**1.5 ПРОГУЛЯНКА У ЛIС**

**ПIДГОТОВКА ДО ПОДОРОЖI У ЛIС**

* Повiдомте про те, куди ви збираєтеся. Якщо поблизу нiкого немає - залишiть записку з повiдомленням (дата, час вiдправлення, кiлькiсть людей, що йдуть разом з вами, напрямок подорожi i приблизний час повернення).
* Вiзьмiть собi за правило - перед мандрiвкою чи походом до лiсу, подивитися карту або хоча б намальований вiд руки план мiсцевостi та запам'ятати орiєнтири.
* Одягнiть зручний одяг та взуття. Вони повиннi пiдходити для мiсцевостi та погодних умов. Запам'ятайте - погоднi умови можуть змiнитися дуже швидко.
* Одягнiть дiтей в яскравий кольоровий одяг - вiн буде бiльш помiтним у разi розшуку їх.
* Переконайтеся, що все ваше спорядження - у доброму, робочому станi Якщо ви сумнiваєтеся брати ту чи iншу рiч, пам'ятайте - зайва вага буде вам заважати.

**У ЛIСI**

* Встановiть мiж собою сигнали, щоб не загубити один одного у лiсi, особливо на випадок несподiванок - свистом або голосом.
* Запам'ятовуйте орiєнтири пiд час руху у лiсi. Щоб не заблукати - лишайте примiтки. Без зорових орiєнтирiв людина в лiсi починає кружляти.
* Виберiть мiсце для вогнища та обладнайте його. Нiколи не залишайте вогнище без догляду. Незагашене вогнище може бути причиною лiсової пожежi.
* Нiколи не пийте воду з рiчок та озер. Найбiльш надiйнi джерела води - струмки. Поблизу мiсць, де ви побачите мертвих рибу чи тварин, взагалi не можна навiть мити руки.
* Будьте обережнi, у лiсi може бути болотиста мiсцевiсть - обходьте її. Болотною водою також не можна користуватися. Поблизу болота, як правило, водиться багато гадюк.
* Пам'ятайте - збирати можна тiльки тi гриби та ягоди, якi ви добре знаєте. Щоб уникнути отруєння ними, нiколи не куштуйте сирих грибiв; нiколи не збирайте гриби та ягоди поблизу транспортних магiстралей, навiть їстiвнi гриби в тих мiсцях - отруйнi.
* Уникайте диких тварин. Пам'ятайте що небезпечними можуть бути i лось, i олень, i лисиця - у людей i тварин близько 150 спiльних хвороб. Тварини нападають на людину - якщо вони пораненi, переляканi несподiванкою або захищають своє потомство. При явно агресивному поводженнi тварин можна використовувати як засiб захисту - вогонь або стукати палицею об дерево.
* Уникайте додаткових неприємностей з тваринами, особливо у нiчний час - нiколи не залишайте їжу у вашому наметi або поряд з мiсцем вашого вiдпочинку, краще покладiть її на дерево; недоїдки їжi закопайте подалi вiд мiсця вiдпочинку.
* Будьте обережнi при зустрiчi зi змiями. У випадку змiїного укусу термiново видавiть з ранки краплi кровi з отрутою та висмоктуйте впродовж пiвгодини, весь час спльовуючи. Цього не можна робити при наявностi ранок на губах та у ротi. Потiм необхiдно накласти щiльну пов'язку вище мiсця укусу та негайно дiстатися до лiкарнi.
* В лiсi, особливо навеснi, багато клiщiв, якi можуть причепитися до тiла. Якщо вас укусив клiщ, треба не пробувати виколупати його, а якнайшвидше дiстатися до лiкарнi.
* Якщо ви опинилися бiля поламаних дерев - не затримуйтесь. Вони спираються одне на одне i можуть впасти, особливо пiд час вiтру.
* Не ховайтеся пiд високими деревами та не залишайтеся на галявинi пiд час зливи з блискавкою, бо блискавка може вдарити у найвище мiсце.
* Нiколи не пiрнайте у незнайомому мiсцi у водойму. Спочатку обстежте i переконайтеся у вiдсутностi схованих пiд водою перешкод (камiння, залiзяки та гострi гiлки або мiлководдя). Уникайте води зi швидкою течiєю. Нiколи не плавайте наодинцi.
* Будьте обережнi. Взимку водойма вкривається кригою - ходити по нiй небезпечно. Навеснi, коли крига темна, на неї ступати не можна - вона дуже ламка