**Что делать если заблудился в лесу, памятка для детей и взрослых**

Первое, что нужно сделать, заблудившись в лесу — успокоиться и сосредоточиться. Это поможет сконцентрировать внимание на звуках, вспомнить детали, которые встречались на пути, когда вы только зашли в лес. Может быть, вокруг вас есть ориентиры, с помощью которых можно найти выход. Сразу же воспользуйтесь мобильным телефоном, дозвонитесь родственникам, друзьям в службу спасения. В общем, чем больше людей будет знать, что вы попали в беду, тем лучше. Делая звонки, старайтесь как можно четче и быстрее объяснить, где вас искать, не тратя драгоценный заряд аккумулятора. После этого у вас есть два выхода: находиться на месте и ждать подмоги или искать выход самостоятельно.

Во втором варианте соблюдайте определенные инструкции:

- старайтесь идти небольшими шагами, чтобы не ходить по кругу. Связано это с тем, что у человека правая нога немного длиннее и отступает в сторону. Шагая своим привычным способом, есть риск через время вернуться на точку, с которой начали;

- ищите водоем. Очень часто люди строят жилища вблизи водоемов. Помогут в поиске мох и лишайник. Они растут с влажной стороны. Идите вниз по течению и, если повезет, оно выведет вас к людям;

- не заходите глубоко в чащу. Если видите, что лес густеет, возвращайтесь обратно, иначе вас будет труднее найти;

- уже скоро сумерки, а вас до сих пор не нашли. Придется ночевать в лесу. Для этого найдите безветренное место, соберите хворост и разведите костер. Если получится, можно соорудить укрытие из веток, главное сделать это до наступления темноты.

**Что делать если заблудился в лесу ребенок?**

 Очень важно объяснить ему правила поведения на природе еще до похода. Оденьте его в яркую одежду, идеально, если на ней будут светоотражающие элементы. У ребенка должен быть полностью заряженный телефон с номерами родителей, родственников и спасательных служб. Потерянный малыш должен быть уверен, что его обязательно найдут. Научите его находиться на месте и ждать помощи, обязательно откликаться, если его зовут. Можно постучать палкой по стволу дерева, такой звук распространяется дальше, чем человеческий голос, особенно детский. Заранее объясните ребенку, что нельзя пить из водоемов и есть неизвестные ягоды и грибы.

**Как не заблудиться в лесу, правила ориентирования**

Существуют определенные ориентиры, помогающие не заблудиться в лесу. Определить сторону света можно различными способами и если под рукой не оказалось ни компаса, ни навигатора сделать это помогут знаки природы. Постарайтесь вспомнить, с какой стороны было солнце, когда вы заходили в лес, потому что толку от стороны света без этой информации будет мало.

Узнать, где север или юг помогут следующие приметы:

- муравейники находятся с южной стороны деревьев и пней;

- на юге кроны деревьев пышнее, кора мягче, а с северной стороны, наоборот грубее;

- смола хвойных пород больше накапливается с южной стороны;

- весной на севере трава гуще, а летом, наоборот — на юге;

- лесные ягоды с южной стороны имеют красный цвет, с северной — слегка зеленоватые;

- тени деревьев смотрят на север.

Чтобы не заблудиться в лесу всегда обращайте внимание на кроны и кору деревьев. Узнать, где север поможет обычная палка. Воткните ее в землю и посмотрите, куда она отбрасывает тень, там и север. Когда вы только зашли в лес, старайтесь запоминать ориентиры и по возможности ставить на них метки маркером. Запомните, что рано утром, часов в 6-7, солнце находится на востоке. Ближе к 10 часам оно перемешается к юго-востоку, а в полдень, 12-13 часов к югу. Вечером светило расположится на западе.

**Что нельзя делать, заблудившись в лесу.**

 У природы свои законы и человек должен их знать и уважать. Нарушение правил поведения в лесу может стоить здоровья, а иногда и жизни. Остерегайтесь звериных троп. Отличить их от человеческой легко, ветви над тропинкой будут смыкаться на уровне вашей груди. Хотя такой путь может вывести к источнику с питьевой водой, но встреча там с медведем или кабаном вас не обрадует. Не продолжайте движение, если идите, что скоро наступит ночь. Лучше подумайте об обустройстве места для ночлега и отдыха, чтобы утром с новыми силами продолжить путь. Не пейте не кипяченую воду. Съестные запасы разделите так, чтобы вам хватило их до того момента, как вас найдут или вы сами выберетесь из леса. Старайтесь не есть незнакомых растений. Отличить съестное от ядовитого можно по следам птичьего помета вокруг или поклеванных ягод. К ядовитым относятся: плоды красавки, по внешнему виду напоминающие крупную вишню черного цвета; болиголова крапчатого, это мелкие яйцевидные или круглые, сплюснутые с боков плоды; волчья ягода выглядит как ярко красные, величиной с горошину шарики. Если заблудились в лесу, то ни в коем случае не ешьте плоды красавки. Ядовитые грибы это всем известный мухомор с красной или белой шляпкой, бледная поганка, выглядит соответственно, сыроежка рвотная и др. Все названия и внешний вид несъедобных растений может знать только опытный ботаник или профессиональны турист. Обычному человеку лучше положить в рюкзак книжку с указанием опасных растений и животных. Последние также могут нанести вред здоровью, например, змеи, клещи, пауки и др. Усвоив нехитрые правила поведения потерявшихся в лесу, вы не попадете в сложную ситуацию, а если это и случится, то не растеряетесь и сможете выйти из нее целым и невредимым.

**ОНДиПР и ОГПС Кингисеппского района напоминают:**

**при возникновении любой чрезвычайной ситуации необходимо срочно звонить в службу спасения по стационарному телефону «01» или со всех мобильных операторов - «101», «112».**