При походе в лес соблюдайте следующие правила безопасности:

1. Не отпускайте в лес пожилых родственников и детей одних.

2. Перед выходом в лес предупредите родных, куда идете, обозначьте место и район сбора грибов или ягод. Назначьте «контрольное время» возвращения.

3. Берите с собой средства связи. Пополните баланс сотового телефона, а также проверьте заряд его батареи. Помните, что мобильный телефон иногда — единственная возможность найти потерявшегося.

4. Также необходимо взять с собой спички, нож, карту местности, компас, небольшой запас продуктов, фляжку с водой.

5. Спички лучше брать «охотничьи» — они горят в любую погоду, даже при небольшом дожде. Коробок запаяйте в полиэтиленовый пакет (лучше два-три).

6. Нож для человека, идущего в лес, — обязательный предмет. По возможности оснастите нож шнуром, за который его можно привязать, тогда точно не потеряете.

7. Чем подробнее карта, тем лучше. Вообще карта нужна для того, чтобы вы представляли, какие крупные объекты находятся поблизости.

8. Из продуктов лучше всего взять плитку шоколада и пачку печенья. Эти продукты содержат много калорий.

9. Рекомендуется иметь при себе и часы. Кстати, мало кто знает, что часы могут заменить в лесу компас. Расстояние между цифрой 12 и часовой стрелкой, направленной на солнце, нужно разделить пополам. Если через эту точку и центр циферблата мысленно провести прямую, то ее конец, нацеленный в сторону солнца, будет показывать направление на юг.

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

11. Поход в лес - это сильные физические нагрузки, которые непривычны для городских жителей. Поэтому учитывайте, что в лесу может стать плохо. Если у вас есть еще какие-то хронические заболевания, то они могут обостриться, поэтому без необходимых медикаментов в лес идти нельзя.

Советы по ориентированию в лесу:

1. Чтобы не попасть впросак, нужно понимать, что способы ориентирования по приметам — «по мху», «по муравейнику» — не являются полностью надежными. Лес — слишком сложная структура, чтобы эти приметы четко работали.

2. Старайтесь не уходить от знакомого маршрута, не «срезайте угол» по незнакомой местности.

3. Если светит солнце, заблудиться практически невозможно. А вот когда небо закрыто плотными тучами, тогда сориентироваться сложно. Не ориентируйтесь по светлым пятнам в облаках — якобы «солнце там». Там просто облака тоньше. Если стоит пасмурная ветреная погода, перед входом в лес запомните направление движения облаков.

4. Оставляйте по дороге «зарубки». Делайте их на определенной стороне дерева, например, справа от вас, и на определенной высоте.

Что делать, если вы заблудились:

1. Главная опасность, с которой сталкивается заблудившийся человек, — это страх. От него не спасаются даже самые стойкие люди. Если вы заблудились, следует немедленно остановиться и попытаться успокоиться. Затем нужно вспомнить последнюю примету на пути и постараться проследить к ней дорогу.

2. При отсутствии знакомых ориентиров, выходите «на воду» — вниз по течению. Ручей выведет к реке, река — к людям. Если ориентиров нет, нужно постараться влезть на самое высокое дерево — взгляд с высоты помогает и не в таких проблемах.

3. Если вы точно знаете, что вас будут искать - оставайтесь на месте, разведите костер, пойте песни - по дыму и голосу найти человека легко. 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 пяткой проделать в земле три глубокие бороздки, или сложить три ориентира из камней вблизи тропы, поскольку поисковые группы, как правило, идут по ней. Одним словом, устанавливать 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 потерялся ваш родственник – сразу же обращайтесь в спасательные службы по телефонам 01 или 112 с сотового. Нередко самостоятельные поиски приводят только к затаптыванию следов, по которым можно было отыскать человека.