



## ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ ЗАБЛУДИВШЕМУСЯ В ЛЕСУ «КАК ВЫЖИТЬ В ЛЕСУ ЗИМОЙ?»

Заблудиться в лесу зимой – что может быть хуже! Но такое может случиться с любым человеком. Помните, что не бывает безвыходных ситуаций. Выжить в зимней чаще вполне возможно. Нужно только придумать, как согреться, и найти пищу.

Холод – главный враг человека в заснеженном лесу. Если у вас есть спички, все не так плохо. Но согреться можно и без костра. Двигайтесь, двигайтесь и двигайтесь. Тогда вы не замерзнете, ведь организм при движении вырабатывает тепло. Во время передвижения можно погромче петь. Так вы поднимете свой боевой дух. Кроме того, вас могут услышать находящиеся неподалеку люди. Если устали идти, присядайте, а потом снова идите.

Ночью тоже нужно идти. Ведь ночлег на морозе – не лучшая идея. Вы можете заснуть и не проснуться. Другое дело, если у вас есть спички или зажигалка и вы можете развести костер. Тогда наломайте лапника для теплой подстилки и укрытия, соорудите в снегу берлогу и приготовьте побольше дров. Разжечь костер можно при помощи бересты или другой тонкой коры, а потом подкладывать тонкие веточки и дрова. Огонь нужно поддерживать всю ночь.



Не дышите ртом, старайтесь вдыхать холодный воздух носом. Тогда больше шансов, что вы не простудитесь. Снег способен удовлетворить потребность организма в воде. Но лучше не есть снег, а растопить его. Нет возможности развести костер – хотя бы не глотайте снег сразу и большими порциями. Возьмите небольшую горсточку, подольше подержите снег во рту, чтобы он не только растаял, но и получившаяся из него вода нагрелась.

Идти надо в том направлении, где могут быть населенные пункты или люди. Ориентируйтесь по солнцу, если нет компаса. Лучше найти реку и идти вниз по течению. Тогда рано или поздно вам обязательно встретится поселение. Можно также искать просеки и вслушиваться: возможно, вы услышите звук передвигающихся по дороге машин. Тогда идите на звук. Помните, что в наше время в радиусе 50 км всегда есть населенные пункты.



**Н.А.Кочнева, Преподаватель ГКУ «УМЦ по ГО и ЧС»  
Курганской области**