

## Памятка для безопасного поведения в лесу

### 1. Подготовка к походу

Перед тем как отправиться в лес:

- **Сообщите близким:** расскажите друзьям или родственникам, куда вы идете и когда планируете вернуться.
- **Одежда и обувь:** наденьте удобную одежду, которая закрывает руки и ноги, чтобы защитить себя от укусов насекомых и царапин. Обувь должна быть закрытой и прочной.
- **Запас воды и еды:** возьмите с собой достаточное количество питьевой воды и легкой пищи (например, бутерброды, фрукты).
- **Средства связи:** обязательно возьмите заряженный мобильный телефон и фонарик. Если есть возможность, захватите компас и карту местности.

### 2. Правила поведения в лесу

- **Двигайтесь группой:** старайтесь не отходить далеко друг от друга и не теряться из виду.
- **Следуйте тропам:** лучше всего ходить по протоптанным тропам, так легче ориентироваться и избежать встречи с опасными животными.
- **Не собирайте незнакомые грибы и ягоды:** некоторые виды могут быть ядовитыми.
- **Осторожность у водоемов:** будьте аккуратны возле рек, озер и болот. Не заходите глубоко в воду без проверки дна.
- **Пожарная безопасность:** никогда не разводите костры в сухую погоду и вблизи деревьев. После использования костра убедитесь, что он полностью потушен.

### 3. Что делать, если заблудился?

- **Оставайтесь спокойными:** паника может усугубить ситуацию. Постарайтесь успокоиться и сосредоточиться.
- **Определитесь с направлением:** если у вас есть компас, ориентируйтесь по нему. В противном случае попробуйте найти знакомые ориентиры (реки, дороги, линии электропередач).
- **Используйте громкие звуки:** кричите или стучите палкой по дереву, чтобы привлечь внимание других людей.

- **Найдите укрытие:** если ночь застала вас в лесу, найдите сухое место под деревьями и постарайтесь согреться.

#### 4. Первая помощь

- **Укусы насекомых:** промойте место укуса водой и приложите холодный компресс, чтобы уменьшить отек.
- **Раны и порезы:** обработайте рану антисептиком и наложите повязку.
- **Переломы и вывихи:** зафиксируйте поврежденную конечность шиной или подручными средствами до получения медицинской помощи.

#### 5. Как вести себя при встрече с дикими животными

- **Не приближайтесь:** держитесь подальше от диких животных, особенно крупных хищников.
- **Не провоцируйте:** избегайте резких движений и криков, которые могут напугать животное.
- **Защищайтесь:** если нападение неизбежно, используйте любые доступные предметы для защиты (палки, камни).

Соблюдение этих простых правил поможет вам безопасно провести время в лесу и избежать неприятных ситуаций.