnachadh is trèanadh agus bidh thu ag obair cuide ri luchd-obrach pròiseict SISI no an urrais iasgaich.

Cuiridh sinn fàilte air a h-uile duine a dh'aindeoin comais no aois. Mar as àbhaist, feumaidh saor-thoilich a bhith 18 bliadhna a dh'aois aig a' char as òige ach ma tha thu fo 18, tha sinn deònach bruidhinn riut air ciamar a b' urrainn dhuinn obrachadh còmhla ri chèile.



Taic is stiùireadh

Thèid neach-obrach a shònrachadh do gach saor-thoileach, a dhèiligeas le conaltradh, iarrtasan trèanaidh is fuasgladh dhuilgheadasan. 'S e seo an neach leis an do dh'eagraich thu an obair shaor-thoileach agus a tha sgrìobhte san litir fhàilteachaidh.

'S e an neach-conaltraidh a nì inntrigeadh sam bith agus tha barrachd fiosrachaidh anns an leabhar-làimhe seo. Ma bhios fiosrachadh sam bith eile a dhìth ort, faodaidh tu fios a chur don neach-conaltraidh agad.

Tha an iomairt SISI a' fastadh *Manaidsear Pròiseict is Oifigear Shaor-thoileach is Conaltraidh* cuideachd. 'S dòcha gum faigh thu fios bho na h-oifigearan seo agus faodaidh tu fios a chur thuca mun obair shaor-thoilich agad no ma tha ceist agad nach deach a fhreagairt fhathast. Tha fios conaltraidh ri fhaighinn aig deireadh an leabhair-làimhe seo.



An dòigh chonaltraidh againn

Bidh sinn a' cur fios thugad mar as àbhaist tron neach-conaltraidh ionadail agad (oifigear pròiseict SISI no neach-obrach an urrais iasgaich). 'S e seo an neach ris am bu chòir dhut bruidhinn an toiseach mu rud sam bith co-cheangailte ris an obair.

Gheibh thu litir-naidheachd SISI air post-d (ma thogras tu). 'S fheàrr leinn an litir-naidheachd a chur air post-d ach nam b' fheàrr leat lethbhreac air pàipear leig fios don neach-conaltraidh agad. Bidh roinn do shaor-thoilich san litir-naidheachd far am bi sinn a' taisbeanadh obair nan saor-thoileach agus nan cothroman a bhios ag èirigh – mar sin, dèan cinnteach gun comharraich thu air an làraich-lìn gu bheil thu ag iarraidh lethbhreac.

Tha sinn ag iarraidh ort gum bi thu a' conaltradh leinn is gar leantainn air na meadhanan sòisealta airson an fhiosrachaidh as ùire air SISI agus cùisean nas fharsainge. Tha sinn air [Twitter](#), [Facebook](#) agus [Instagram](#).

Dèan cinnteach gun cùm thu fios cunbhalach ris an neach-conaltraidh agad gus am bi sinn a' conaltradh le chèile gu math. Tha sinn daonnan a' sireadh naidheachdan matha le saor-thoilich a thèid anns na litrichean-d, air an làraich-lìn agus anns na brathan-naidheachd againn.

Trèanadh

Tha sinn ag iarraidh saor-thoilich uidheamachadh le sgilean is eòlas a leigeas leotha stiùireadh prataigeach air gnèithean ionnsaigheach a ghabhail os làimh. Bidh seo na bhuannachd san àm ri teachd is sinn a' dèiligeadh ri gnèithean ionnsaigheach, bidh e na dhìleab le SISI agus bidh e gad leasachadh fhèin mar shaor-thoileach. 'S urrainn dhuinn cosgaisean trèanaidh a mhaoineachadh a leigeas le duine sam bith teisteanasan a chosnadh.

'S e obair le puinnsean (PA1/6) agus ciad-chobhair a-muigh a bhios anns an trèanadh is na teisteanasan foirmeil. Thèid seo a libhrigeadh le solaraichean a-muigh agus thèid an cur air dòigh ann an àiteachan a rèir iarraidh nan saor-thoileach – bheir luchd-obrach pròiseict is an urrais iasgaich am fiosrachadh seo dhuinn agus a thuigeas feumalachdan nan saor-thoileach leis a bheil iad ag obair.

Thèid trèanadh neo-foirmeil a liubhairt le luchd-pròiseict SISI agus luchd-obrach an urrais iasgaich, agus tachraidh seo a-muigh air làithean pròiseict agus air làithean sònraichte. Bidh ionnsachadh sgilean a leithid sònrachadh ghnèithean is dòighean-sgrùdaidh làraichean na lùib.



'S urrainn dhuinn taic a chumail ri saor-thoilich a tha ag iarraidh Duais John Muir a dhèanamh còmhla rinn no mar phàirt de phrògram le buidheann eile. Mar eisimpleir, 's urrainn dhuinn do chuideachadh le foirmichean planaigh is tagraidh agus crìochnachadh obraichean iomchaidh a dhearbhadh.

Nach innis thu don neach-chonaltraidh ionadail nam bu mhiann leat trèanadh a dhèanamh.

A' riochdachadh a' phròiseict

'S dòcha gum bi thu, mar shaor-thoileach, a' riochdachadh pròiseact SISI gu neo-foirmeil don mhòr-shluagh. Bu chòir dhut ceistean a fhreagairt cho math 's as urrainn ach leig fios mura h-eil freagairt agad! Ma thèid ceist a chur ort mu chùis chonnspaideach a dh'fhàgas tu mì-chofhurtail, faodaidh tu a' cheist a chur air adhart gu neach-obrach.

Cuir ceistean le luchd-naidheachd air adhart don Oifigear Shaor-thoileach is Chonaltraidh a bhios a' dèiligeadh le cùisean mar seo airson a' phròiseict.

Ged a chuireas sinn fàilte air sanasachd air na meadhanan-sòisealta, tha sinn an dùil gum bi thu modhail is tu a' toirt iomradh air SISI. Dèan ceangal leinn air brathan air [Facebook](#), [Twitter](#) is [Instagram](#).



'S dòcha gum faigh thu fios mar shaor-thoileach air cùis a tha dìomhair. Tha e riatanach don phròiseact gun cum thu seo dìomhair.

Aithneachadh is duais

Cho math ri cothroman trèanaidh is theisteanasan, tha sinn ag iarraidh gum faigh thu tlachd às is gum faic thu an luach a tha sinn a' cur nad chuid oidhirpean às leth SISI.

Bidh sinn ag aithneachadh obair dhìcheallach nan saor-thoileach, a' toirt taing seachad agus a' sealltainn mar a bhios sinn a' cur luach air obair mhath. Nì sinn seo tro thachartasan sòisealta, a leithid BBQ no tadhalan làraich far am faigh thu cothrom a thighinn a choinneachadh ri saor-thoilich eile is luchd-taic ar cuid obrach.

Cuiridh sinn an litir-naidheachd, làrach-lìn, na meadhanan sòisealta is na naidheachdan gu feum airson obair nan saor-thoileach aithneachadh is a thaisbeanadh. Nam biodh tu deònach, b' urrainn dhut fhèin pìos goirid a sgrìobhadh air an obair shaor-thoilich no dleastanas a chòrd riut gu sònraichte.

Bidh obair shaor-thoileach na buannachd air cunntas-beatha. Bidh sinn deònach gearr-chunntas ded chuid obrach a thoirt dhut. Faodaidh tu iarraidh air an oifigear ionadail teisteanas a thoirt dhut.

Molaidhean

Cuiridh sinn fàilte air moladh sam bith mun ùine shaor-thoilich cuide ri SISI agus thèid seo a chur gu feum airson greisean saor-thoilich a thoirt am feabhas.

Cuiridh sinn ceumannan sònraichte air dòigh tron phròiseact airson molaidhean a chruinneachadh air feadh an lionraidh shaor-thoilich, tro cheisteachanan no agallamhan, agus bhitheamaid nad chomain nan gabhadh tu pàirt annta.

Tha sinn deònach gabhail ri molaidhean uair sam bith. Faodaidh tu beachdan no molaidhean a chur don oifigear ionadail no don Oifigear Shaor-thoilich is Chonaltraidh againn. Bidh sinn daonnan ag èisteachd!

Cosgaisean

Tha sinn an dòchas gun tèid agad air an làrach obrach a ruigsinn air do cheann fhèin a chionn 's nach leig maoin a' phròiseict leinn cosgaisean-siubhail nan saor-thoilich a dhìol.

Ach tha buidseatan beaga an cois cuid a phròiseactan sònraichte agus 's math dh'fhaodte gun tèid cosgaisean a phàigheadh ma bhios iad nam bacadh air com-pàirteachadh le buidhnean a tha an cruaidh-fheum air taic a bharrachd.

Fiosrachadh Laghail

Do shàbhailteachd fhèin

Tha do chuid slàinte, sàbhailteachd is sunnd air leth cudromach dhuinn. A rèir an lagha, tha a h-uile duine an urra ri an sàbhailteachd fhèin agus sàbhailteachd an co-obraichean (saor-thoilich nam measg) daonnan. Feumaidh tu stiùireadh slàinte is sàbhailteachd sam bith a leughadh agus a leantainn. Agus feumaidh tu iarraidh air stiùirichean rud sam bith a shoilleireachadh ma tha mì-chinnt sam bith ann.

Aig toiseach gach pròiseict, thèid stiùireadh soilleir a thoirt seachad air ciamar a nì thu an obair gu sàbhailte, (agus fios air uidheam, mas iomchaidh) agus fiosrachadh iomchaidh air an làraich. Ma tha thu mì-chinnteach mu rud sam bith, faighnich airson soilleireachadh – 's e an dleastanas againn gun cuidich sinn thusa a tha gar cuideachadh-ne. Tha trèanadh ciad chobhair aig a h-uile neach-obrach agus bidh uidheam ciad chobhair air an làraich.

Ma tha draghan ort mu shàbhailteachd, leig fios do luchd-obrach na làraich sa bhad. Ma dh'fhàgas seo thu mì-chofhurtail, leig fios don Oifigear Shaor-thoilich is Chonaltraidh againn. Nì sinn sgrùdadh gun dàil agus gu dicheallach agus leigidh sinn fios air na lorgas sinn agus na nì sinn a thaobh nan draghan agad.



Sgrùdaidhean cunnairt

Tha gach pròiseact agus làrach air a sgrùdadh a thaobh cunnairt mus tèid obair air adhart. Tha am planadh faiceallach seo ag adhbharachadh làrach obrach shàbhailte.

Thèid susbaint an sgrùdaidh innse dhut anns an fhiosrachadh air Slàinte is Sàbhailteachd agus air uidheam mus tòisich an obair.

Uidheam Dìonach

Tha e an urra ris a' phròiseact uidheam dìonach pearsanta a bhios riatanach a thoirt dhut. Thèid an t-uidheam a thoirt dhut fad latha no fad na greis a bhios tu còmhla rinn. Thèid trèanadh a thoirt seachad air mar a chleachdas tu e – tha e an urra riut fhèin uidheam a chleachdadh mar a chaidh sealltainn dhut.

'S dòcha gun tèid iarraidh air saor-thoilich nach eil a' cleachdadh uidheam idir no gu ceart an làrach no am pròiseact fhàgail

Aithris thachartasan

Ma tha thu an sàs ann an tubaist no suidheachadh tubaisteach fhad 's a tha ri obair shaor-thoileach (às bith dè cho beag 's a tha a' chùis), **feumaidh tu** aithris a chur an cèill aig an àm. Cuir aithrisean don oifigear ionadail a chlàraicheas e a rèir riaghailtean a' phròiseict/an urrais iasgaich.

'S math dh'fhaodte gum feum sinn sgrùdadh tubaist no aithris don Roinn Ghnìomh Slàinte is Sàbhailteachd a chur an cèill a rèir na tubaiste.

Do shlàinte

Tha e an urra riut fhèin fios a leigeil mu shuidheachadh meidigeach iomchaidh agus fios conaltraidh èiginneach a chur air an fhoirm chlàraidh agad. Bu chòir dhut fios a leigeil ma dh'atharraicheas am fiosrachadh seo.

Tha sinn a' moladh gu bheil a h-uile saor-thoileach a bhios ag obair a-muigh air banachdach tetanus fhaighinn.

Do dhleastanasan fhèin;

- Tha a h-uile duine an urra ri an sàbhailteachd fhèin agus an co-obraichean, a rèir an lagha.
- Leig fios mu dhòigh-obrach chunnartach gus nach lean iad.
- Èist ris an òraid air Slàinte is Sàbhailteachd /uidheam aig toiseach pròiseict – pàirt chudromach den latha. Cuir ceist mu phuing nach eil thu a' tuigsinn.
- Lìon am Foirm-clàraidh do Shaor-thoilich, cuir neach-conaltraidh èiginneach an cèill is innis dhuinn mu shuidheachadh meidigeach iomchaidh.
- Leig fios don stiùiriche obrach mu thubaist no suidheachadh cunnartach sam bith.

Àrachas

Tha àrachas aig gach saor-thoileach clàraichte (an dèidh foirm-clàraidh a thilleadh) leis a' bhòrd / urras iasgaich iomchaidh fo stiùir an Oifigear Phròiseict agus/no luchd-obrach an urrais iasgaich – cho fad 's a tha thu an lùib obair mar a chaidh aontachadh agus stiùireadh sam bith a chaidh a thoirt seachad.



Puingean cudromach;

Chan eil uidheam no stuth pearsanta fo àrachas.

Tha e an urra riut fhèin, ma tha thu a' cleachdadh a' charbaid agad fhèin, fios a leigeil don chompanaidh àrachais agad agus, mas iomchaidh, am poileasaidh atharrachadh gu 'cleachdadh airson gnìomhachais'.

Ma bhios tu a' gabhail obair shaor-thoileach os làimh **nach eil** fo stiùireadh Oifigear Phròiseict agus/no luchd-obrach urras iasgaich, a leithid sgrùdadh trap minc, bidh seo an urra riut fhèin agus cha bhi e fo àrachas na buidhne.

Dìomhaireachd agus dìon dàta

Tha am pròiseact SISI agus an t-urras/bòrd iasgaich iomchaidh a' cumail chlàraidhean air saor-thoilich is obair shaor-thoilich air adhbharan àrachais agus slàinte is sàbhailteachd. Tha barrachd ri leughadh mu na h-adhbharan is dòighean gleidheadh dàta againn [anns an t-Sanas Dhiomhaireachd](#).

Bu chòir dhut innse don oifigear ionadail agad ma dh'atharraicheas am fiosrachadh pearsanta no conaltraidh.



Ag obair le clann, òigridh agus inbhich sho-leònta

Feumaidh a h-uile neach-obrach no saor-thoilich a dh'fhaodadh a bhith a' gabhail uallach airson clann, òigridh (fo 18 bliadhna a dh'aois) no inbhich sho-leònta 'sgrùdadh foillseachaidh leudaichte' a choileanadh tron sgeama *Scottish Disclosure Protecting Vulnerable Groups* (PVG).

Chan fhaodar an t-uallach seo a ghabhail os làimh is chan fhaodar obrachadh le daoine òga no so-leònta mura h-eil an inbhe PVG air a dearbhadh.

Chan eil sinn an dùil gun èirich a' chùis seo ro thrì air sàillibh 's gum bi pàrantan, luchd-cùraim no luchd-obrach cuide ri clann, daoine òga is so-leònta air an làraich SISI.

Cothroman co-ionnan

Tha e fa-near do Iomairt Gnèithean Sgaoilteach na h-Alba (*Scottish Invasive Species Initiative* (SISI)) cumail ri cothroman co-ionnan don a h-uile duine, a thaobh an dà chuid luchd-obrach agus luchd saor-thoilich. Feumar dèiligeadh ri gach saor-thoilich gu cothromach a thaobh cothroman saor-thoilich, cothroman trèanaidh agus an t-seòrsa obrach a thèid tabhann.

Tha sinn ag amas air iomadachd agus cothroman co-ionnan fhilleadh an lùib ar cuid obrach gu lèir. Cha bhi sinn a' gabhail ri leth-bhreith air adhbharan gnè, cinnidh, aois, creideimh, taobhachd feise no suidheachadh eile nach eil co-cheangailte ri sònrachadh fastaidh.

Feumaidh gach neach-obrach is saor-thoilich suidheachadh co-ionnanachd SISI a thuigsinn is a leantainn.

Dè as urrainn dhut fhèin a dhèanamh?

- Cuir cuideam air nas urrainn do dhaoine a dhèanamh seach nach urrainn
- Dèan cinnteach nach eil saor-thoilich no neach-obrach eile air am fàgail às an obair
- Na gabh ri gnàth-iomhaighean de bhuidhnean dhaoine
- Èist ri is gabh suim ann am beachdan dhaoine eile

Ma dh'èireas trioblaid

Na biodh iomagain ort – bheir sinn cuideachadh dhut!

Ma bhios dragh ort mu do shàbhailteachd fhèin no pàiste no inbheach so-leònta, cuir fios do neach-obrach sa bhad, 's e sin an t-oifigear ionadail, an t-Oifigear Shaor-thoileach is Conaltraidh no am Manaidsear Pròiseict. Tha fios conaltraidh aig deireadh an leabhair-làimhe seo.

A' rèiteachadh trioblaid

Tha sinn a' tuigsinn gum bi eas-aonta is trioblaid ag èirigh bho àm gu àm, agus bu mhath leinn gun rachadh na cùisean seo a thogail cho tràth 's a ghabhas, seach a bhith a' leigeil leotha suidheachadh trom-chùiseach adhbharachadh.

Ma tha thu draghail mu rud sam bith nad obair shaor-thoileach, bu chòir dhut bruidhinn ris an oifigear ionadail agad anns a' chiad dol a-mach. Thèid do ghuth a chluinntinn agus gabhar suim ann daonnan. Mura bi rèite ann, gheibhear tuilleadh comhairle bhon Oifigear Shaor-thoileach is Chonaltraidh no a' Mhanaidsear Phròiseict.



Gearanan

Nì sinn ar dìcheall gus gearan sam bith mu no le saor-thoilich no obair a rèiteachadh gu luath, gu cothromach is gu cùramach agus ann an dìomhaireachd.

Thèid clàr sgrìobhte de ghearanan, còmhraidhean is builean a chumail gu dìomhair còmhla ri lethbhreacan de chùisean, aithrisean no clàraidhean eile. Cumaidh sinn an fhianais fad ùine a' phròiseict SISI.

Ma bhios gearan agad;

		Dè nì thu?
Ceum 1	Còmhradh ionadail	Bruidhinn ris an oifigear ionadail agus feuch agus a' chùis a rèiteachadh gu cothromach tro còmhradh. (Mas ann mu neach a tha a' chùis, cuir fios don Oifigear Shaor-thoileach is Chonaltraidh).
Mura tèid a' chùis a rèiteachadh no ma tha thu mì-thoilichte leis an rèite, faodaidh tu gearan sgrìobhte foirmeil a chur thugainn.		
Ceum 2	Gearan sgrìobhte	Sgrìobh don Oifigear Shaor-thoileach is Chonaltraidh agus/no don Oifigear Pròiseict (air post-d mas urrainn) taobh a-staigh dà sheachdain bhon a thogadh an gearan.
Thèid a' chùis a sgrùdadh agus a thoirt gu rèite. Thèid fios a chur thugad mun cho-dhùnadh agus air ceumannan a thèid a chur an sàs.		
Ceum 3	Cothrom ath-thagraidh	Ma bhios tu airson ath-thagraidh a dhèanamh an aghaidh a' cho-dhùnaidh, faodaidh tu a thogail le prìomh chom-pàirtiche a' phròiseict SISI, Dualchas Nàdair na h-Alba, taobh a-staigh dà sheachdain an dèidh fios fhaighinn mun cho-dhùnadh. 'S e seo an co-dhùnadh deireannach.

Ma thèid cùis gearain a thogail mud dheidhinn, mar shaor-thoileach:

Seòrsa gearain	Gnìomh	Na thachras
Cùisean beaga	Coinneamh ionadail	- Ma thèid gearan beag a thogail nad aghaidh, bruidhnidh an t-oifigear ionadail riut mu dheidhinn. 'S e seo cothrom airson èisteachd ris a' ghearan agus do thaobh-sa dheth a chur an cèill. - Bithear ag amas air fuasgladh a lorg agus gnìomh iomchaidh a chur an sàs. - Faodaidh an t-Oifigear Shaor-thoileach is Conaltraidh a bhith an sàs agus dh'fhaodadh tu fhèin neach a thaghadh a chumas taic riut.
Mura tèid a rèiteachadh tro chòmhradh, faodar rabhadh sgrìobhte a thoirt dhut a thaobh do chuid giùlain agus/no thèid a' chùis a chur air adhart don Oifigear Shaor-thoilich is Conaltraidh agus/no don Oifigear Phròiseict a nì sgrùdadh nas fhoirmeile.		
Cùisean a shìor-leanas, gun rèite no trom-chùiseach	Sgrùdadh foirmeil	'S e an t-Oifigear Shaor-thoileach is Conaltraidh agus/no am Manaidsear Pròiseict a nì barrachd sgrùdaidh air a' chùis. 'S urrainnear agallamhan a chur an sàs le daoine co-cheangailte ris a' chùis. - Gheibh thu cothrom coinneachadh riutha agus do chùis-sa a chur an cèill – faodaidh tu neach a thaghadh a chumas taic riut. - An dèidh beachdachadh air an fhianais, gheibh thu fios sgrìobhte air co-dhùnaidhean na cùise.
A rèir susbaint na cùis gearain, 's dòcha gun lean do chuid obrach saor-thoilich le pròiseact SISI ach le riaghailtean no taic, no 's math dh'fhaodte gun tèid iarraidh ort am pròiseact fhàgail mura bi rèite ann.		
	Còir ath-thagraidh	Bidh còir ath-thagraidh agad an aghaidh co-dhùnadh an sgrùdaidh foirmeil agus faodaidh tu sin a chur gu prìomh chom-pàirtiche a' phròiseict SISI, Dualchas Nàdair na h-Alba, taobh a-staigh dà sheachdain an dèidh fios fhaighinn air co-dhùnadh an sgrùdaidh foirmeil. 'S ann leothasan a bhios an co-dhùnadh deireannach.



Gad chur far a' phròiseict

Thèid duine sam bith a bhios ri droch ghiùlan a leithid fòirneart, goid, fo bhuaidh deoch làidir no dhrogaichean, neo-ghèilleadh ri plana sàbhailteachd, burraidheachd is eile, a chur às a' phròiseact sa bhad.

Tha còir againn a leithid a chùisean aithris do dh'ùghdarrasan iomchaidh a leithid Poileas Alba.

Fios conaltraidh

Manaidsear Pròiseict – Callum Sinclair

Callum.Sinclair@nature.scot 01671 404705 07880 601951

Oifigear Shaor-thoileach is Conaltraidh – Vicky Hilton

vickyhilton@fnlft.onmicrosoft.com 01309 611220 07340 373211

Agus anns an dealachadh...mòran taing

Fiù 's mura h-eil an t-oifigear ionadail air taing a thoirt dhut airson gach gnìomh a nì thu leinn (ged a bu chòir dhaibh, agus tha sinn cinnteach gun toir!), cuimhnich gu bheil SISI an taing dhut airson do chuid ùidh, dealais is ùine – às bith cuin a bhios no càit am bi thu còmhla rinn.

Tha soirbheachas SISI stèidhichte air a' chom-pàirteachas againn leatsa is leis na saor-thoilich eile, agus bidh ar cuid obrach còmhla ri chèile air gnèithean ionnsaigheach thar ceann a tuath na h-Alba a' gleidheadh is a' dìon fiadh-bheatha dùthchasach na dùthcha anns an àm ri teachd.

Tha sinn gu mòr an comain do chuid dealais

- **Mòran taing!**

Sgioba SISI



Stiùireadh sàbhailteachd do shaor-thoilich an sàs ann an obair a-muigh

Tha an stiùireadh seo ann airson do chuideachadh le do shàbhailteachd fhèin fhad 's tha thu ri obair gleidhidh a-muigh le sgioba pròiseict SISI. B' fhiach e a' chomhairle seo a chumail nad chuimhne nuair a bhios tu ag obair air a' bhlàr a-muigh.

Tha cunnartan an lùib a h-uile gnìomh nar beatha làitheil – ach 's dòcha nach eil an gnìomh fhèin cunnartach. Tha am fiosrachadh seo a' mìneachadh chunnartan co-cheangailte ri obair a-muigh agus ciamar a dh'fhanas tu sàbhailte.

Bidh a h-uile gnìomh a nì thu le sgioba SISI air a sgrùdadh a thaobh cunnairt le neach iomchaidh agus bidh ceumannan an sàs airson cunnartan a lùghdachadh, mar as iomchaidh. Tha trèanadh ciad chobhair aig a h-uile neach-obrach agus bidh uidheam ciad chobhair air an làraich.

Ag aithris thubaistean

Feumaidh tu fios a leigeil mu thubaist no leòn, às bith cho beag, a thachras nuair a bhios tu còmhla rinn.

Cuir fios an cèill don oifigear os cionn na h-obrach cho luath 's a ghabhas.

Mus tèid thu a-mach

'S e droch latha a bhios ann ma bhios tu fuar, acrach is na meanbh-chuileagan gad shàrachadh, mar sin, gabh mionaid is smaoinich air dè tha a dhìth gus am bi latha tlachdmhor agad air a' bhlàr a-muigh!



Aodach. Dèan cinnteach gu bheil aodach freagarrach airson na h-obrach is na h-aimsir ort. Seann phiullagan. Thoir leat aodach dìonach*/ad-grèine mar as iomchaidh (no an dà chuid leis gur ann an Alba a tha sinn). Bòtannan làidir no bòtannan Wellington*/waders.

**'S dòcha gun urrainn dhuinn seo a thoirt dhut air iasad mura h-eil feadhainn agad fhèin.*



Biadh is deoch. Thoir leat biadh is deoch gu leòr airson an latha agus a rèir na h-aimsir. Cuir botal uisge a bharrachd ann air latha teth, no deoch theth air latha geamhraidh. Agus cuimhnich do lòn!



Meidigeach. Còmhdaich lotan le plastaran dìonach is thoir leat cungaidh-leighis sam bith a leithid inhaler. Cuir ort uachdar-grèine is ungadh bhiastagan is thoir leat e airson a' chòrr den latha. 'S dòcha gum b' fheàrr leat an siabann làimhe agad fhèin cuideachd.



Gartain. 'S e biastagan meanbh a th' ann an gartain a bheireas air do chraiceann, agus ged nach eil sin fhèin na thrioblaid, tha cunnart ann gum bi an gartan a' giùlan an galar Lyme a bheirear dhut tro bhìdeadh a' ghartain. Bidh an galar Lyme ag adhbharachadh nàdar de chnatan mòr agus breacadh air a chraiceann. Airson an cunnart a lùghdachadh, cuir ungadh biastaig ort agus cùm do chraiceann còmhdaichte. Ma thèid do bhìdeadh, thoir an gartan às le dubhan gartain no greimiche.

Air a' bhlàr a-muigh

Gabh spòrs! Tha sinn ag iarraidh gum bi latha sgoinneil agad còmhla rinn agus gum bi thu sàbhailte. Ma tha ceist agad no draghan ort, leig fios no faighnich an urrainn dhuinn an soilleireachadh.



Cùm d' aire air an àrainneachd anns a bheil thu. 'S dòcha gum bi thu ag obair air talamh garbh no bruach aibhne chas no faisg air uisge. Bidh faiceallach is tu a' coiseachd tron làraich.



Thoir an aire ro lusan (an tòdharan-mòr, deanntagan is eile) is beathaichean/biastagan cunnartach (speachan, seilleanan, nathraichean is eile). Seachain sprèidh agus feuch gun a bhith a' coiseachd tarsainn phàircean far a bheil crodh. Agus cuimhnich gur dòcha gu bheil daoine eile faisg air an làraich obrach agad.



Cosg an t-Aodach Dìonach. Cuir ort an t-aodach dìonach a gheibh thu – miotagan, speuclairean dìonach, aodach hi-vis is eile.



Glèidh do bhodhaig. Chan eil a h-uile duine cleachdte ri obair chruaidh a-muigh. Dèan cinnteach gun gabh thu fois gu cunbhalach, gun gabh thu deoch mar bu chòir, agus ma bhios tu a' crùbadh no a' togail, gu bheil dòighean togail math agad.



Glainnead. 'S e glainnead an dìon as fheàrr ron a' mhòr-chuid de ghalaran; dèan cinnteach gu bheil còmhach air lotan agus gun nigh thu do làmhnan mus ith thu. Bidh stuth nighe ri fhaighinn bhon luchd-obrach.

Thoir an aire air na galaran seo (ach na gabh cus dragh mun deidhinn!);



An Galar Weil (Leptosporosis) 's e galar bacteridheach a th' ann air a ghiùlan le radain is crodh. Bidh daoine ga ghilacadh tro mhuin radan is cruaidh, mar as àbhaist ann am bùrn truailte.



Galaran san ùir. m.e. Tetanus agus Toxoplasmosis. Dèan cinnteach gu bheil banachdach tetanus làithreach agad.

Puinnean. 'S dòcha gum bi saor-thoilich a' cleachdadh puinnean an-dràsta 's a-rithist fo stiùir luchd-obrach uidheamaichte.



'S e *Glyphosate* (no "*RoundUp*") am puinnean a bhios sinn a' cur gu feum gu tric air lusan sgaoilteach. Bidh an t-aodach is uidheam dìonach a bheir sinn dhut gad dhìon ro *Glyphosate*. Lean an stiùireadh gu faiceallach fhad 's a tha thu a' cosg is a' toirt dhìot d' aodach dìonach.

Ma bheanas tu ri *Glyphosate*, thoir dhìot aodach, seudan, uaireadair sam bith air a bheil e, nigh an craiceann, steall uisge air do shùilean.



Ma thèid a dhòrtadh, gu h-àraid am puinnean slàn, leig fios do stiùiriche an sgioba.

Aig deireadh an latha

Tha sinn an dòchas gum bi thu sàsaichte an dèidh obair mhath a dhèanamh agus gum bi thu air do bhrosnachadh an dèidh a bhith air a' bhlàr a-muigh, ach tha rud no dhà ann a dh'fheumas tu a dhèanamh mus falbh thu.

Bith-thèarainteachd. Tha bith-thèarainteachd ceangailte ri lùghdachadh sgaoileadh ghnèithean is ghalaran sgaoilteach air an tuath. Lean an dòigh-obrach bith-thèarainteachd uair sam bith a bhios tu a-muigh air an tuath;



SÙIL – Mus fàg thu làrach, thoir sùil air caisbheart is uidheam feuch nach eil ùir, fuigheall lusach, beathaich, biastagan ann. Cùm uidheam bith-iomadach umad (bioran-ladhair, bruis is uisge).



SGUAB – Nigh agus sguab caisbheart, aodach is uidheam le stuth glanaidh iomchaidh, air an làraich, far am bu chòir dhut an t-uisge glanaidh fhàgail mas urrainn.



TIORAM – Tiormaich uidheam is caisbheart gu ceart – tha cuid a ghnèithean beò fad iomadh latha ann an suidheachadh tais.



Nighe. Ma tha thu air a bhith a' cleachdadh puinnean no faisg air tòdharan-mòr, mholamaid gun nigheadh tu thu fhèin is do chuid aodaich air eagail 's gu bheil sìon, às bith cho beag, air fhàgail orra.



Sùil Eile. An dèidh latha air a' bhlàr a-muigh, bu chòir dhut sùil a thoirt ort feuch a bheil gartain ort no lotan a dh'fheumas tu glanadh.