Школа выживания в лесу от 6 в

Пища под ногами

В случае если вы заблудились вам приходится вспоминать как выжить в лесу, но а чтобы вам было что вспомнить мы для вас приготовили вводный курс

Режим выживания

Растительная пища

НАЗАД

Дикорастущие растения.

В лесу множество дикорастущих съедобных растений.. В пищу идут разные части растений: плоды, корни, луковицы, молодые побеги, стебли, листья, почки, цветы, орехи. Обычно можно безопасно использовать в пищу те растения, которые едят птицы и животные. Однако редко встречаются такие растения, все части которых съедобны. У большинства из них только одна или несколько частей пригодны для еды или утоления жажды

Культивируемые растения.

Поля даже после уборки овощей и хлебов остаются богатым источником пищи. Если вы обнаружили картофельное поле, поищите на нем картофель, который остался в земле после уборки урожая. Ешьте картофель сырым или вареным, но предварительно очистите его. Ищите поля, на которых после уборки урожая остались в земле турнепс, брюква, морковь, свекла и редька. Их можно есть в сыром или вареном виде. Попав на заброшенные поля зерновых, найдите участки с опавшими колосьями. Ешьте зерна сырыми, сваренными или слегка поджаренными.

Съедобные дикорастущие травы:

- крапива,
- листья молодых одуванчиков,
- подорожник,
- сныть,
- молодые подземные побеги пырея и мокрицы.

Лесные ягоды

Лесные ягоды полезнее чем садовые в них больше витаминов.

Черника, голубика, земляника, костяника, клюква, брусника.

Но, не менее важно не съесть лишнего , так например…..

Бле дная пога нка

Несьедобный ядовитый гриб. В Пермском крае обнаружено 5 местообитаний поганки бледной. Неопытные грибники могут брать бледную поганку вместо хороших съедобных грибов.

Съедобные грибы и их ложные двойники

Белый гриб

- светлая сетка по всей ножке
- белая мякоть

Желчный гриб

- темная сетка по всей ножке
- после разреза мякоть розовеет

Сатанинский гриб

- толстая лиловая ножка
- на изломе мякоть лиловая

Настоящие опята

- кремовые или светло-коричнеые
- "юбочка" на ножке
- пластинки белые или кремовые, никогда не темнеют

Кирпично-красные опята

- шляпка кирпично-красная
- пластинки темнеют
- нет "юбочки"

Серо-желтые опята

- шляпка оранжево-желтая
- оливковый отлив
- пластинки серо-желтые
- нет "юбочки"

Маслята

- скользкая желто-бурая шляпка
- губчатая структура низа шляпки
- кольцо на ножке

Перечный гриб

- бурая шляпка
- губчатая структура низа шляпки
- вишневый оттенок низа шляпки и ножки
- нет кольца на ножке

Лисичка

- желтая шляпка с волнистыми краями
- мякоть желтая, в середине белая
- ножка толстая
- растут семействами

Ложная лисичка

- ярко-оранжевые
- ровные края у шляпки
- мякоть оранжевая
- ножка тонкая
- растут поодиночке

Первая помощь при отравлении грибами

- Немедленно вызвать врача
- До прихода врача промыть желудок и выпить активированный уголь
- Пить много жидкости (вода, холодный крепкий чай)
- Соблюдать постельный режим

Однако выживая в лесу вам нужно будет не только есть, но и пить вот вам несколько источников воды и способов ее сбора:

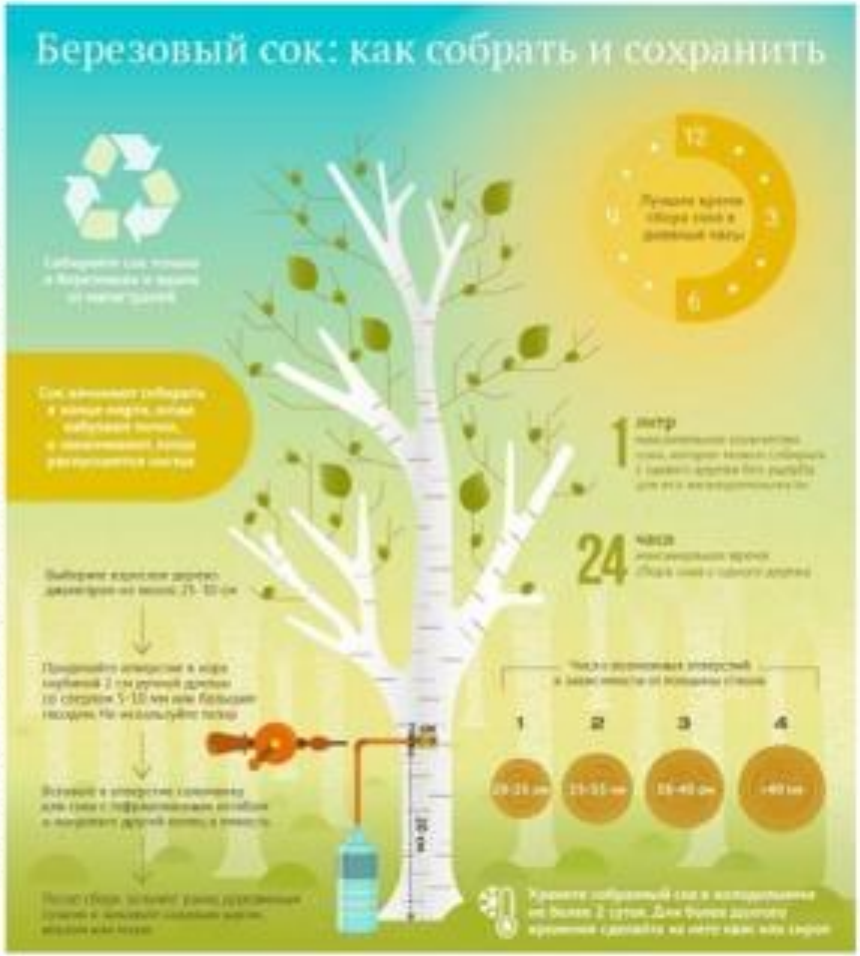
Сбор дождевой воды

Элементарный метод – сбор дождевой воды при помощи любого непроницаемого материала,который опускается в ёмкость, формируя сток. Каким бы способом не была добыта вода, в большинстве случаев требуется её минимальная очистка.

Березовый сок

Правила сбора березового сока.

Собирать сок нужно в тех местах, где нет по близости дорог, заводов и фабрик. Так как березовый сок может накапливать не только полезные вещества, но и тяжелые металлы. Отверстие не должно быть глубоким. В отверстие вводят приспособление в виде желобка и его опускают в емкость для сбора березового сока. Максимальное количество отверстий в стволе не должно превышать четырех. Предпочтительно собирать сок там, где планируется вырубка, и не рекомендуется брать его у молодых деревьев. После сбора сока не забудьте плотно замазать отверстие или надрез пластилином, воском, пробкой, хозяйственным мылом или забить его мхом. Это предохранит дерево от проникновения в него бактерий и различных грибков, которые могут вызвать загнивание в области повреждения и, возможно, привести к последующей гибели.



Не теряйтесь в лесу!