



### Регистрация туристических групп

Главное управление МЧС России по Красноярскому краю напоминает, что главным условием безопасности туристов на туристических маршрутах - это регистрация своего похода у оперативного дежурного поисково-спасательного подразделения КГКУ «Спасатель» (391) 241-42-36 или в районных подразделениях пожарной охраны.

- Не позднее, чем за 10 дней до выхода на туристический маршрут, представитель группы должен сообщить оперативному дежурному поисково-спасательного подразделения КГКУ «Спасатель» (391) 241-42-36 либо в районное подразделение пожарной охраны о продолжительности похода, его контрольные сроки, детальный маршрут и состав группы.
- При регистрации, по просьбе туристов, спасатели могут предоставить консультации относительно прохождения маршрута, техники безопасности, а также сообщат о гидрометеорологических условиях в районе путешествия.
- Спасатели будут предупреждать об ухудшении погоды или об опасности на маршруте (обвалы дорог, обмерзание склонов, разливы вод, восхождение лавин и т.п.) перед началом и во время похода.

- Непосредственно перед выходом на маршрут туристам еще раз нужно сообщить спасателей о походе (можно телефоном), согласовать контрольные пункты и сроки прохождения маршрута.
- Туристы должны по телефону сообщать о прохождении контрольных пунктов маршрута. При отсутствии такого сообщения спасатели принимают решение о начале поисково-спасательных работ. Поэтому туристическая группа, которая нарушила контрольные сроки, обязана при первой возможности сообщить о своем местонахождении и состоянии группы.

В случае возникновения чрезвычайной ситуации (в частности, несчастного случая, который нуждается в предоставлении медицинской помощи и транспортировку пострадавших к медицинскому заведению) необходимо действовать организованно. Если своими силами решить проблему невозможно, нужно вызвать ближайшую спасательную службу. В случае, если средства связи отсутствуют, то за помощью идут двое наиболее подготовленных участников группы. От точности информации в сообщении об опасности зависит время, за которое вы получите помощь. Ваша безопасность - в ваших руках!



хватает белковой пищи. Потому такие места являются как бы его бесплатными столовыми. Медведь может посчитать эти останки своей добычей, а кроме того это действительно может быть его добыча. Он ревностно и вполне резонно будет охранять ее.

Что же делать, если встречи с медведем не удалось избежать?

Самое главное - не паниковать ни при каких условиях! Медведи не страдают излишней агрессивностью. Медведь привык есть там, где еды много и не требуется слишком большого расхода энергии для ее добычи. Человек в естественный рацион медведя не входит. Поэтому в большинстве случаев достаточно просто спокойно обойти медведя стороной, держась на расстоянии, подчеркивая этим, что вы не претендуете на его жизненное пространство. Не пытайтесь убежать от медведя. Он бежит так быстро, что догонит и лошадь, а уж по склону бежит почти как белка. При близком контакте с медведем старайтесь не смотреть ему в глаза, в животном мире это означает вызов.

Если же медведь начинает нападать, сдавайтесь! Падайте на землю и притворитесь мертвым. Лежите на животе или свернитесь клубком, руки за головой. Для медведя характерно прекращение нападения, если почувствует, что угроза устранена. Оставайтесь неподвижным как можно дольше.

### Движение по скалам

Турист на скалах должен быть одет в штормовой костюм, ботинки с резиновой рифленой подошвой, или «кроссовки» с капроновой подошвой, брезентовые рукавицы (при работе с веревкой), на сложных камнепадоопасных маршрутах – в защитный пластмассовый шлем с ремнем.

1. Прежде чем двигаться по скальному участку, нужно наметить и просмотреть путь движения, изучить расположение сложных участков, запомнить места удобных зацепов для рук и ног, найти безопасные участки для отдыха, учесть камнепады и другие опасности гор, наметить ориентиры, варианты обходов. Если очевидно, что опасность непреодолима или дальнейшее продвижение сопряжено с неоправданным риском — искать более легкий, посильный для группы вариант пути. Следует помнить, что, попав в труднопроходимое место, особенно, на спуске, вернуться обратно будет еще труднее.

2. Перед тем как опереться рукой или ногой о выступ, надо проверить его прочность: осмотреть, нет ли трещин, мха, песка, нажать на выступ, не поддастся ли, покачать в разные стороны. Все это делать осторожно, чтобы не поранить себя и не сбросить камень на товарища. Непрочно лежащие камни сбросить в сторону, чтобы они не осложняли движения идущих сзади.

3. Необходимо иметь три точки опоры. Прежде чем перенести ногу на новый выступ, надо, чтобы другая нога и обе руки нашли прочные опоры. Когда обе ноги стоят прочно и одна рука имеет хорошую опору, другой рукой нащупывают следующую зацепку. Только при таких условиях можно уверенно, без риска искать очередную опору или зацепку, и если выступ или камень при опробовании обломится или даже оторвется, при трех точках опоры срыва не произойдет.

4. Лазать следует плавно, без рывков, мягко, пластично, сохраняя равновесие и сберегая силы. Уметь нагружать и расслаблять различные группы мышц, меняя характер движения, чередовать работу с отдыхом.

Спуски со скал, как и вообще спуски наиболее опасны по двум причинам: спускаться психологически и технически сложнее; кроме того, на спуск туристы

удержат большинство медведей на расстоянии, при условии, что он сможет обойти лагерь стороной.

Если совсем не получается поставить лагерь таким образом, чтобы он не мешал возможному проходу медведя, необходимо отнести вещи в сторону от палатки, как бы создав небольшое препятствие на тропе. Положите поперек тропы дрова, только не забудьте убрать их перед уходом. Желательно либо оставлять дежурных, либо спать очень чутко, чтобы услышать, если вдруг медведь пойдет в сторону вашего лагеря.

В-третьих, когда вы движетесь по тропе, в особенности по закрытой местности, например по зарослям, старайтесь издавать побольше звуков: разговаривайте, пойте, стучите камнем о камень. Дело в том, что медведь - очень осторожное животное, лишний раз на рожон не ползет, постарается обойти группу стороной.

При движении по тропе заранее обнаружить медведя помогает реакция собак. Они либо начинают глухо ворчать, подняв шерсть на загривке, приходят в возбуждение, лают, либо, поджав хвост, пытаются спрятаться за человека, жмутся к ногам.

В-четвертых, если вы увидели павшее животное или массу рыбы, выброшенную на берег у реки, постарайтесь не подходить к ним. Медведь частенько ест падаль, особенно в годы, когда не

**Если встретили медведя**

Медведь – один из немногих зверей, которые могут быть опасны для человека.

Часто возникает вопрос: «А что делать, если встретишь медведя?» Однозначно и просто ответить на этот вопрос нельзя, но все-таки можно дать несколько советов.

Во-первых, нельзя оставлять пищевые отходы там, где постоянно ходят люди. Остатки пищи, скорее всего, привлекут медведя. Все банки из-под консервов необходимо обжигать в костре, сплющивать и уносить с собой или закапывать в землю. У медведей очень чуткое обоняние и они чувствуют запах пищи сквозь толстый слой земли и даже металла.

Во-вторых, надо следить за тем, где вы разбиваете лагерь. Желательно это делать в стороне от троп. Медведю все равно, его это тропа или человеческая. В лесу он хозяин, и очень не любит, когда ему что-то мешает на пути, особенно в узких местах и на подходах к местам кормежки. Внимательно относитесь к месту выбора лагеря. Естественные препятствия, такие например, как упавшее дерево, ручей, обрывистый берег, служат как бы дополнительной преградой для медведя, и он без лишней надобности постарается их не преодолевать.

Большой костер и большая компания в лагере также

уже измотанные подъемом, с замедленной реакцией. Вот почему нужна четкая, спокойная организация спуска, исключая торопливость и нервозность.

По несложным, некрутым ступенчатым желобообразным гладким скалам, отшлифованным ледником, спускаются спиной к склону, чтобы были видны путь спуска и точки опоры. Руки работают главным образом на упорах и распорах. По крутым скалам спускаются лицом к склону, просматривая путь сбоку или между ногами, пробуя прочность упоров и зацепок.

На крутых и отвесных участках скал лучше применять для спуска веревку. Прежде всего, проверяют, хватит ли ее до конца спуска. Успех, безаварийность спуска на веревке зависят от надежности ее закрепления: непосредственно за выступ, или с помощью достаточно свободной (чтобы можно было при спуске выдернуть веревку) двойной или тройной петли или за надежно вбитый крюк с карабином.

### Переправы через горные реки

Горные и таежные реки представляют едва ли не самую большую опасность в походе. Жизнь учит, что все правила переправ необходимо выполнять абсолютно точно.

Прежде чем искать место для переправы, надо узнать у жителей последнего перед рекой населенного пункта о мостах, кладках, бродах и, если они пригодны, пользоваться ими для переправы.

Прежде всего, принимаются во внимание количественный состав группы, опытность и физическая подготовленность туристов. Там, где не смогут перебраться через реку 3—4 человека, 20—30 человек легко наведут безопасную переправу. Каждый участник должен уметь плавать. Если появятся сомнения в преодолении реки, надо поискать другое место. Для этого реку осматривают вниз и вверх по течению на 2—3 км, а если нужно, то и на 10 км и более.

Трудно сразу по внешнему виду определить размеры опасности горных и таежных рек. Чтобы выяснить их, необходимо учитывать скорость течения, наличие катящихся по дну камней, ширину и глубину реки, силу напора воды, расположение камней в русле. Сила удара водяной струи зависит от наклона (падения) русла и мощности потока. Опытный турист может на глаз определить,

Дайте пострадавшему обильное питье: воду, чай, молоко, бульон. Употребление кофе противопоказано. Усиленное водопотребление способствует ускоренному выводу яда из организма.

При наличии сыворотки введите ее внутримышечно. Сделать это нужно в течение 30 минут после укуса. Незамедлительно организуйте доставку пострадавшего в лечебное заведение. При необходимости проведите реанимационные мероприятия: искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.

При укусе змеи запрещается:

- делать надрезы на месте укуса или вырезать пораженный участок тела;
- прижигать место укуса раскаленным предметом, спичкой, кислотой, щелочью;
- накладывать жгут выше места укуса;
- использовать алкоголь как противоядие. Его наличие в крови усиливает действие яда;
- выполнять любые физические нагрузки.

### Первая помощь при укусах

Сразу после укуса обеспечьте полный покой и горизонтальное положение пострадавшего, это обеспечит минимальную скорость переноса яда кровью. Успокойте пострадавшего. Не допускайте самостоятельного передвижения пострадавшего, транспортируйте его в безопасное, защищенное от непогоды место или в лечебное учреждение.

Незамедлительно отсосите яд из ранки. Для этого сразу после укуса раскройте ранку надавливанием пальцев и в течение 15-20 минут отсасывайте яд ртом. Кровянистую жидкость сплевывайте. Эти действия безвредны для оказывающего помощь. При правильном и своевременном проведении этого мероприятия удается отсосать до 50% яда. Если место укуса позволяет, пострадавший может отсосать яд самостоятельно. Для уменьшения циркуляции крови на место укуса можно наложить холод.

Продезинфицируйте рану спиртом, йодом, зеленкой, наложите стерильную повязку. По мере нарастания отека ее следует ослабить, чтобы повязка не врезалась в мягкие ткани. Отожмите яд из ранки пальцами.

преодолима ли струя воды вплавь или вброд. Но все равно надо проверить возможность переправы. Для этого наиболее сильные участники похода должны попытаться перейти или переплыть реку, страхуясь веревкой.

Катящиеся по дну камни могут нанести человеку повреждение, сбить с ног. Обычно у берега можно услышать глухие удары камней о дно и вычислить с помощью часов частоту их движения.

Для переправы ширина реки должна быть меньше длины страхующей веревки или длины бревна.

Сильно влияют на ход переправы время суток и погода. В горных реках воды меньше всего в 4—6 часов утра и больше — к вечеру. Теплые ветры с гор и дожди в течение нескольких часов, а иногда десятков минут могут резко поднять уровень воды и увеличить ширину русла и мощность потока.

Большое значение для переправы имеют наличие и расположение камней в реке. По торчащим из воды камням можно перейти иногда, казалось бы, непреодолимый поток. В белых бурунах за камнями можно отдохнуть, так как из-за встречных потоков напор воды здесь минимальный. Переправа — серьезное мероприятие, поэтому подготовительные работы к ней нельзя ограничивать временем. На переправу вместе с подготовкой может уйти 2—3 часа, а иногда и 1—3 дня. В подготовке участвует вся группа, и при этом используется все снаряжение, обеспечивающее безопасность

**Передвижение по болотам**

Перед началом передвижения необходимо получить информацию от местных жителей о «характере» болота, тропях, гатях, путях обхода опасных участков. Передвигаться по болотам необходимо только по тропам. Все вещи должны быть завернуты в непромокаемый материал. Лямки рюкзака следует максимально ослабить. Спасательные жилеты, если они есть, должны быть надеты. Обувь тщательно привязать к ногам. Расстояние между идущими по болоту людьми должно составлять 5-7 метров. Идущего впереди необходимо страховать веревкой. Все участники движения должны иметь шесты длиной 3-4 метра для измерения глубины, ощупывания дна, удерживания равновесия и опоры в случае падения. Оптимальное положение шеста – перед грудью, параллельно земле, перпендикулярно направлению движения. По болоту можно

**Ядовитые змеи**

Активность змей во многом зависит от погоды. В холодную, сырую, пасмурную дождливую погоду змеи малоподвижны. Их активность возрастает в солнечную погоду. В жаркое время суток змеи прячутся в тень, в прохладные места. Самой широко распространенной ядовитой змеей в России является гадюка обыкновенная. Она распространена практически повсеместно.

При обнаружении змеи необходимо соблюдать спокойствие, не делать резких движений, не пугать змею, не бегать – можно неожиданно наступить на другую змею.

Укус ядовитой змеи всегда чрезвычайно опасен. Яд может вызвать серьезное отравление или даже смерть человека. Тяжесть последствий укуса ядовитой змеи во многом зависит от места укуса. Наиболее опасным считается укус в шею, голову, лицо.

Практически укусллюбой ядовитой змеи вызывает жгучую боль и покраснение кожи в месте укуса, нарушение координации движений, расстройство речи и глотания, повышенное слюноотделение, угнетение дыхания, повышение температуры тела, головокружение, тошноту, снижение частоты сердечных сокращений и артериального кровяного давления, судороги. Возможна потеря сознания и смерть.





необходимо незамедлительно промыть желудок и очистить кишечник. Для этого нужно дать больному выпить большое количество теплой воды, слабый раствор марганцевокислого калия или раствор пищевой соды: столовая ложка на 0,5 литра воды, затем вызвать рвоту путем надавливания на корень языка. Процедуру нужно провести 2-3 раза. Это позволит удалить из организма остатки грибов.

- Желудок можно промыть, вводя в него раствор пищевой соды или раствор марганцевокислого калия с помощью специального зонда. После чего вызывается рвота.

- После промывания желудка пострадавшему нужно дать активированный уголь. Для этого в стакане холодной питьевой воды следует растворить 20-30 таблеток активированного угля (карболена) и дать выпить больному.

- Очищение кишечника осуществляется с помощью слабительных средств: 25-50 граммов сульфата магния на стакан воды; 150 мл касторового масла или очистительной клизмы.

- После проведения описанных выше процедур больному необходимо дать подсоленную воду: 2 чайные ложки на стакан воды, ее нужно пить охлажденной, небольшими глотками. Можно пить крепкий чай или кофе.

передвигаться скачками с кочки на кочку, по моховой полосе, по кустарникам или корневищам растений. Шаги должны быть короткими, останавливаться на одном месте нельзя. Отдыхать можно только на твердой почве или у деревьев.

Ходить в одиночку по болоту нельзя. Для облегчения перемещения по болоту можно использовать болотоходы, которые изготавливаются из кусков фанеры, веток, легкого металла. Крепление болотоходов к ногам должно обеспечивать их быстрое снятие в случае необходимости. Иногда для перемещения могут быть использованы заранее заготовленные приспособления – гати (переносимые настилы из досок, жердей, веток). Путь передвижения можно маркировать зарубками на деревьях, развешанными на кустарниках предметами, вехами.

Если человек провалился в болото:

Ему следует сбросить рюкзак, принять горизонтальное положение, опереться на шест. Выбираться нужно постепенно, не делать резких движений, не барахтаться. Помощь пострадавшему следует оказывать, используя веревку или шест. При подходе к пострадавшему необходимо подстраховать себя веревкой.

**Передвижение в пещерах**

По форме пещеры бывают цилиндрическими, конусными, щелевидными, сложными (колодцы и шахты). По расположению - горизонтальными, наклонными, вертикальными, одноэтажными, многоэтажными, сухими и обводненными.

Особенность передвижения в пещерах определяется полной темнотой. Темнота не позволяет наметить маршрут, а влажность делает поверхность пещер мокрой. Поэтому движение в пещерах должно быть выверенным и мягким. Прыгать с камня на камень, с уступа на уступ нельзя из-за неверной оценки расстояния в темноте и неустойчивости камней. Для обеспечения безопасности используются веревки и лестницы. Освещаются пещеры специальными карбидными лампами, фонарями, свечами. Основные опасности при передвижении в пещерах связаны с естественными обвалами и камнепадами, загазованностью, наличием воды, возможностью заблудиться, задымлением, узкими лазами, психическими расстройствами.

малейшее подозрение: лучше оставить гриб в лесу, чем отравиться;

- не собирайте грибы недалеко от проезжей части дороги, вблизи промышленных предприятий, складов ядохимикатов. Не берите старые, изъеденные, поломанные грибы;

- не берите грибы с мешочком и чешуйчатым кольцом у основания ножки, с мелкими белыми точками и чешуйками на верхней поверхности шляпки;

- не собирайте чисто белые грибы, а также с красной на нижней стороне шляпки;

- не храните собранные грибы более 24 часов без переработки. Переработка должна включать тщательную очистку, мойку, термическую обработку. Нельзя использовать для термической обработки грибов оцинкованную или оловянную посуду;

- обращайтесь с ножом очень осторожно, никогда не уничтожайте грибницу.

Первая помощь при отравлении грибами

- Успех лечения во многом зависит от того, как скоро и правильно начинается оказание помощи пострадавшему. При появлении первых признаков отравления ядовитыми грибами

### Ядовитые грибы

На территории России произрастают десятки тысяч видов грибов. Сбор грибов, их переработка и употребление в пищу относится к числу самых любимых занятий миллионов людей.

Необходимо помнить, что ядовитые грибы никогда не растут в поле и на лугу, обычно они встречаются поодиночке. У основания их ножки всегда имеется мешковидное образование, а на верхней части шляпки – чешуйки-хлопья белого цвета. Запах ядовитых грибов напоминает запах редиса или картофеля. Все ядовитые грибы имеют пластинчатую структуру: на нижней стороне шляпки пластинки веером расходятся до ножки.

Отравление ядовитыми грибами относится к числу самых распространенных и очень тяжелых пищевых отравлений. Нередко они заканчиваются смертельным исходом. Токсины (яды), содержащиеся в грибах, не имеют противоядия.

Правила грибника

- тщательно изучите, научитесь определять и собирать только съедобные грибы;
- никогда не собирайте и не употребляйте в пищу незнакомые грибы, или те, которые вызывают

### Сплав по рекам

Сплав на плотках и лодках по рекам относится к числу экстремальных видов

Во время водного сплава может возникнуть целый ряд опасных ситуаций. Во избежание этих ситуаций несколько советов:

- перед первым плаванием необходимо собрать максимум информации, приобрести максимум навыков веслования и никогда не ездить в одиночку.

- всегда иметь на каждую реку необходимое снаряжение: спасательный жилет, одежду и обувь по погоде, шлем и лучше закрытую лодку.

- для более сложных рек необходима экипировка для спасения на воде и умение с ней обращаться.

- сплав сложных участков должен страховаться с берега.

Каждый год вода подмывает берега, меняется течение. На безопасном раньше месте может оказаться отмель или свалившееся дерево,



которое ветками приведет в негодность плавсредство и может стать причиной гибели людей. Одна из мер для безопасности сплавщиков заключается в том, что надо постоянно прислушиваться к речному шуму. И если вдруг ровный звук течения поменялся, необходимо тут же причалить к берегу и разведать обстановку, пройдя пешком вперед по берегу.

Спасательный жилет - одна из главных вещей при спасении на воде. Помогает при плавании и спасает тонущего человека. Спасательные жилеты относятся к вспомогательному снаряжению при плавании.

Хорошая каска для сплава по бурной воде должна удовлетворять следующим требованиям:

- Защищать переднюю часть головы и виски.
- Быть достаточно прочной для того, чтобы выдерживать удары, которым она подвергается как на реке, так и вне нее.

Меры профилактики

- Тем, кому предстоит путешествие в местность, где могут быть энцефалитные клещи, стоит позаботиться о прививке. Если вы не успели привиться весной, сделайте это перед походом – клещи активны еще до начала октября. Делаются 2 прививки с интервалом в месяц. Иммуитет вырабатывается через две недели после последнего укола.
- Если вы собираетесь на природу, запаситесь репеллентами. Выбирайте те средства, на упаковке которых нарисован клещ.
- В поход нужно снаряжаться так: на голове капюшон или шляпа, покрытая платком, спускающимся на воротник, штормовка заправлена в брюки, а брюки – в плотные носки. Каждые полтора – два часа внимательно осматривайте себя, особенно открытые участки тела. Вернувшись домой разденьтесь догола. Проверьте тело и складки одежды.
- Чтобы у клещей было меньше шансов пробраться на вашу дачу, на участке скосите траву, а по периметру территории насыпьте полосу из смеси опилок и гравия.



Поэтому обнаруживается клещ, как правило, не сразу. Чаще всего клещ впивается в подмышечные впадины, в шею, кожу за ушами, пах, но может оказаться в любом другом месте.

Всосавшегося клеща нельзя пытаться давить или резко выдергивать. Это лишь повысит вероятность заражения энцефалитом!

Что делать, если вас укусил клещ

1. Чтобы вытащить присосавшегося паразита, срочно отправляйтесь к хирургу. Затем – к инфекционисту, который установит, не заражены ли вы вирусом.
2. Если поликлиник рядом нет, густо намажьте клеща растительным маслом или вазелином. Можно прикрыть его пузырьком с маслом: он задохнется и сам вылезет наружу. Ранку обязательно смажьте йодом, а затем мазью с антибиотиками. Клеща поместите в банку с мокрой ваткой и отнесите в лабораторию инфекционной больницы для исследования. Это необходимо, чтобы узнать, не был ли заражен клещ вирусом.
3. Чтобы избежать заболевания энцефалитом, в течение 72 часов после укуса необходимо ввести внутримышечно иммуноглобулин.

### Ориентирование в лесу

Ориентирование на местности включает определение своего местоположения относительно сторон горизонта и выделяющихся объектов местности (ориентиров), выдерживание заданного или выбранного направления движения к определённому объекту. Умение ориентироваться на местности особенно необходимо при нахождении в малонаселённых и незнакомых районах.

Ориентироваться можно по карте, по компасу, по звездам. Ориентирами могут также служить различные объекты естественного (река, болото, дерево) или искусственного (маяк, вышка) происхождения.

При ориентировании по карте необходимо связать изображение на карте с реальным объектом. Проще всего выйти на берег реки или дорогу, а затем поворачивать карту до тех пор, пока направление линии (дороги, реки) на карте не совпадет с направлением линии на местности. Предметы, расположенные справа и слева от линии, на местности должны находиться с тех же сторон, что и на карте.

При отсутствии компаса стороны света можно определить следующим образом:

- кора большинства деревьев грубее и темнее на северной стороне;
- на деревьях хвойных пород смола более обычно накапливается с южной стороны;
- годовые кольца на свежих пнях с северной стороны расположены ближе друг к другу;
- с северной стороны деревья, камни, пни и т.д. раньше и обильнее покрываются лишайниками, грибками;
- муравейники располагаются с южной стороны деревьев, пней и кустов, южный скат муравейников пологий, северный – крутой;
- летом почва около больших камней, строений, деревьев и кустов более сухая с южной стороны;
- у отдельно стоящих деревьев кроны пышнее и гуще с южной стороны;
- алтари православных церквей, часовен и лютеранских кирок обращены на восток, а главные входы расположены с западной стороны;
- приподнятый конец нижней перекладины креста церквей обращен на север.

### Клещи -

#### Где встречаются и как кусают

Клещи предпочитают кустарник и высокую траву, особенно влажный темный подлесок, осинник, малинник. Могут оказаться и в поле на единственном кустике, и в парках.

В целях безопасности для передвижения предпочтительнее выбирать светлые рощи без подлеска и кустарника, сухие сосновые боры, открытые поляны и подобные места, где ветрено и солнечно. Здесь клещей мало. Кроме того, надо помнить, что наиболее активны клещи утром и вечером. В жару или во время сильного дождя клещи малоактивны, что снижает опасность их нападения.

Когда клещ проникает под одежду, он не кусает сразу, а еще некоторое время передвигается по телу, в поисках удобного места. Если быть достаточно внимательным и прислушиваться к себе, то ползающего по коже клеща можно почувствовать и вовремя удалить.

Клещ может сосать кровь до 10 дней. Место укуса немеет. На поверхности кожи видна часть тельца. Если клещ заражен боррелиозом, вокруг укуса появляется красное пятно, которое с каждым днем расплзается.

Укус клеща практически незаметен: насекомое вводит в ранку обезболивающее вещество.

в течение 12 часов. Так же следует поступать с водой из ручьёв, болот и прудов. Неприятный запах устраним зола из кострища: бросьте горсть в ёмкость с водой и прокипятите, затем дайте отстояться в течение 45 минут.

Но что делать, если отыскать открытый водоём не удалось? Ищите грунтовые воды. Их уровень и запас зависят от рельефа местности и характера почвы. В не каменистой земле воды обычно больше и найти её легче, чем в каменистой.

В долине рыть следует под крутым склоном или в месте, где земля густо покрыта травой (возможно здесь был водоём). Часто достаточно выкопать небольшую яму — она быстро заполнится водой.

На склонах гор хорошим ориентиром является сочная зелёная трава. Копайте в этом месте до тех пор, пока сквозь грунт не начнет просачиваться вода. Ближе всего к поверхности грунтовые воды расположены там, где склоны переходят в долину. Вода часто находится недалеко от поверхности в руслах высохших рек — в самой глубокой части русла с внешней стороны излучины.

В местах, где грунтовые воды подходят близко к поверхности, растут определённые породы деревьев, кустарников и трав, например ива, бузина.

### Способы добычи огня

Лучший способ - это спички, но если их нет, можно получить огонь, фокусируя солнечные лучи через линзы очков, лупу, окуляры оптических приборов.

Огонь можно добыть холостым выстрелом из ружья; для этого подготавливают растопку и холостым патроном из ружья (1/4 или 1/3 пороха, запяженного ватой или сухим мхом) делают выстрел.

Огонь можно получить также, ударяя по кремню обухом ножа, но для этого нужно иметь специальный трут или легко воспламеняющуюся вату.

Всегда иметь с собой при походе в лес и на рыбалку неприкосновенный запас спичек. Для этого следует взять старую латунную гильзу, положить в нее спички и терку от коробка, закрыть плотно пробкой и даже залить пробку парафином. Перед каждым выходом на охоту, рыбалку и по грибы необходимо проверять состояние спичек. Они всегда должны быть сухими.

**Питание**

При голодании приспособительные реакции организма выражаются в первую очередь в сокращении энергозатрат, снижении интенсивности обмена веществ. Лишенный питания организм после соответствующей перестройки начинает расходовать свои внутренние тканевые запасы. Они достаточно велики. Так, при весе 70 кг человек имеет около 15 кг жировой клетчатки.

Оказавшись в одиночестве в безлюдной местности, выполняйте следующие правила:

Учтите весь запас имеющихся у вас продуктов и воды. Постарайтесь хотя бы примерно определить, какой срок придется быть одному. Разделите запас продовольствия: две трети - на первую половину одиночества и одну треть - на вторую.

Чем питаться в тайге? Если человека, заблудившегося в тайге, преследуют охотничьи неудачи, ему придется обратиться к растительной пище. Она, конечно, не столь вкусна и сытна, как животная, но может в течение долгого времени поддерживать силы терпящих бедствие. В тайге, особенно в летне-осенний период, можно всегда отыскать грибы, плоды кустарников, съедобные корни, орехи, желуди. Но особенно много в лесной чаще всевозможных ягод – брусники, черники, клюквы и т.д.

**Добыча воды**

Человеческий организм почти на 65% состоит из воды. Обезвоживание организма всего на несколько процентов ведет к нарушению его жизнедеятельности, а свыше 10% вызывает глубокие нарушения, которые могут привести его к гибели. Поэтому в условиях автономного существования, особенно в районах с жарким климатом, при ограниченных запасах воды или при их отсутствии, обеспечение водой становится проблемой первостепенной важности.

Единственный источник, который вы обнаружили, наполнен мутной, затхлой водой. Определить, проточная вода или стоячая, легко. Просто плюньте в воду: если слюна разошлась — проточная, если нет — пить эту воду без риска для здоровья нельзя. Как минимум нужно прокипятить её в течение 2 минут. Очистить же от взвесей можно с помощью нехитрого приспособления. Возьмите, например, большую консервную банку с дырявым дном, заполните её песком, заткните отверстие в днище травой и пропустите через самодельный фильтр воду. Если под рукой подходящей ёмкости нет, процедите воду через ткань, на которую насыпан песок. В крайнем случае, дайте отстояться воде



хвойного подроста. Не следует искать убежище на дорогах и просеках, окруженных хвойным лесом, особенно молодняком с низко опущенными кронами, а также в логах, поросших лесом.

В связи с тем, что большинство лесных пожаров возникает от незатушенных костров, лучше не разжигать их в сухую теплую и ветреную погоду.

При посещении леса следует отказаться от курения. Но если закурил, необходимо знать, что это опасно, особенно в хвойных насаждениях, где мало зеленой травы и днем сильно подсыхает прошлогодняя хвоя, лишайники, трава, мелкие веточки и другой растительный опад. Поэтому лучше курить в специально отведенных местах или участках, пригодных для разведения костров и курения. Курить в лесу на ходу не следует, так как всегда существует опасность машинального отбрасывания в сторону горящей спички или окурка, и как результат этого – пожар, о котором его виновник может и не подозревать.

Широко используются в пищу плоды и семена многих таежных деревьев – ореха, сосны и особенно кедра. Вполне съедобны опавшие желуди, если их перед обжариванием на углях предварительно вымочить в течение нескольких часов, 2 – 3 раза сменяя воду.

Осенняя тайга изобилует грибами. Чтобы поиск грибов не оказался безуспешным, следует помнить, что они чаще встречаются у подножия деревьев с северной стороны, на покатых увалах редколесья, отлогих склонах мелких оврагов, в суходольных роцах, на плоских пригорках. Бесплезно искать грибы среди густой травы или на плотном мху. Однако нельзя забывать, что среди съедобных грибов встречается немало их ядовитых собратьев, в ткани которых содержатся токсичные вещества, вызывающие тяжелые отравления.

Пища животного происхождения более питательна по сравнению с растительной, но ее труднее добыть. Если вы знаете, какие животные съедобны, где они обитают и как их поймать, то шансы на выживание повышаются.

### **Меры пожарной безопасности в лесу**

Подавляющее большинство лесных пожаров возникает из-за неосторожного обращения людей с огнем или нарушения ими требований пожарной безопасности при работе и отдыхе в лесу. Статистика утверждает, что в 9 случаях из 10 виновник лесных пожаров – человек.

Большинство лесных пожаров возникает от костров, которые раскладываются для обогрева, приготовления пищи, отпугивания гнуса и даже просто ради баловства.

Особенно многочисленной армией поджигателей стала в последние годы отдыхающая на природе молодежь.

Немало пожаров возникает по вине курильщиков, бросающих в лесу незатушенные спички и окурки. Также лесные пожары могут возникнуть и от других причин, например, от тлеющего ржавого пыжа, выброшенных из окон поездов незатушенных окурков, от искр из выхлопных труб двигателей и т.п. Находясь в лесу необходимо помнить, что вполне реальна опасность возникновения лесного пожара от незначительного источника огня, особенно в сухое теплое ветреное время.

Природными факторами, вследствие которых может начаться лесной пожар, являются сухие грозы, самовозгорание лесного хлама и т.п.

При обнаружении загорания в лесу или вблизи от него лесной подстилки, опада, ветоши, порубочных останков, главная задача – не дать пожару набрать силу и распространиться. Для этого следует потушить огонь, тщательно осмотреть место горения и убедиться, что не осталось очагов горения. В тех случаях, когда самостоятельно огонь потушить не удастся, необходимо сообщить о пожаре в органы лесной охраны, в местные органы власти или полицию.

При тушении загораний в лесу самым распространенным способом является захлестывание огня на кромке пожара. Для захлестывания используются зеленые ветви. Эффективно забрасывание кромки пожара грунтом, охлаждающим горящие материалы и лишаящим их доступа воздуха.

Во время тушения необходимо соблюдать правила пожарной безопасности и твердо знать, что при верховых лесных пожарах, когда горят кроны деревьев, убежищем могут служить берега водоемов, крупные поляны, лиственный лес без

**Главное управление  
МЧС России по  
Красноярскому краю**



**ПАСПОРТ  
БЕЗОПАСНОСТИ  
ТУРИСТА**



## **ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ:**

**Пожарная охрана «01»**

**Полиция «02»**

**Скорая помощь «03»**

**С мобильного телефона  
«Единая служба спасения»  
«112»**

**Телефон доверия ГУ МЧС по  
Красноярскому краю  
(391) 2270919**

**Оперативный дежурный  
поисково-спасательного  
подразделения КГКУ  
«Спасатель» (391) 241-42-36**

**Оперативный дежурный  
Главного управления МЧС России  
по Красноярскому краю  
(391) 2908-106**