

### **«Как не заблудиться в лесу»**

Собираясь в лес, основательно подготовьтесь. Обязательно возьмите с собой спички, нож, компас, мобильный телефон, воду.

Проинформируйте единую дежурно-диспетчерскую службу вашего района о том, что вы собираетесь посетить лес. Для этого позвоните по телефону «112» и сообщите необходимую информацию диспетчеру, а главное о месте куда вы собираетесь пойти. Попросите специалиста о том, чтобы он вас проинструктировал о том, что нужно взять с собой, как вести себя в лесу, что делать, если вы заблудились. Это намного облегчит и ускорит работу специалистов, если вы потеряетесь.

Одевайтесь ярко - в камуфляже вас могут не найти и с трех метров, предпочтительнее рыжие, красные, желтые, белые куртки, хорошо наклеить светоотражающие полоски или рисунки.

Не в сумке, а в кармане всегда имейте нож, спички в сухой коробочке и часы - они помогут и не паниковать, и ориентироваться, как по компасу.

Предупредите родных, куда идете.

Лучше всего не ходить в лес одному, а взять с собой человека, который хорошо ориентируется на данной местности.

Придя в лес, не стоит углубляться в чащу, ходите по краю и придерживайтесь каких-либо ориентиров (дорога, железнодорожные пути, линия электропроводов, газопровод и т. п.), старайтесь не сходить с тропы.

Прежде чем войти в лес посмотрите по компасу, с какой стороны вы заходите, чтобы в случае потери ориентира выйти хотя бы в ту же сторону, с какой зашли.

Если у вас есть проблемы со здоровьем, обязательно возьмите с собой необходимые лекарственные средства.

### **Если вы заблудились.**

Если вы все-таки потерялись, прежде всего, успокойтесь, не поддавайтесь панике. Постарайтесь прислушаться, не слышно ли голосов людей, звука машин.

Не паникуйте, остановитесь и подумайте - откуда пришли, не слышно ли криков, шума машин, лая собак. Выйти к людям помогают различные звуки: работающий трактор (слышно за 3-4 километра), собачий лай (2-3 километра), проходящий поезд (до 10 километров). Трубы на крышах можно увидеть за 3 километра, заводские трубы — за 6 километров, колокольни и башни — за 15 километров. При отсутствии подходящих ориентиров лучше всего «выходить на воду» и двигаться вниз по течению. Ручей обязательно выведет к реке, река - к людям.

Если вы точно знаете, что вас будут искать, оставайтесь на месте, разведите костер и ждите. Можете время от времени подавать звуковые сигналы: голосом или стучите палкой по дереву.

Собираясь ночевать, сделайте постель из лапника, костер желательно поддерживать всю ночь - для этого киньте туда пару толстых веток.

Сделайте себя видимым. Прежде всего, необходимо найти открытое место, лучше на возвышении, соорудить на ближайшей же полянке три высоких (метра три) креста из еловых сучьев. Если есть спички, можно разжечь три костра, или палкой проделать в земле три глубокие бороздки, или сложить три каменные кучки вблизи тропы, поскольку спасатели, как правило, идут по ней. Одним словом, устанавли-

вать такие знаки, каких в обычной природе не существует, и, которые могут быть видны с вертолета. Можно, к примеру, повесить на елку украшения из мусора (бутылки, банки, пакетики от чипсов и т.п.).

Если же вы решили попытаться выйти самостоятельно, выберите себе ориентир, проведите визуально прямую линию и идите по ней. Продолжайте двигаться, таким образом, выбирая себе новый ориентир по той же прямой линии, через каждые 100-150 м.

Старайтесь не петлять, ориентируйтесь по солнцу, хорошо, если удалось выйти на линию электропередач, железную дорогу, газопровод, реку - идя вдоль этих объектов, всегда выйдете к людям, пусть и не там, где предполагали.

При необходимости движения можно ориентироваться по сторонам света даже без компаса. Так, кора березы и сосны на северной стороне темнее, чем на южной, а стволы деревьев, камни, выступы скал гуще покрыты мхом и лишайниками. Смоляные капли на стволах хвойных деревьев выделяются с северной стороны менее обильно, чем с южной. Все эти признаки бывают отчетливо выражены у отдельно стоящего дерева на поляне или опушке.

При нахождении в лесном массиве и прилегающих территориях не забывайте о правилах пожарной безопасности.

### **Водообеспечение.**

1. Отсутствие воды в течение суток отрицательно сказывается на моральном состоянии человека, снижает его боеспособность, волевые качества, вызывает быструю утомляемость. При ограниченных запасах воды, организм теряет с потом много жидкости и обезвоживается, очень важно снизить потоотделение. Этого можно достигнуть, защитив себя от прямой солнечной радиации с помощью простейшего солнцезащитного тента, ограничив физическую нагрузку в жаркое время суток, увлажняя одежду и т.д.

2. Дождевая вода. Чтобы собрать дождевую воду выкопайте ямку и выложите ее большими листьями, чтобы собранная вода не впиталась в землю.

3. Роса. Когда идет дождь, обвяжите тканью дерево. Вода, стекающая вдоль ствола, будет задерживаться, и капать в емкость, поставленную внизу.

4. Вода из природных источников. Перед употреблением воды из реки, ручья и т.д. ее необходимо (по возможности) вскипятить.

5. Все растения постоянно испаряют хотя бы небольшое количество воды, ее можно уловить с помощью обыкновенного мешочка из полиэтилена. Мешочек надевается на куст, ветку дерева и завязывается у основания. Вода, испаряемая растением, оседает в виде капель на внутренней поверхности полиэтилена, которые скапливаются в нижней части пакета. За час в зависимости от величины растения можно собрать до 50-80 мл воды. Важно, что этот способ практически не требует никаких физических усилий.

### **Всегда имейте при себе номера телефонов спасательных служб:**

1) 112 (звонок бесплатный) – единая служба спасения (диспетчер Единой дежурно-диспетчерской службы вашего района);

2) 8-4832-74-05-05 диспетчер Единой дежурно-диспетчерской службы ФКУ «ЦУКС ГУ МЧС России по Брянской области».

3) 8-4832-599-000 единый телефон доверия Главного управления МЧС России по Брянской области.