**Набрать грибов и выжить: 6 советов для грибников от МЧС**

Грибной сезон прибавил работы новосибирским спасателям: люди в лесах теряются чуть ли не каждый день.

В новосибирском управлении МЧС составили памятку для тех, кто отправляется за грибами и ягодами, — НГС.НОВОСТИ внимательно изучили ее и попросили охотника и путешественника-экстремала дополнить полезными советами.

Что брать с собой

Обязательно возьмите с собой заряженный сотовый телефон, дождевик, нож и спички. Пригодятся и обычные наручные часы — с их помощью можно определять стороны света.

«Необходимо расположить часы так, чтобы часовая стрелка указывала на солнце, а угол между часовой стрелкой и 12 часами разделить пополам. И линия, разделяющая этот угол, будет указывать на юг», — советует охотник Валерий Краев.

Как одеться

Если боитесь, что заблудитесь и придется звать на помощь, — одевайтесь ярко. В камуфляже вас могут не заметить, поэтому лучше накинуть куртку, которую видно издалека. Подойдет и верхняя одежда со светоотражающими полосками или рисунками. При этом она должна быть максимально закрытой. Это убережёт вас от порезов, царапин и от укусов насекомых, советуют в МЧС.

Как не потеряться

Не стоит ходить по лесу в одиночку и забираться в дремучую глушь — лучше ходите там, где берёт сотовая связь.

По возможности запоминайте на пути как можно больше ориентиров. Это могут быть необычные деревья, горки, тропинки и другие природные ориентиры, уточняет Валерий Краев. А самый верный способ не заблудиться в лесу — ориентироваться по солнцу.

Все-таки заблудились. Что делать?

В МЧС призывают к хладнокровию — не паникуйте. Остановитесь и подумайте, откуда пришли, не слышно ли криков, шума. Выйти к людям помогают звуки и ориентиры: работающий трактор (его слышно за 3–4 км), собачий лай (2–3 км). А лучший ориентир — железная дорога, шум от поездов слышно за 10 км, уверяют в МЧС.

По возможности заберитесь на высокое дерево, чтобы осмотреться: нет ли рядом деревни или реки. Если у вас есть с собой сотовый телефон, позвоните по номеру 112 (единая служба спасения) и оставайтесь на месте.

Если вы вынуждены искать обратный путь сами, то ориентируйтесь по линии электропередачи, железной дороге, газопроводу или реке — все они в итоге приведут к людям. «Можно сориентироваться по следам. Например, если где-то проходила лошадь с повозкой или проезжал автомобиль, нужно просто иди по следу, он рано или поздно приведёт на дорогу либо в деревню», — рассуждает Валерий Краев.

Оставляйте знаки для поисковиков

«Когда человек понял, что он заблудился, и пошёл в обратную сторону, ему нужно делать какие-то отметки на деревьях. Например, оставлять сломанные ветки на определенной высоте, обычно на уровне человеческого роста, чтобы тот человек, который шел по следам, мог эту сломанную ветку заметить», — советует опытный путешественник-экстремал Алексей Ляшенко.

Ночевка в лесу: главное — не замерзнуть

Если уже стемнело, а вы все ещё блуждаете по лесу, подыщите место для ночлега. Прогулки в темноте могут закончиться травмами.

«Ночевать нужно на небольшой возвышенности, чтобы не было ложбинки, чтобы, если пойдёт дождь, туда вода не натекла. Если это лес хвойный, можно набрать лапника, постелить его и сделать себе койко-место, чтобы от земли холод не шёл», — советует Валерий Краев.

«Если вам необходимо ночевать в лесу, костёр обязателен, — добавляет Алексей Ляшенко. — Желательно так разводить костёр, чтобы он дымил побольше. Для этого берутся сухие веточки — валежник, вытаптывается полянка, чтобы лес не загорелся, разводится небольшой костер и засыпается свежесорванной травой. Будет очень много дыма. Это будет отпугивать комаров, и если вас пошли искать, то по запаху костра быстрее найдут. Если нет спичек и костёр развести нельзя, нужно постараться ещё до заката солнца высушить всю одежду, чтобы в ночь на еловнике лечь в сухой одежде».

Что есть и пить?

Все просто — лесные ягоды, летом их в лесу полно. Главная проблема — вода, без нее человек долго не проживет. Валерий Краев советует: лучше попытаться найти место, где скапливается дождевая вода или роса. Если нет — придется пить из первого попавшегося на пути водоема.

«Воду из речки лучше вскипятить. Если такой возможности нет, то чуть-чуть отстоять», — рекомендует Валерий Краев.

В МЧС, кстати, справедливо замечают, что в лес не стоит идти без бутылочки с водой и хотя бы бутерброда. Рюкзак от них тяжелее не станет, а вот жизнь спасти нехитрые припасы вам могут.