

## Что делать, если заблудился в лесу



### Не паникуйте

Страх — самая большая опасность для заблудившегося человека, он мешает логически мыслить. Поддавшись панике, вы усугубите ситуацию, уйдя еще дальше в лес и выбившись из сил. Чтобы успокоиться, например, перешнуруйте ботинки.



### Прислушайтесь/принюхайтесь/присмотритесь

Подумайте, что может привести вас к людям. Это могут быть звуки проезжающих машин, поездов, стук топора, лай собаки, громкие крики, дым, ЛЭП, просека, тропинка (не звериная тропа), следы человека.

### Если обнаружили что-либо из этого

двигайтесь туда, оставляя знаки: горки из камней, стрелки из веток и т.д., указывающие направление вашего пути.



СТОП

### Не двигайтесь

Знайте — вас будут искать. А найти движущегося человека намного сложнее. Не пытайтесь определить стороны света по народным приметам, это неточно и бесполезно, если не знаете, откуда пришли и где находитесь. Не надо залезать на дерево — это крайне опасное занятие, кроме того, если дерево не на вершине холма, увидеть что-либо будет трудно.



### Один звонок

Позвоните родным или в службу спасения по номеру 112 (работает даже при отсутствии сети) и сообщите как можно больше подробностей, чтобы облегчить поиски. Попросите родных обратиться за помощью в добровольческие поисково-спасательные отряды, например, LizaAlert по номеру 8 800 700 54 52 (горячая линия из любого региона) — это сильно ускорит поиски. Не говорите долго, экономьте заряд батареи, договоритесь о времени следующего звонка и выключите телефон.



### Разведите костёр

Он послужит источником тепла, защитой от диких животных и сигналом для тех, кто будет вас искать.

## Если вы не обнаружили никаких признаков цивилизации



### Соорудите место для ночлега

Если вас не найдут до темноты, надо быть подготовленным. Главная задача — сохранить тепло и укрыться от ветра и дождя. Позаботьтесь о том, чтобы хвороста хватило на всю ночь.



### Контролируйте страх и настраивайте себя позитивно



### Подавайте звуковые и световые сигналы

(кричите, свистите, бейте палкой о дерево, светите фонарём), если слышите людей или видите свет фонарей. Откликайтесь, когда слышите свое имя.