

## Заблудился в лесу (потерялся)

Не паникуйте! Остановитесь и подумайте - откуда пришли, не слышно ли криков, шума машин, лая собак. Выйти к людям помогают различные звуки: работающий трактор, собачий лай.

Если есть возможность – влезьте на высокое дерево и осмотритесь. Что отличает местность, где вы находитесь (реки, просеки, горы, деревни и т.д.)? Может быть, с высоты вы их увидите.

Если точно знаете, что вас будут искать - оставайтесь на месте, разведите костер - по дыму найти человека легко.

Если ищете дорогу сами - старайтесь не петлять, ориентируйтесь по солнцу. Хорошо, если удалось выйти на линию электропередач, газопровод, реку - идя вдоль этих объектов, всегда выйдете к людям, пусть и не там, где предполагали.

Подавать звуковые сигналы можно ударами палки о деревья, звук от них далеко расходится по лесу.

Если вы нашли в лесу тропинку, определите сначала - не звериная ли. А то есть шанс выйти к водою вместе с семейством лосей. Если ветки то и дело бьют вам в лицо и грудь, это значит, что дорожка протоптана зверями, немедленно сойдите с нее.

Оставляйте по дороге «зарубки»: надломленная ветка, стрела, выложенная из камней, привязанный к кусту кусок ткани могут сослужить службу и вам, и тем, кто захочет вам помочь.

Если все же ночь застала вас в лесу, подберите подходящее для ночлега место. Двигаться в темное время не рекомендуется, можно получить травму, оступившись или провалившись в воду. Место для ночлега выбирается высокое и сухое, желательно у большого дерева. Заготовьте хворост для костра, сделайте подстилку из лапника. Расположитесь лучше всего спиной к дереву, перед собой разжечь костер и поддерживать его всю ночь. Кстати, о борьбе с холодом. Лист газеты, засунутый под одежду, уменьшит теплоотдачу вдвое. Такой же эффект дает и листва, набитая под одежду.

Теперь о пище. Обычно человек может обходиться без еды две недели. Люди, живущие в городе, плохо разбираются, что в лесу съедобно, а что нет. Поэтому самое главное – не рисковать, и если нет продуктов, лучше поголодать. Неприятные ощущения – тошнота, головная боль пройдут на вторые сутки. По возможности пейте воду и двигайтесь к цели.

Сотовый телефон уже не раз помогал установить место нахождения заблудившихся грибников. Спасателям можно позвонить с мобильного без сим-карты и даже если вы находитесь на территории «чужого оператора» сотовой связи. Для этого необходимо набрать номер 112 и попытаться объяснить своё местонахождение.