



Меры безопасности при походе в лес

Как же подготовиться к безопасному походу в лес? Что для этого необходимо?

- 1.** 1. Надеть одежду с длинным рукавом, плотно прилегающим к запястью.
- 2.** 2. Обязательно одеть головной убор.
- 3.** 3. Обувь должна полностью закрывать тыл стопы и лодыжку, давая возможность заправить в нее одежду
Лучше использовать сапоги
- 4.** 4. Оденьте брюки, заправьте их в сапоги.
- 5.** 5. Одежда должна быть светлая, чтобы легче было заметить клеща.
- 6.** 6. Для обработки одежды используйте репелленты, отпугивающие клещей.
Репелленты - это специальные спреи.
- 7.** 7. Передвигайтесь по тропинкам, остерегайтесь высокой травы и кустарника.

Приятного отдыха!!!

как это убрать?