

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ. ПРАВИЛА СБОРА ГРИБОВ

Собираясь в лес, помните, это - место повышенной опасности. В лесу вас могут подстеречь дикие звери, клещи, змеи, ядовитые растения и самая распространенная опасность - возможность заблудиться.

Увлечшись лесной прогулкой, сбором лесных ягод или грибов, можно потерять счет времени и заблудиться в лесу. К походу надо подготовиться заранее, предприняв ряд мер безопасности, которые помогут вам не заблудиться в лесу или обнаружить вас, если вы все-таки заблудились в лесу и не знаете, что делать. **Итак, что нужно сделать и что взять с собой:**

- Собираясь в лес на прогулку, в поход или по ягоды и грибы, непременно предупредите родных, куда идете и когда планируете вернуться.

- Прежде чем отправиться в лес, на рыбалку послушайте прогноз погоды. Будет разумно отложить поход в лес, если погодные условия неблагоприятны для похода.

- Чтобы не заблудиться в лесу, но быть готовым к этому, всегда имейте при себе заряженный сотовый телефон, необходимый запас воды и питания.

- Всегда берите нож, спички в сухой коробочке и часы - они помогут и не паниковать, и ориентироваться, как по компасу.

- Если у вас есть еще какие-то хронические заболевания, то они могут обостриться, поэтому без необходимых медикаментов в лес идти нельзя.

- Если вы не хотите заблудиться в лесу, одевайтесь ярко - в камуфляже вас могут не найти, предпочтительнее рыжие, красные, желтые, белые куртки, хорошо наклеить светоотражающие полоски или рисунки. Одежда должна закрывать как можно больше участков вашего тела. Это уберезет вас от порезов, царапин и от укусов насекомых.

- Используйте положение солнца при входе в лес и при выходе из леса. Входя в лес, нужно заметить с какой стороны светит солнце. Если вы заблудились в лесу, при выходе из леса по той же дороге солнце должно быть расположено с другой стороны. Однако, при длительном пребывании в лесу необходимо учесть движение самого солнца к западу. Поэтому, определив по солнцу общее направление обратного пути, надо для большей точности уклониться дополнительно влево. Например, при входе в лес солнце освещало лицо. При выходе из леса солнце должно быть расположено со стороны спины, но ваша тень должна падать не прямо перед вами, а несколько вправо от направления пути.

- Если вы заблудились в лесу, можно ориентироваться и по воде. Переходя через лесной ручеек, нужно заметить направление течения воды. Переходя этот же ручеек на обратном пути, нужно проверить, в каком направлении течет в ручье вода. Если путь правилен, течение воды должно быть противоположным тому, которое заметили, входя в чашу леса.

- Не паникуйте, если вы заблудились в лесу, остановитесь и подумайте - откуда пришли, не слышно ли криков, шума машин, лая собак. **Выйти к людям помогают различные звуки и ориентиры:**

- работающий трактор (слышно за 3-4 километра),
- собачий лай (2-3 километра),
- проходящий поезд (до 10 километров).
- трубы на крышах можно увидеть за 3 километра,

- заводские трубы — за 6 километров
  - колокольни и башни — за 15 километров.
- Если заблудились в лесу и не видите подходящих ориентиров, лучше всего «выходить на воду» и двигаться вниз по течению. Ручей обязательно выведет к реке, река - к людям.
  - Если есть возможность, немедленно свяжитесь со специалистами: «01» - единый номер пожарных и спасателей (с городского); «101» - единый номер пожарных и спасателей (с мобильного).
  - Если заблудились и знаете, что вас будут искать, оставайтесь на одном месте и разведите костер — так поисковикам легче будет сориентироваться.
  - Сделайте себя видимым, если заблудились в лесу и не знаете, что делать. Прежде всего, необходимо найти открытое место, лучше на возвышении, соорудить на ближайшей же полянке три высоких (метра три) креста из еловых сучьев. Устанавливать такие знаки, каких в обычной природе не существует, и, которые могут быть видны с вертолета. Можно, к примеру, повесить на елку украшения из мусора (бутылки, банки, пакетики от чипсов и т.п.).

### **Правила сбора грибов**

**Опытные грибники знают, что в лес с собой необходимо взять:**

- корзину для грибов;
- нож для грибов;
- палку для поиска грибов;
- аптечку с пластырем и дезинфицирующими средствами;
- воду и бутерброды;
- спички;
- электронный GPS навигатор;
- телефон с заряженной батареей.

### **Как правильно собирать грибы:**

1. Грибы собирают рано утром до того, как их нагреет солнце. В таком случае их можно будет хранить более длительное время.
2. Не собирайте старые, переросшие грибы. В них накапливаются вредные для человека продукты и впитывают из окружающей среды посторонние вещества.
3. Собранные грибы сразу же очищают от приставшей к ним земли, листьев, хвои, травы и другого мусора. Класть грибы в корзину правильнее шляпками вниз — так они лучше сохраняются.

### **Правила безопасности для грибников:**

- Не опознав гриб, лучше не срезайте его - относитесь к грибам с осторожностью, ведь гриб - очень коварный продукт. Грибы надо собирать только знакомые – те, в которых вы уверены.
- Если лето выдалось дождливым, то грибы пропитываются водой и становятся непригодны для употребления. Не стоит сушить такие грибы, они все равно теряют свои вкусовые качества и начинают выделять токсины.

- По возвращению домой следует перебрать грибы, причем сразу же, без промедления. Перебрав грибы, положите их в соленую прохладную воду на часок, это выгонит лишних гостей.

- Грибы необходимо тщательно перерабатывать и подвергать их надежной тепловой обработке!

### **10 советов безопасного сбора грибов**

Грибы - одно из любимых лакомств человека с давнейших времен. Вот несколько советов, как собирать грибы, готовить их и не переживать об отравлении.

1. Не собирайте грибы в пластиковые пакеты, иначе грибочки быстро испортятся и поломаются. Для их сбора необходима хорошая корзина из ивняка, пропускающая воздух или лукошко. Например, такое, в котором продается клубника.

2. Нужно быть уверенным даже не на 100, а на 200 %, что гриб не ядовит. Не собирайте неизвестные сорта и слишком молодые грибы. Не собирайте, также старые, мягкие, водянистые и трухлявые грибы. Даже пригодные в пищу, в этом состоянии, могут повлечь отравление.

3. Если вы не являетесь опытным грибником, собирайте исключительно грибы с ножками под шляпой. Среди них не имеется смертельно ядовитых сортов.

4. Возьмите с собой атлас-определитель грибов! Очень точно сравните растущий индивид с тем, что на иллюстрации. Если у вас появилось, хоть зернышко неуверенности, не трогайте его.

5. Помните, что чернеющая серебряная чайная ложечка, положенная в воду с варящимися грибами, или окрасившийся во время приготовления лук, еще не свидетельствуют о том, что грибы съедобны или ядовиты. Это миф. Горькие грибы тоже не всегда смертельно ядовиты. Напротив, существуют очень опасные грибы с приятным вкусом. Например, мухомор, называемый «лесной смертью» имеет сладкий и приятный вкус.

6. Не собирайте грибы на обочинах дорог с большим напряженным движением, возле производственных предприятий, растущие во рвах или на опушке леса. Грибы легко всасывают тяжелые металлы и другие ядовитые вещества.

7. На сбор грибов оденьтесь в удобную одежду, возьмите с собой куртку или плащ-дождевик. Оденьте, также, высокие ботинки. Заботьтесь здесь не исключительно о своем комфорте, но и об обеспечении безопасности от клещей и змей, которые могут затаиться в дебрях.

8. Не давайте жареные грибы детям до 12 лет. Грибы – тяжелая пища, их не должны есть люди, имеющие проблемы с желудочно-кишечным трактом.

9. Помните, что среди жертв отравлений грибами есть и опытные грибники!

10. Если после того, как вы съели грибы, у вас появилось чувство тошноты, боль в животе, повышенная температура, диарея, расстройство сердечного ритма, сильно расширенные зрачки – это могут быть первые признаки отравления. Вызывайте незамедлительно врача!

### **В случае отравления грибами:**

- особое внимание следует обратить на то, что и съедобные грибы при неблагоприятных экологических условиях могут стать ядовитыми. Вырастая вблизи промышленных предприятий, химических комбинатов, автомобильных трасс, где происходит выброс

токсических веществ в воду и атмосферу, грибы сильно ртуть, свинец, кадмий, другие тяжелые металлы и тогда становятся опасными для здоровья;

- первые признаки отравления грибами могут появиться только через 12-14 часов. И если не принять срочных мер, упустить время, то уже через двое - трое суток с момента отравления лечение бывает чрезвычайно сложным, а порой и бесполезным.

**Срочная помощь при отравлении ядовитыми грибами:**

- промыть желудок;

- дать больному выпить подряд 5-6 стаканов воды (лучше с содой) или слабого (бледно-розовый) раствора марганцовки. Затем, надавив пальцами или ложкой на корень языка, вызвать рвоту. Эту процедуру следует повторить 3-5 раз;

-уложить больного и тепло его укутать;

-непрерывно давать ему теплое питье, а при сильной слабости - крепкий чай;

-немедленно обратиться за врачебной помощью.