

## Перед походом в лес:



Зарядите телефон и убедитесь, что на нём есть средства.



Изучите местность, обращая внимание на опасности и ориентиры. Проверьте прогноз погоды.



Поделитесь с кем-нибудь своими планами. Договоритесь, когда поднять тревогу, если вы не вернётесь.



Оденьтесь по погоде в яркую, хорошо заметную в лесу одежду с минимумом открытых участков кожи (для защиты от укусов насекомых), удобную обувь и головной убор.

## Возьмите с собой:



дополнительную заряженную батарею для телефона



GPS навигатор



воду  
(1 л на человека на день)



запас еды  
(орехи, печенье, сухофрукты)



спички в герметичной упаковке  
(туристические или охотничьи) и сухое топливо



фонарь и запасные батарейки к нему



аптечку



накидку от дождя



свисток



многофункциональный перочинный нож



моток веревки)

## При поездке в лес с ночевкой дополнительно необходимо взять:



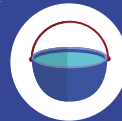
палатку, спальник, коврик, тент, сидушку



пилу и/или топор



горелку и газовые баллоны  
(при невозможности заготовить дрова)



посуду для приготовления пищи  
(котел, половник, костровую перчатку, костровой тросик)



личную посуду  
(КЛМН – кружка, ложка, миска, нож)



продукты питания  
(крупы, хлеб, консервы, овощи, масло, специи, чай, печенье, сгущенка, сахар и т.д.)



плотные мешки для мусора



сменную одежду и обувь



ремнабор  
(скотч, клей, изолента, игла с нитками)



средства личной гигиены  
(мыло, зубная щетка, паста, полотенце, туалетная бумага, салфетки)