

## Единый номер экстренных вызовов 112

Старший оперативный дежурный  
ФКУ «Центр управления в  
кризисных ситуациях Главного  
управления МЧС России по Ханты-  
Мансийскому автономному округу -  
Югре»: 8 (3467) 39-78-06

Самое трудное — пережить первую ночь в лесу. Интересно, что дети переносят это испытание легче взрослых. Их физическая усталость оказывается настолько сильной, что они крепко засыпают. Кроме того, чем взрослее человек, тем сильнее у него развит инстинкт самосохранения. Взрослого человека будет настораживать любой звук и шорох. И его бесполезно убеждать в том, что дикие звери сами боятся человека и никогда не нападут первыми. Тем не менее, для большего спокойствия, если человек в лесу оказался не один, то лучше спать попеременно.

Что касается еды, то при разумном подходе с ней в лесу проблем также не должно возникнуть. Главное — есть только то, что точно знаешь. Ягодой прокормиться в лесу можно, но особенно надеяться на нее не следует. Все ягоды малокалорийны, а кроме того, в большом количестве желудок их не «примет». Самая сытная еда в лесу — грибы. Лучше всего мелко крошить и отварить в двух водах. Также в лесу можно питаться корой деревьев и даже корнем лопуха. По вкусовым качествам он может заменить картошку, в нем очень много вит. В.

## Советы родителям:

1. Научите ребенка пользоваться сотовым телефоном и объясните, как и куда нужно звонить, если заблудился.
2. Одевайте ребенка в яркую одежду, тогда его будет лучше видно. Пришейте светоотражатели на рукава одежды и на брюки — это увеличивает шансы быть замеченным в темноте.
3. Убедите ребенка, что взрослые будут всегда искать его до тех пор, пока не найдут. Очень важно, чтобы заблудившийся ребенок был в этом уверен.
4. Обнаружив заблудившегося ребенка, встречайте его с радостью.
5. Объясните детям, что они не должны бояться диких зверей, находясь на природе.
6. Проследите, чтобы у вашего ребенка всегда был с собой свисток, когда он отправляется в лес. Соблюдение этих несложных рекомендаций поможет вам, совершая прогулку в лес не попасть в экстремальную ситуацию. Приятного отдыха!



Телефон доверия Главного управления  
МЧС России по Ханты-Мансийскому  
автономному округу - Югре»: 8 (3467) 39-77-40



## Памятка «О правилах поведения заблудившегося человека в лесу»

Главное управление МЧС России по  
Ханты-Мансийскому автономному  
округу - Югре

2016  
г. Ханты-Мансийск

## Как подготовиться к выходу в лес? Как вести себя, чтобы не заблудиться?

1. Для того чтобы избежать неприятностей и не заставлять волноваться родных и близких, необходимо, собравшись в лес, обсудить с ними маршрут и время возвращения.
2. Перед походом в лес надеть на шею свисток и пополнить баланс сотового телефона, а также проверить заряд батареи.
3. Возьмите с собой компас, спички, нож, небольшой запас воды и продуктов. Тем, кто постоянно пользуется лекарствами, а это, прежде всего, касается пожилых людей, нужно иметь при себе медикаменты.
4. Одевайтесь ярко, в камуфляже вас могут не найти и с трех метров. Лучше всего рыжие, красные, желтые, белые куртки, хорошо наклеить на них светоотражающие полоски или рисунки.
5. Прежде чем войти в лес, запомните, в какой стороне дорога, река, солнце. Во время движения по лесу время от времени примечайте ориентиры: булыжники, деревья необычных форм, вывороченный пенек, ручьи, ямы — в общем, все, что в случае беды окажет вам добрую услугу.



## Если вы все-таки заблудились

1. 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, шум автомобильной и железной дороги.
2. Если есть возможность — влезьте на высокое дерево и осмотритесь. Что отличает местность, где вы находитесь (реки, просеки, деревни и т.д.)? Может быть, с высоты вы их увидите.
3. Если точно знаете, что вас будут искать, оставайтесь на месте, разведите костер — по дыму найти человека легко.
4. Если ищете дорогу сами, старайтесь не петлять, ориентируйтесь по солнцу. Хорошо, если удалось выйти на линию электропередач, лесную дорогу, газопровод, реку — идя вдоль этих объектов, всегда выйдете к людям, пусть и не там, где предполагали.
5. Подавать звуковые сигналы можно ударами палки о деревья, звук от них далеко расходитя по лесу.
6. В ясную солнечную погоду определить стороны горизонта можно по солнцу. Около 7 часов утра солнце бывает на востоке, в 13 часов — на юге, около 19 часов — на западе. В ночное время суток правильный путь подскажет положение Полярной звезды — самая яркая, она всегда

находится на севере.

При наступлении темноты необходимо прекратить движение, так как двигаясь в темное время можно получить травму.

7. Если вы нашли в лесу тропинку, определите сначала, не звериная ли. А то есть шанс выйти к водопою 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, встречаться с лесными обитателями опасно.

8. Оставляйте следы пребывания: ленту на ветке, фантики от конфет, привязанный к кусту кусок ткани, «зарубки»: надломленная ветка, стрела, выложенная из камней.

9. Если все же ночь застала вас в лесу, подберите подходящее для ночлега место. Место для ночлега выбирается высокое и сухое, желательно у большого дерева. Заготовьте хворост для костра, сделайте подстилку из растений и веток. Расположитесь лучше всего спиной к дереву, перед собой разжечь костер и поддерживать его всю ночь.

10. Сотовый телефон помогает установить место нахождения заблудившихся. Спасателям можно позвонить с мобильного без сим-карты и даже если вы находитесь на территории «чужого оператора» сотовой связи.

