Памятка по подготовке к лесной прогулке и правилам поведения на случай потери ориентира в лесу

До похода в лес:

1. Чтобы избежать неприятностей и не заставлять волноваться родных и близких, сообщите, куда направляетесь и время возвращения.
2. Перед походом в лес рекомендуется пополнить баланс сотового телефона и проверить заряд батареи.
3. Не заходите вглубь незнакомой местности, если решили идти, оставляйте на пути движения ориентиры, по которым можно вернуться к знакомому месту.
4. Возьмите с собой фонарик, заряженный сотовый телефон, спички, нож, запас воды и продуктов. Тем, кто пользуется лекарствами, нужно иметь при себе медикаменты.
5. Одевайтесь по погоде, преимущественно в одежду ярких расцветок. Лучше рыжие, красные, желтые, белые куртки, наклейте светоотражающие полоски или рисунки. Отдайте предпочтение брюкам и куртке из плотной ткани, резиновым сапогам или крепким ботинкам. Возьмите с собой полиэтиленовую пленку для накидки или навеса от дождя.
6. Старайтесь запоминать по пути как можно больше предметов — необычные деревья, овраги, камни и т.д. Тогда будет намного проще возвращаться назад к исходной позиции.

Если заблудились в лесу:

1. Не паникуйте, остановитесь и подумайте — откуда пришли, не слышно ли криков, шума машин, лая собак.
2. Влезьте на высокое дерево, если уверены в своих силах, и осмотритесь. С высоты можно увидеть важные ориентиры: реки, дорогу, поселок, что-то отличающее эту местность.
3. Оставайтесь на месте!
4. В лесу главное — не терять самообладания и помнить следующее:
   - ночь необходима для восстановления сил (обустройте ночлег и, по возможности, костер);
   - не ходить по звериным тропам, т.к. они могут привести к встрече с животными, контакт с которыми опасен;
   - не выходить на болотистые участки леса, особенно покрытые ряской;
   - не употреблять незнакомые ягоды и грибы.
5. При наличии телефона и сигнала, звоните в службу спасения по телефонам «101» и «112». Постарайтесь подробно описать маршрут, по которому шли. Обязательно назовите: где вошли в лес, что проходили (озера, болота, траншеи и другие приметные ориентиры) и какие ориентиры видите сейчас.