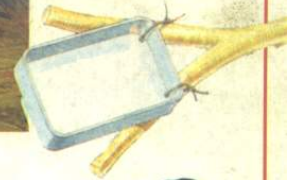




# DOĞADA HAYATTA KALMA SANATI



# SURVIVAL EL KİTABI



**OUTDOOR** DERGİSİNİN  
OKURLARINA ARMAĞANIDIR



hazırlayanlar: **TOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA**



## BİRİNCİ BÖLÜM

# Hayatta Kalmak İçin...

Bu bir doğa kuralıdır; herkes hayatta kalmak için çaba gösterir. Bu çaba hayatımız tehlikeye girdiğinde daha da kuvvetlenir. Ancak tamamen fiziksel açıdan düşünülürse, bizler çevre ve doğal düşmanlarımıza karşı çok zayıfız. Evrim boyunca bu zaaf büyük bir avantaj haline dönüştü ve insan kendisinden güçlü olan düşmanlarıyla başa çıkabilmek için aklını kullandı. İnsanlık, pençeleri yerine aklını kullandıkça doğal düşmanlarına karşı avantaj kazandı ve giderek beyin gücü ve becerisi arttı. Bizler düşünen, azimle yaşamaya çalışan ve böylece değişip, diğerleri göçüp giderken hayatta kalmayı başaranların soyundan geliyoruz. Hayatta kalmayı en iyi başaran cins olarak insan neslinin, günlük survival tekniklerini bilmediği alanlarda uygulayabilmesi için tek gereken, biraz fazladan bilgi ve pratik beceri.

*Doğal yaşam, şehir insanı için ataları için olduğundan daha tehlikelidir, ama eğer gerekirse o da kendini rahatlıkla bu yaşama uydurabilir. Hayatta kalmak için uğraşırken en büyük düşman korkudur, ama biraz bilgi ve hayal gücüyle korkunun da üstesinden gelinir.*





# SUNUŞ

**H**er ne kadar dereyi görmeden paçaları sıvamamak gerektiğini herkes biliyorsa da, aniden bir dereye girildiğinde paçaların ıslanmasını engellemeyi de bilmek gerek. İster kamp yaparken aniden bastıran yağmurun ıslattığı uyku tulumunuzu kurutuyor olun, ister bir doğal afetten canınızı kurtarmaya çalışın doğada yaşamın temel bilgileri size sonsuz fayda sağlar. Çadır ve barınak kurmak, ateş yakmak, yara ve sakatlıklara müdahale etmek gibi konularda bilgili olmak böyle durumlarda hayatınızı kurtarabilir. Farklı arazi koşullarında yön bulma ve su arıtma gibi daha teknik konuları da bilenler, bu bilgileri eğlence için gittikleri kamplarda kullanabilecekleri gibi hayati tehlikeler içeren beklenmedik olaylarda da "sağ kalmayı" başarabilirler.

## Beklenmeyi Beklemek

Bir doğa savaşçısının birinci kuralı her zaman beklenmeyi beklemektir. Doğanın kucığında bir başına kaldığınızda ne yaptığınızı iyi bilmeniz gerekiyor. Bu gibi durumlarda kullanılan teknikler, sürekli böyle ortamlarda bulunan insanlar için geliştirilmiştir. Çünkü tehlike onların gınaşını karşılaştığı bir kavramdır. Oysa normal bir hayat yaşayan insanlar için bir otomobil kazası ya da doğal afet olağanüstü bir durumdur. Ancak ailecek yapılan küçük bir kır gezisinde bile bir çok belaya bulaşmak mümkün. Eğer temel hava tahmini, ilkyardım, yön bulma, elbise ve ayakkabı seçimi gibi konulardan bihaberseniz bu tatlı ve sakın gezinti başınıza bir sürü dert açabilir. Doğada başınıza gelebileceklerden korunmak için vahşi hayat konusunda çok bilgili olmak da yetmez, tehlikeleri gerçek bir tehdit haline gelmeden farketmeniz gerekir.

Beklenmeye karşı hazırlıklı olmak, olayların nasıl geliştiğini anlamaya çalışmak ve kendi tecrübelerimizle karşılaştığımız bilinmeyenleri birleştirerek devamlı gelişme kaydetmeyi gerektirir. Gezmek için az gelişmiş bir ülkedeki vahşi bölgeleri seçmiş olsak bile genellikle sadece modern hayatın imkanlarıyla donatılmış günlük yaşantımızdan bir an için uzaklaşmış seyirciler olmaktan öteye gitmeyiz. Ancak eğer hayatı anlamak istiyorsak konforlu korunaklarımızdan

çıkmalıyız. Bir tropik adada bir başınıza kaldığınızı düşünün.

Gülmeyin, farzedin ki uçağınız düştü ve bir tek siz

kurtuldunuz. Şişe suyu, hazır yemekler ya da güneş gözlüğü bile yok. Şehirde hayatınızı yaşanır kılan kredi kartlarınız bile bir işe yaramıyor.

Bu yüzden sizi koruyan örtünün dışında ne olup bittiğini öğrenmek için elinizden geleni yapmalısınız. Eğer kendi fiziksel ve zihinsel sınırlarınızı kendinize dürüstçe itiraf edebilir ve böylece bu dünyanın neresine ait olduğunuzu iyice anlarsanız, ikinci adımı atabilir ve şartlar ne olursa olsun gerçek dünyada varolmak için savaşırsınız.







## Hayat Kurtaran Bilgiler

Başınıza nasıl dertler açılabileceğini önceden tahmin etmek zordur. Ama her tür felakete başatmayı sağlayacak tüm bilgileri öğrenmek de mümkün değildir.

Temel survival bilgilerini anlamak, teknikleri tek tek öğrenmekten çok daha önemlidir. Çünkü bu özel tekniklerin her seferinde duruma göre geliştirilmesi gerekir. Ne kadar iyi eğitilmiş olursanız olun işin temelini öğrenmediyseniz daha önce rastlamadığınız bir durumla karşılaştığınızda çaresiz kalırsınız.

Modern teknoloji genellikle, aslında bütün işleri yapmakta kullanılan fiziksel gücü ikinci plana atar. Her işi yapan makinalar olduğu için bizler normalde zamanımızın çoğunu alan bir sürü zahmetten kurtulmuş oluruz. Ama işte tam da bu yüzden, hava durumundan tutun aletlere kadar bir çok önemli unsuru da giderek unuturuz. Hayatımız boyunca ne kadar çok şeyle karşılaşmış olursak olalım önemli olan, bunlardan edindiğimiz bilgilerin ne kadarını aklımızda tutabildiğimiz ve gerektiğinde uygulayabildiğimizdir. Akıp giden günlük hayat, bilgi kullanımı konusunda esnek olmamızı gerektirmez. Çünkü genellikle herşey tekdüze ve her gün birbirinin aynıdır.

## Hayatta Kalmanın Kuralları

Kurallar vahşi doğada çok önemlidir. Artık büyük ihtimalle yarısından fazlasını unuttuğunuz lisedeki fizik, kimya ve biyoloji dersleri bile sizi saatlerce deney yapmaktan kurtaracaktır. Çocukken, devamlı olarak aletler keşfeder ve temel kuralları uygulamalı olarak öğrenirdik. Ancak bu gelişme, büyüyüp de bütün aletleri çarşıdan almaya başlayınca durur. Vahşi doğada bir anlamda çocukluğumuza dönmemiz, uyarılma ve geliştirmeye tekrar dönmemiz gerekir. Ancak çalışırken, bir yetişkin olarak basınç, güç ve gerilim gibi mühendislikle ilgili unsurları da gözönüne alarak, bütün bilgilerimizi, ulaşmak istediğimiz hedef doğrultusunda kullanabilmemiz gerekir. Başaramazsak ıslanabilir, aç kalabilir ya da üşüebiliriz.

Adım adım yapılan açıklamaları çizim ve fotoğraflarla destekleyen ve birçok pratik metod içeren bu kitap modern yaşamdan vahşi hayata nasıl geçilebileceğini ve atalarımızın yaşadığı bu koşullarda nasıl hayatta kalınabileceğini anlatmaktadır. Bu kitaptaki bilgiler, bir gün aniden kendinizi atalarımız gibi, bir kaza, afet, yolda kalma, kötü hava şartları gibi durumlarda bulursanız hayatta kalmanıza yardımcı olacaktır.

Diğer taraftan tatilinizi modern yaşamın dert ve sıkıntularından uzakta, doğanın kucağında geçirmeye de karar verebilirsiniz. Durum ne olursa olsun bu kitap size sağladığı bilgilerle en büyük yardımcınız olacaktır.





### Fiziksel ve Zihinsel Durum

Birinci bölümde, şehirlerde yaşayanların fiziksel ve zihinsel durumları, diğer hayvanlarla ve pek konuksever olmayan bölgelerde daha ilkel bir hayat yaşayan insanlarla kıyaslanıyor. Doğada sert kurallar geçerlidir ve birdenbire modern hayatın rahat mekanlarından uzak düşeriz. Böyle durumlarda fiziksel özellikler önem kazanır. Eğer mümkün olduğu kadar zinde ve sağlıklı kalmaya dikkat edersek, sadece bir sorunla karşılaştığımızda hayatta kalma şansımız artmaz, aynı zamanda vücudumuzun sınırlarını da iyi biliriz. Zinde kalmanın basit ama etkili metodlarını anlatan birinci bölümde ayrıca beslenmeyle ilgili açıklamalar da bulabilirsiniz.



### Doğru Ekipman

İkinci bölümde uyku tulumları, elbiseler ve aletlerden kişisel survival takımlarına kadar doğada ihtiyaç duyacağınız her türlü ekipman anlatılıyor ve hazır satılan malzemelerin yanı sıra gerektiğinde bu malzemelerin nasıl yapılacağı da gösteriliyor. Gerekli malzemenin bulunmadığı yerlerde inşaat metodları ve tasarımlar duruma uyarlanmalıdır. Bir iki dal parçası ve biraz iple hemen hemen herşey yapılabilir. Bu şekilde üretilen ekipman mükemmel olmasa bile, işinizi gördüğü sürece bunun hiçbir önemi yok. Bu bölümde ve aslında bütün kitapta doğal kaynakların korunmasının üzerinde önemle duruluyor. Doğaya zarar vermeye hiç gerek yok. Aksine, doğal çevreye uyum sağlayarak hem birey hem de tüm insanlık olarak hayatta kalma şansımız çok daha fazla.

### Kamp Hayatının Temeli

Eğer kendinizi bir tehlikenin içinde hayatta kalmaya çalışıyor bulursanız, ilk yapmanız gereken şey, bir barınak hazırlamak. Bu bir çadır ya da doğal malzemelerden yapılmış bir sığınak olabilir. Üçüncü bölümde ormanlardan dağlara farklı bölgelerde gerekebilecek sığınak şekilleri anlatılıyor. Ateş ise böyle bir durumda sığınacağın hemen arkasından geliyor. Ateş yakarak ısınabilir, yemek pişirebilir, içme suyunuzu temizleyebilir ve moralinizi yüksek tutabilirsiniz. Üçüncü bölümde farklı ateşlerin yakılışı ve sürdürülüşüyle ilgili bilgiler de var.

Sonraki bölümde ise suyun insan vücudu için önemi ve su kaynaklarının nasıl bulunduğu anlatılıyor.

Doğada su genellikle saf olmadığından hayatınızı tehlikeye atabilecek hastalıklar kapabilirsiniz. Suyun nasıl temizleneceğini de bu bölümde okuyacaksınız. Sudan sonra yiyecek bulmanız gerek. Beşinci bölümde yolculuğa

çıkarken yanınıza alabileceğiniz hazır yiyeceklerin yanısıra doğada yiyecek bulma, bu yiyecekleri hazırlama ve saklama metodları anlatılıyor.





## Doğada Yolculuk

Daha önce el değmemiş bölgelerde yolculuk yapmamış olabilirsiniz. Ancak temel bilgilere sahip olduğunuz sürece böyle yerlerde hayatta kalma şansınız oldukça yüksektir. Altıncı bölümde orman, çöl ya da dağlarda yolculuk ederken dikkat etmeniz gerekenler anlatılıyor. Nehir geçme ve bozuk arazide sakatlıkları önleyecek şekilde yürüme teknikleri, temel yön bulma metodları, basit kaya tırmanışı usullerini bu bölümde bulabilirsiniz. Yürüyüşün yanısıra ayrıca motorlu araçlar, salları, kanolar, diğer suüstü araçları ve bu araçların yapım, kullanım ve yüklenme usulleri de var.

## Paniğe Kapılmayın

Hayatta kalmak doğru kararlar verebilmeye bağlıdır. Başınıza neler gelebileceğini bilerseniz, olası bir afeti önceden tahmin edebilir ve gerektiğinde kurtulabilirsiniz. Böylesi durumlarda kendimizi aniden önleyemediğimiz olayların içine fırlatılıp atılmış buluruz. Ve günlük hayatımızda edindiğimiz alışkanlık ve beceriler hiçbir işe yaramaz. Burada öncelikle yapmamız gereken başımıza geleni kabullenebilmektir. Panik ve moral çöküntüsü, hayatta kalmak için benliklerini kullanmak durumunda olan insanların en büyük düşmanıdır. Durum, kaynaklar ve seçeneklere mantıklı ve gerçekçi bir bakış, son derece kritik olan ilk adımların iyi atılmasını sağlayacaktır.

Ek A'da afetler ve tehlikeli durumların sebepleri, nasıl tahmin edilebilecekleri, alınabilecek önlemler ve böyle durumları başarıyla atlatabilmekle ilgili bilgiler var. Ayrıca, kendinizi denizin ortasında bir can kurtarma sandalında, vahşi bir hayvanla burun buruna, bir depremin ya da fırtınanın tam ortasında bulmanız halinde yapmanız gerekenler de var. Bu bölüm yakın afetler ve bu afetlerle mücadele usullerini içeriyor.

Ek B, temel ilkyardım usulleri ve bu usullerin, hayatta kalmak için bir ambulans çağırılmayacağı durumlarda uygulanmalarıyla ilgili. Ayrıca dünya çapında bulaşıcı hastalıklar ve korunma yolları da var.

## Size Kalmış

Herşeyin ötesinde hayatta kalmak için zihniniz açık ve sağlam olmalı. Bildiklerinizi mantıklı kullanmanız ve kabiliyetlerinizi iyi değerlendirmenize rağmen zor anlarda, zor kararlarla karşı karşıya kalabilirsiniz. Ve normal hayatınızın aksine hayatta kalmaya çalışırken vereceğiniz kararlar, yaşam ya da ölüm anlamına gelebilir. Her ne kadar bu kitap alabileceğiniz önlemler ve yapabileceklerinizi gösteriyorsa da gerçek bir survival ortamında hepsini kendi başınıza yapabilmelisiniz. Eğer olaylar bu sayfalarda gösterildiği gibi gelişmezse kendinizi duruma uydurabilmeniz gerekir. Ama, kitaptaki belirli detayları uygulayarak ve temel kurallara uyarak, en kötü durumlarda bile sağ kalmayı başarabilirsiniz.





# FİZİKSEL DURUM

İnsan, birçok hayvandan daha güçsüz bir yaratık; Lama yetenek ve becerilerinin belli bir konu üzerinde yoğunlaşmamış olması, ona büyük bir avantaj sağlıyor. Zekası ve azmi sayesinde, koşullara daha kolay uyum sağlayabiliyor ve yeni

beceriler geliştirebiliyor. Ama insan, şehir hayatında, vücudunu ve becerilerini çok daha az kullanıyor. Bu nedenle, vahşi doğada yaşayan atalarımızın, şehirde yaşayan bizlere oranla çok daha güçlü olduklarını söyleyebiliriz.

## İNSAN VÜCUDU

### Koku

Koku alma duyusu, doğada yiyecek bulmak, başka yaratıkları ve başa gelebilecek tehlikeleri farketmeye yarar. İnsan burnu, köpeğinki kadar güçlü ve hassas olmasa da, yine de fena sayılmaz.

### Duyuma

Vahşi hayvanlar, tehlikenin gelişini, doğadaki sesleri dinleyerek anlar. Ama gürtlü bir ortamda yaşayan kent insanı, artık daha ağır işiyor, kulaklarının duyarlılığı ve işleme gücü, etrafı dikkatle dinleme isteği azalıyor.

### Tat alma

Dilimizin üzerindeki tat alma dokusu sayesinde, acı, tatlı, tuzlu, ekşi gibi tatları birbirinden kolaylıkla ayırabiliriz. Beyin, bu dokudan gelen bilgileri ve yemeğin kokusunu yorumlayarak bir tat belirler.

### Solumun hızı

Beynin oksijen gereksinimine göre, solumun hızı değişir. Çok çaba harcadığımız ya da korktuğumuz anlarda, oksijen düzeyinin düşük olduğu yüksek irtifada solumun hızı artar.

### Omurga

İnsan vücudunun yapısı, aslında dört ayak üzerinde yürümeye uygun olduğu için, iki ayak üstünde yürümenin bedelini bel ağrısıyla çekeriz.

### Parmak

Birbirinden bağımsız hareket edebilen parmaklarımız, cisimleri kavramamıza ve karmaşık aletler yapıp kullanabilmemize, çevre koşullarına daha kolay uyum gösterebilmemize sağlar.

### Eklemler

Diz ya da bilek gibi eklemler kolay incinirler. Şehir hayatında fazla egzersiz yapamadığımız için, eklemlerimizin zayıflığı çoğu zaman sorun çıkarır.

### Ayaklar

Vücudumuzun bütün ağırlığını taşıyan ayaklarımız, kötü bir arazide sakatlanabilir ya da başka sorunlara yol açabilir.

### Beyin

İnsan, beyni sayesinde, diğer duyarlarının zayıflıklarının üstesinden gelmeyi başarır, mantıklı düşünebilir, kendini koruyabilir; tarih, gelecek gibi kavramlar oluşturup evrendeki yeni hakkında felsefeler üretebilir.

### Görme

Görüş açısı 210 derece civarında olan insan, 120 derecelik bir kısmı üstüste binen stereoskopik bir görüşe sahip. Böylece çevremizi üç boyutlu görebiliyor, uzaklıkları tahmin edebiliyor ve gün ışığında renkleri fark edebiliyoruz.

### Dişler

İnsanların eti kesmek, bitkileri öğütmek ve çiğnemek için dişleri vardır. Dişlerimiz hem et hem de ot yiyebileceğimiz şekilde gelişmiştir.

### Kalp

Kalp, oksijen içeren kanı vücutta pompalayarak diğer organların çalışmasını sağlar. Kalp sağlığını korumak için düzenli olarak egzersiz yapmamız gerekli, çünkü kalpteki herhangi bir rahatsızlık, vücudumuzdaki diğer organları da olumsuz yönde etkiler.

### Deri

İç organları koruyan ve terleme yoluyla vücut ısısını ayarlayan deri, insan evrim geçirdikçe, kendisini koruyan kılların büyük bölümünü yitirdi. Bu nedenle, derimizi güneşten, yağmurdan ve soğuktan korunmamız gerekiyor.

### İnsan denen hayvan

İnsan, fiziksel açıdan diğer hayvanlara rakip olamaz, kendisini koruyacak pençe, diş ya da gagası veya içine saklanabileceği bir kabuğu olmadığı için doğadaki etobur hayvanlara kolayca yem olabilir. Görüşü ya da koku alma duyusu yeterince güçlü değildir, tehlikeleri fark edemediği gibi düşmanlarından kaçabilecek kadar hızlı koşamaz. Özel giysileri olmadan belirli iklimlerde yaşamını sürdürülemez. Ama hayatta kalmak için kullanabileceği çok güçlü bir silaha sahiptir: Fiziksel güçsüzlüğü yüzünden son derece gelişen azmi ve aklı hayatta kalmasını sağlar.





## BAZI ADAPTASYON ŞEKİLLERİ



**Fındık faresi**

Küçük ve sınırlı bir hayvan olan bu sevimli yaratık, son derece hızlı bir metabolizmaya sahip. Yemek sıkıntısı çekmemek için kış uykusuna yatan fındık faresi, uykuya daldığında, solunumu yavaşlar ve vücudu daha önce depoladığı yağı kullanır.



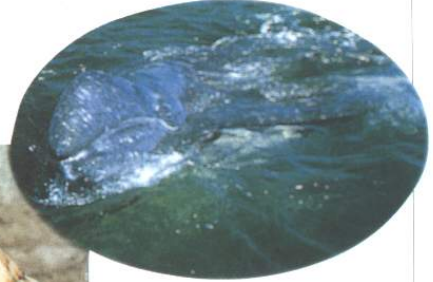
**Soreks (Sivri burunlu fare)**

Küçük vücut ve hızı sayesinde sorekslerin metabolizması da çok çabuk çalışır. Ama bu yüzden hiç durmadan yemek zorundadır.



**Çöl tilkisi**

Çöl tilkisi, en küçük sesin yerini saptamak ve gece gündüz avlanabilmek için her yöne dönebilen kulaklarının kocamanlığı sayesinde, çöl ortamında fazla vücut ısısından kurtulabilir.



**Balina**

Memeli olmasına ve hava solumak zorunda kalmasına karşın, okyanusa çok iyi uyum sağlayan balina, beslenmek için dibine dalması gerektiğinde nefesini 20 dakika tutabilir. Ama ortama çok iyi uyum sağladığı için, başka bir ortamda yaşayamaz.

### İNSANA YAKIN

Maymun dışında, insana fizyolojik olarak çok benzeyen bir diğer hayvan domuzdur. Domuz da, insan gibi hem et hem ot yiyebilir ve organları fiziksel olarak insanların organlarına çok benzer, ama vücudu daha yağlı ve derisi insan derisine göre daha kalındır. İnsan ve domuz eti arasındaki benzerlik nedeniyle, geçmişte Pasifik adalarındaki yamyamların, beyazlara "uzun domuz" dediklerini biliyor muydunuz?

#### Evcil domuz

Domuz fizyolojisi insaninkine çok benzer.



### ÇEVRENİN ETKİSİ

Vahşi doğa, cennet bahçesi değildir. Çürük dişler ya da sıradan bir enfeksiyon gibi biz kentlilere çok önemsiz görünen kimi rahatsızlıklar, doğada ölümlere yol açabilir. Aslında şehir hayatı da kendi problemlerini kendisi yaratır: Fazla gürültüden kaynaklanan baş ağrısı ya da radyasyondan kaynaklanan kanser vs.

- Yüksek irtifalardaki düşük oksijen oranı, solunumu zorlaştırır ve düzensizlik yaratabilir.
- Sigara dumanı ve hava kirliliğine yol açan diğer nedenler, kanser ve astıma yol açabilir.
- Kirliliği ve mikroplu sular, iç organların bozulmasına neden olabilir.
- Ziraatte kullanılan kimyasal maddeler, yumurtalık, karaciğer ve testislerde rahatsızlıklara, alerji, kanser ve hiperaktiviteye yol açabilir.
- Güneşten gelen morötesi ışınlar, deri kanserine ya da kırılganlığa neden olabilir.
- Havada uçan toz ve polenler genellikle saman nezlesi gibi alerjilere, astım, zatürre, fibroz gibi solunum bozukluklarına yol açabilir.
- Yüksek düzeyde gürültü, sağırılık ve duyma bozukluğunun yansıması başağrısı ve stres de yaratabilir.
- Endüstriyel çözücülerle temasta bulunmak ya da buharlarını solumak, alerjik sonuçlar doğurabileceği gibi, karaciğer ve böbreklere zarar verebilir.
- İşte çalışırken ya da nükleer kaza sonucu maruz kalınan radyasyon, spermelerde bozukluğa, dolayısıyla sakat ve ölü doğumlara sebep olabilir.
- Hızlı şehir yaşamının bir sonucu olarak ortaya çıkan stres birçok fiziksel ve zihinsel problem yaratabileceği gibi kolit ve ülsere de yol açabilir.

### TAVIRLAR

Zor bir durumda ya da afetle karşılaştığınızda, hayatta kalmak için doğru kararı vermeli, doğru hareketi yapmalısınız. İnsanın bu savaşta en önemli üstünlüğü aklardır. Şehir hayatında, fiziksel ve zihinsel yeteneklerinin çok az bir kısmını kullanan insan, doğada hayatta kalmak için

mücadele etmesi gerektiğinde, birçok beceriyi yeniden kazanmak zorunda kalır. Sahip olduğumuz özellikler ve üstünlükler arasında mantığımız ayrı bir önem taşır. Ama mantıktan daha değerli ve önemli olan şey, durum ne olursa olsun duyduğumuz yaşama isteğidir.



# BESLENME GEREKSİNİMLERİ

Hayvanların fiziksel özellikleri, aldıkları gıdalara göre farklılık gösterir. Örneğin otçul hayvanların, bitkileri öğütebilmek için birkaç bölümden oluşan bir sindirim sistemi ve öğütücü dişleri vardır. Etçil hayvanların dişleri, eti kopartmak üzere gelişmiştir; vücutları da, sessiz ve hızlı hareket etmelerini,

kolaylıkla avlanabilmelerini sağlayabilecek bir biçime sahiptir. Ama insan hem et hem ot yediği için, dişleri hem et kopartabilecek hem de otları öğütebilecek şekildedir. Eğer et yemiyorsanız, yani vejetaryen diyeti uyguluyorsanız gerekli vitamin, mineral ve proteinleri aldığınızdan emin olmalısınız.

## HAYATIN YAPITAŞLARI

**Fındık**

**Badem**

**Yer fıstığı**

**Ceviz**

**Pekan cevizi**

**Mineraller**  
Metabolizmayı kontrol eden, kemik yapımında ve yaraların iyileşmesinde kullanılan mineraller, gerçekten birçok işe yarar. Mineral eksikliği krampa ve kas erimelerine yol açabilir. Eğer et yemiyorsanız yeşil sebze, fındık ve meyvelerden oluşan bir diyet uygulamalı; başta demir olmak üzere, yaşamsal önem taşıyan mineralleri almalısınız. Mineral, mantar ve deniz yosununda da bol miktarda bulunur.

**Yağlar**  
Önemli bir enerji kaynağı olan yağlar, vücut hücrelerinin yapımı ve yenilenmesi için gereklidir. Ayrıca insanın doymasını da sağlar. Yemekten sonra, yağları sindirebilmek için bol bol su içmeli; bu nedenle, yalnızca bol su içebileceğiniz zaman yağ yemelisiniz. Tohumlar, yağ kadar protein açısından da zengindir.

**Mantar**

**Lif**  
Lifli yiyecekler, boşaltım sisteminin daha rahat çalışabilmesini sağlar. Lifli besinler arasında, meyve, sebze ve ekmeğe başta gelir.

**Hurma**

**Bektaş üzümü**

**Kivi**

**Trabzon hurması**

**Petek bal**

**Karbonhidratlar**  
Vücuda enerji veren karbonhidratlar beslenmede önemli bir rol oynar. Nişasta ya da şeker olarak alabileceğiniz karbonhidratlar, karaciğerde depolanır ve parçalanır, glikoza dönüşerek enerji sağlar. Enerjiye dönüşmeyen glikoz, yağ olarak birikir. Bal, mükemmel bir şeker kaynağıdır.

**Avokado**

**Vitaminler**  
Büyüme, vücut dokularının tamiri ve enerji üretiminin başlatılması için kullanılan vitaminler, taze meyvede bolca bulunur. Ama, doğal besin kaynaklarının çoğu gibi, meyveler de sezonluktur. Mevsim özelliklerinin etkin olduğu yerlerde, uzun süreli survival durumlarında, meyvelerin toplanması ve kış için kurutulması gerekir.

**Balık**

**Proteinler**  
Protein doku yapımı ve büyümenin devamı için gereklidir. Vücut için yaşamsal önem taşıyan ve kendiliğinden sentez yapamayan aminoasitlerin üretiminde kullanılan bazı proteinlerin, gıdalardan alınması gerekir. Et ve balık, gerekli aminoasit, vitamin ve minerallere sahiptir. Kimi sebzelerde de protein bulunur.

## GÜNLÜK KALORİ GEREKSİNİMİ

Gıdalardan elde edilen enerji kaloriyle ifade edilir. Yaşamımızı sürdürebilmek için kaloriye ihtiyacımız vardır. Bütün günü yatakta geçerseniz



bile, yine de yaklaşık iki bin kalori yakarsınız. Gereksinim duyduğunuz kalori miktarı, yaş ve kilo gibi çeşitli etkenlere



bağlıdır. Survival durumunda kaldığınızda, kalori giriş - çıkışını dengede tutmaya özen gösterin.

### Oduncu

Ağır işler için, yüksek oranda kaloriye gereksinim duyulur, çünkü vücudu hareket halinde tutabilmek ve kasların doğru dürist çalışmasını sağlamak için, enerji gereklidir. Ağır bir işte çalışıyorsanız, bol bol, besin değeri yüksek yemekler yemelisiniz.

### Tropikbilimci

Tropik bölgelerde yaşayanlar, soğuk iklimlerde yaşayan insanlardan daha az kalori harcarlar. Yüksek ısılarda çok terlediğimiz için, vücudumuz mineral ve tuz kaybeder. Bu yüzden bol su içeren, dengeli bir diyetin uygulanması gerekir.



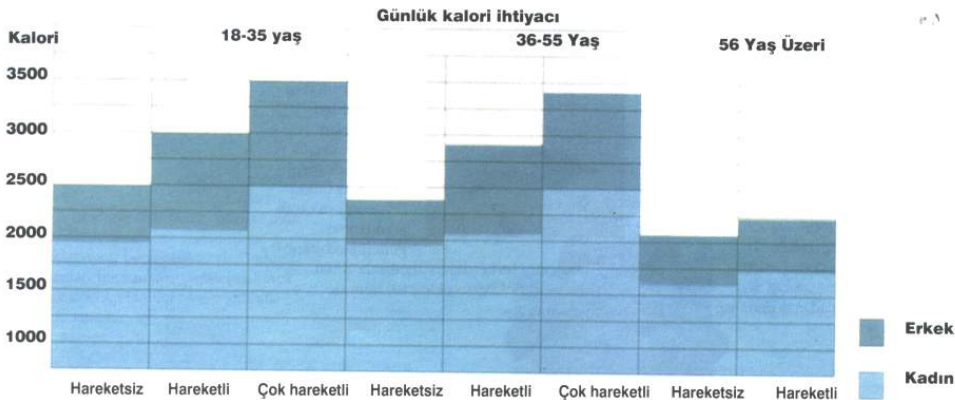
### Dağcı

Sürekli dondurucu soğukla uğraşmak ve her an dikkatli olmak, dağcılığı kalori düşmanı bir aktivite haline getirmiştir. Vücut, ısısını koruyabilmek için günde beş bin kalorienin üzerinde enerjiye ihtiyaç duyar. Eğer dağcı bir taraftan da kayak, snowboard gibi sporlar yapıyorsa, alması gereken kalori miktarı daha da yükselir.

### HARCANAN ENERJİ

İklim, fizik kondisyon ve harcanan efor gibi etkenlere bağlı olarak, farklı aktiviteler için farklı miktarda kalori gerekir. Aşağıdaki akamlar "ortalama" bir erkek ya da kadının ihtiyaçlarını gösteriyor. Ama yaptığınız işe, hava koşullarına ve çalıştığınız araziye göre kalori gereksiniminizin değişeceğini sakın unutmayın!

Aktivite	Kalori/Saat
Dinlenmek	70
Oturmak	90
Ateş yakmak	135
Yürümek	180
Bisiklete binmek	240
Odun kesmek	360
Sprint atmak	360
Koşmak	400
Yüzmek	500



### Kalori gereksinimi

Erkek metabolizması, kadınlıkine oranla daha az verimli ve etkili çalışır; erkek vücudu da daha ince bir yağ tabakasına ve deri katmanına, dolayısıyla daha kötü bir izolasyona sahip olduğu için, daha fazla kalori yakar. Gençler de, hem daha çok hareket ettikleri, hem de metabolizmaların yaşlılara göre daha hızlı olduğu için, yaşlılara oranla daha çok kaloriye gereksinim duyar.



# ÇEVREYE UYUM SAĞLAMA

İnsan, aklını kullanarak, dünyanın hemen hemen her yerini yaşanılır hale getirmeyi başardı ve zaman geçtikçe hem biyolojik hem de fizyolojik olarak, yaşadığı ortama, iklime ve arazi yapısına uyum sağladı. "İlkel" denen toplumlar, çevreyle içiçe yaşarlar; anlaşılması zor sosyal alışkanlıkları, şartırtıcı biyolojik özellikleri vardır. Buna karşılık, "modern" insan, beton cangılın içinde varlığını sürdürebilmek için, doğayla ilgili alışkanlık ve becerilerinin büyük bir bölümünü yitirmiş; doğadan,

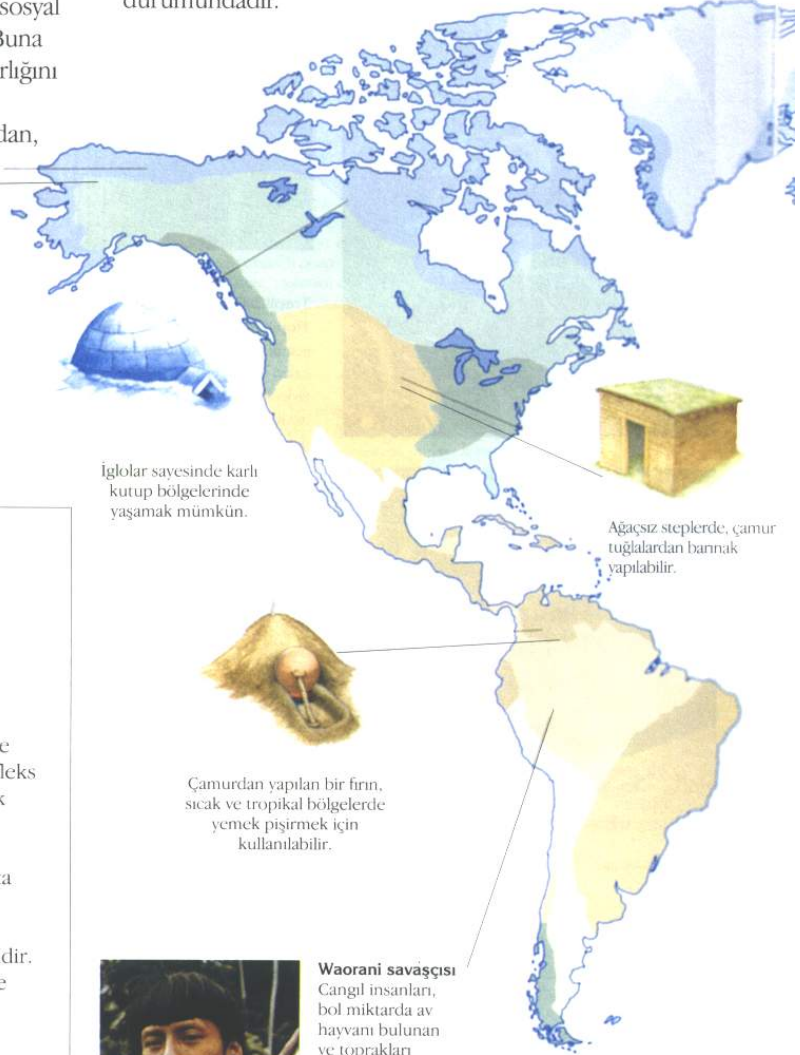
iklimlerden ve şehrin dışındaki doğal yaşamdan soyutlanmıştır. Şehir insanı, vahşi doğada sağ kalabilmek için, ataları tarafından geliştirilen ve bugünün ilkel insanları tarafından hala kullanılan teknikleri öğrenmek durumundadır.



## Eskimo

40 yıl öncesine kadar hala hayvan postları giyen ve avlanırken sığınak olarak iglolar inşa eden Eskimolar, daha çok ete dayalı karbonhidratsız bir diyet sürdürüyorlardı ve yeterli protein üretebilmek için fazla mesai yapan karaciğerleri normalden büyüktü. Bugün

Kuzey Kutbu'ndaki yerleşim birimleri modern olsa da, Eskimolar fiziksel olarak hala Kuzey Kutbu'nun ekstrem iklim koşullarına uygun bir yapıya sahipler.



İglolar sayesinde karlı kutup bölgelerinde yaşamak mümkün.



Ağaçsız steplerde, çamur tuğlalardan barnak yapılabilir.



Çamurdan yapılan bir fırın, sıcak ve tropikal bölgelerde yemek pişirmek için kullanılabilir.

## ŞEHİR İNSANI

Hiç de doğal olmayan, tamamen teknolojik bir çevrede, yiyecek bulmak için mücadeleye atmasına gerek kalmadan yaşamını sürdüren şehir insanı, yolculuk ederken araç kullanır, vücudunu çok az çalıştırır. Merkezi ısıtma ve klimalar nedeniyle oda sıcaklığı genellikle sabittir; sıcaklığın kışın yüksek, yazın düşük olması sağlar. Şehirde var olabilmek için gereken gizli refleksi ve uzmanlıklar doğadakilerden çok farklıdır. Bu yüzden şehir insanı, teknolojinin nimetleri olmadan yaşayamaz. Vahşi doğada hayatta kalabilmek için, pratik zeka ve bilimsel verileri koşullara uyarlayabilme yeteneği gereklidir. Oysa şehir insanı, böyle şeylere zamani olmadığı ve genellikle böyle bir gereksinim duymadığı için, problemlere pratik çözümler getirmeye alışık değildir. Ama doğada kaldığınızda, bu pratik çözümlere bol bol zamanınız ve ihtiyacınız olacak.



## Sırtçantası ve İnsan

Şehir insanı özel ekipman olmadan doğada sağ kalamaz.



## Waorani savaşçısı

Cangıl insanları, bol miktarda av hayvanı bulunan ve toprakları verimli olan yerlerde, avcılık ve ziraati birleştirdi. Ormanda bitki örtüsünü yakarak açtıkları ve genellikle birkaç

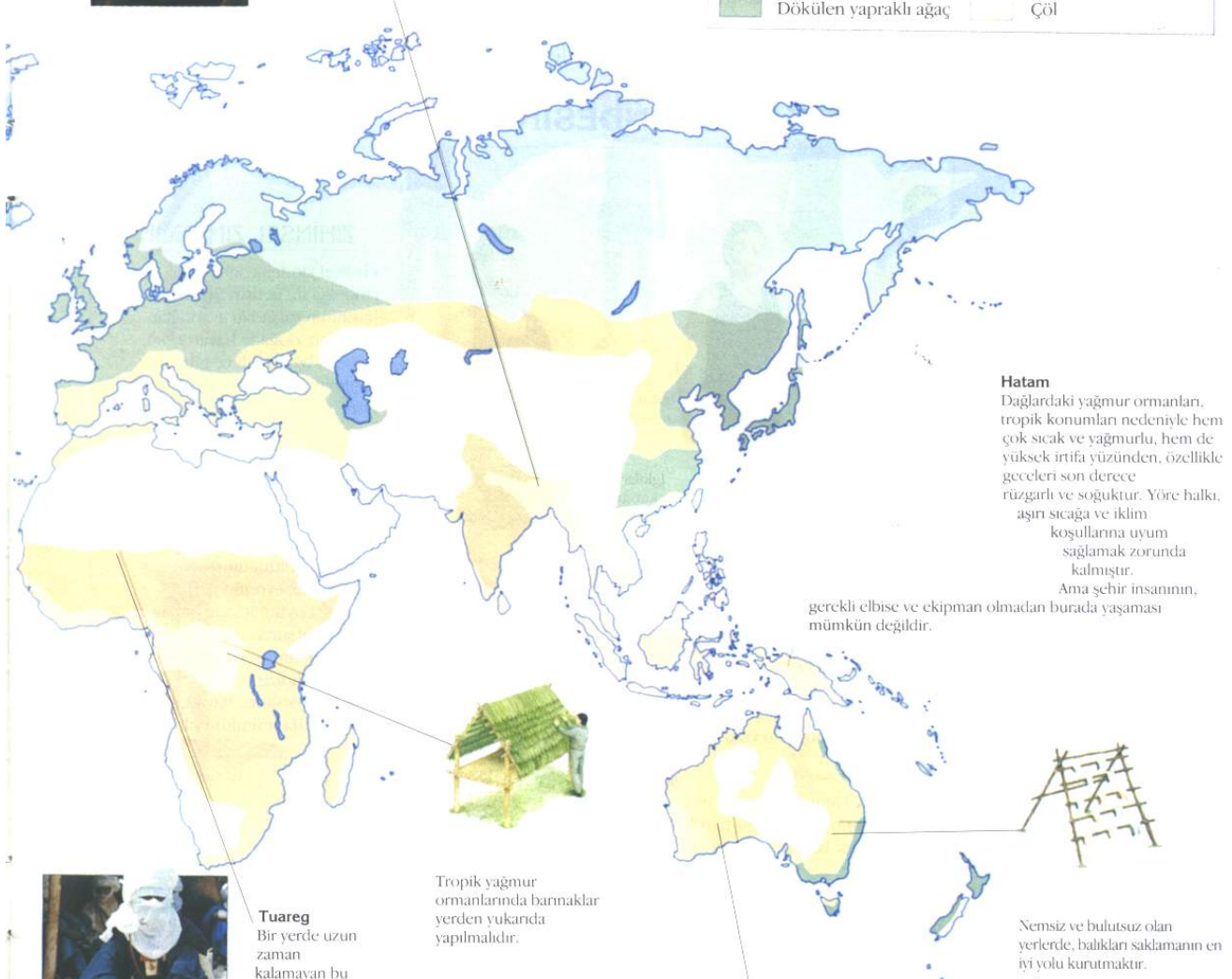
hasattan sonra terkettikleri alanlarda ziraat yaparak, hem bol besin elde etti, hem de sosyalleştiler.



### Şerpa

Şerpalar dağlarda yaşama çok iyi uyum sağlamışlardır. Kısa ve güçlü bacakları, yüksek solunum kapasiteleriyle, fiziksel olarak yüksek irtifalarda yaşamaya uygundur. Alçak yerlerde yaşayan insanlara oranla, güç kaybetmeden ve soluk soluğa kalmadan daha çok yük taşıyabilirler. Yükseklerdeki düşük oksijen düzeyinde yaşayabilmek için, dağ insanlarının kanlarında fazladan alyuvar oluşur.

Anahtar			
	Kutup bölgeleri		Fundalık
	Tundralar		Yağmur ormanı
	Kozalaklı ağaç ormanı		Bozkır
	Dökülen yapraklı ağaç		Çöl



### Hatam

Dağlardaki yağmur ormanları, tropik konumları nedeniyle hem çok sıcak ve yağmurlu, hem de yüksek irtifa yüzünden, özellikle geceleri son derece rüzgarlı ve soğuktur. Yöre halkı, aşırı sığa ve iklim koşullarına uyum sağlamak zorunda kalmıştır.

Ama şehir insanının, gerekli elbise ve ekipman olmadan burada yaşaması mümkün değildir.



### Tuareg

Bir yerde uzun zaman kalamayan bu çöl hayaletleri, hayvanların eti, kanı ve sütüyle beslenir; küçük aile gruplarıyla gezen Tuareg'ler, su kaynakları

arasında devamlı dolaşarak çöl ortamına ayak uydururlar. Ancak günümüzde yaşadıkları sınır problemleri yüzünden bu insanlar, hayvanlarını besleyebilmek için çok küçük alanlara tıklıp kalmak zorunda kaldılar.

Tropik yağmur ormanlarında bannaklar yerden yukarıda yapılmalıdır.

Nemsiz ve bulutsuz olan yerlerde, balıkları saklamanın en iyi yolu kurutmaktır.

### Avustralya yerlisi

Avustralya'daki zor iklim ve arazi koşullarına karşın, Aborijin adı verilen yerliler, doğanın koynunda yaşamayı başarmıştır. Başarılarının sırrı, yerel özellikleri çok iyi bilmeleri, efsane ve geleneklerine bağlı kalmalarında saklıdır.





# ZİNDE KALMAK

Düzenli olarak yürümediğimiz, koşmadığımız ve kaslarımızı germe - açma yaparak çalıştırmadığımız sürece, kaslarımız küçülür, kalp - akciğer kapasitemiz düşer ve istemediğimiz yerlerde yağ birikir. Uzun süreli doğa yürüyüşlerine çıkabilmek ve

vücudunuza dayanıklılık kazandırmak istiyorsanız, aerobik (oksijen gerektiren) egzersizlere ağırlık vermelisiniz. Bu egzersizler, zinde kalmak, dayanıklılık ve hız kazanmak için yapılan hareketlerden oluşur.

## NE KADAR ZİNDESİNİZ?

### Basamak testi

Vücudunuzun ne kadar zinde olduğunu ölçebilir ve formunuzu geliştirebilirsiniz. Bunun için bir kutu ya da merdivene inip çıkmanız yeterli. Çok yorulmamanız ve gereksiz efor sarfetmemeniz için, basamağın yüksekliğinin yaklaşık 20 santimetre olmasına dikkat edin. Her seferinde ayağınızın tamamını basamağa koyun. Üç dakika boyunca dakikada yaklaşık 24 tekrar yaptıktan sonra, 30 saniye kadar dinlenin ve nabzınızı ölçün. 15 saniye boyunca nabzınızı ölçün ve kalp atışınızı öğrenmek için dörtle çarpın. Ne kadar zinde olduğunuzu görmek için aşağıdaki çizelgeye bakın.



1. Ayağınızı dikkatlice kutunun üzerine koyun



2. Bacağınız düzleşene kadar vücudunuzu yukarı doğru çekin



3. Dengenizi sağlayın ve aşağıya inin. Aynı hareketi diğer bacağınızla yapın.

### UYARI

Hareketlere yavaş başlayın ve ritminizi yavaş yavaş yükseltin. Herhangi bir problem ya da rahatsızlık hissederseniz hemen bir doktora başvurun.

### Zindelik oranı

Ne kadar zinde olursanız, kalbiniz de o kadar güçlü demektir. Zinde bir kalp, sağlıklı bir kalpten daha güçlü bir pompadır. Soldaki çizelgede görebileceğiniz gibi,

çocuk, kadın ve yaşlıların kalbi, yetişkin genç erkeklerle oranla daha hızlı atar. Sabah kalkar kalkmaz nabız atışlarınızı sayarsanız, zindelik oranınızı tam olarak öğrenebilirsiniz. Çizelgeden, aynı zamanda, yukarıdaki

gibi bir egzersizin ardından, nabız atışlarınızın normale dönmesi için gereken süreyi de öğrenebilirsiniz. Kalp atışlarınız, ne kadar kısa sürede normale dönerse, zindelik dereceniz de o kadar yüksek demektir.

### ZİHİNSEL ZİNDELİK

Fiziksel zindelik, zihinsel zindeliği de getirir. Şehir hayatının sağladığı avantajlar olmadan, doğada hayatta kalmayı başarmalı ve gündelik yaşamınızdan tatmin olmalısınız. Egzersiz yapmak, kendinize olan güveninizi artırır, yeteneklerinizi ve vücudunuzun sınırlarını öğrenmenizi sağlar. Ruhsal durumunuz, zihin sağlığınızı da etkiler. Zihinsel açıdan zinde ve sağlıklı olmak, kim ve ne olduğunuzu anlamanızı, evrenin geri kalanıyla uyum içinde olmanızı sağlar. Bir survival durumunda, kendi gücünüze güvenmelisiniz. Eğer kendinize güvenmiyorsanız, hayatta kalmanız da mümkün olmaz.

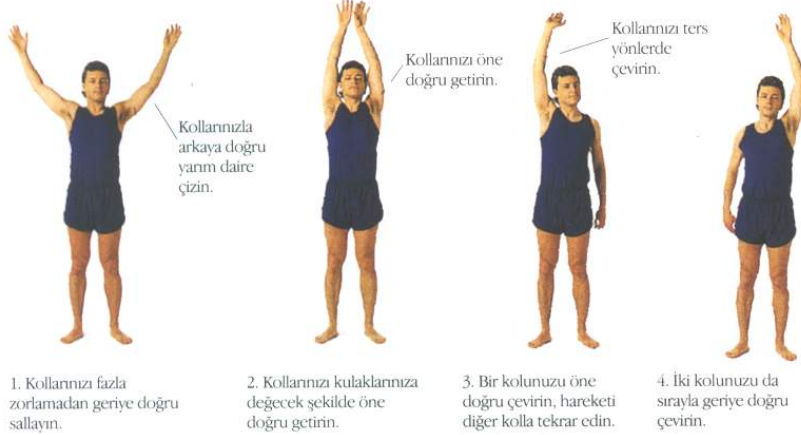
Yaş	20 - 29	30 - 39	40 - 49	50+	Yaş	20 - 29	30 - 39	40 - 49	50+
Hız	Dinlenme halindeyken dakikadaki atış				Hız	Egzersiz sonrası			
Erkek					Erkek				
Çok iyi	60 ve altı	64 ve altı	66 ve altı	68 ve altı	Çok iyi	76 ve altı	80 ve altı	82 ve altı	84 ve altı
İyi	60 - 69	64 - 71	66 - 73	68 - 75	İyi	76 - 85	80 - 87	82 - 89	84 - 91
Orta	70 - 75	72 - 87	74 - 89	76 - 91	Orta	86 - 101	88 - 103	90 - 105	92 - 107
Kötü	85 üzeri	87 üzeri	89 üzeri	91 üzeri	Kötü	101 üzeri	103 üzeri	105 üzeri	107 üzeri
Kadın					Kadın				
Çok iyi	70 ve altı	72 ve altı	74 ve altı	76 ve altı	Çok iyi	86 ve altı	88 ve altı	90 ve altı	92 ve altı
İyi	70 - 77	72 - 79	74 - 81	76 - 83	İyi	86 - 93	88 - 95	90 - 97	92 - 99
Orta	78 - 94	80 - 96	82 - 98	84 - 100	Orta	94 - 110	96 - 112	98 - 114	100 - 116
Kötü	94 üzeri	96 üzeri	98 üzeri	100 üzeri	Kötü	110 üzeri	112 üzeri	114 üzeri	116 üzeri

## GERME AÇMA

Egzersize başlamadan önce germe - açma yapmalı, böylece vücudun her tarafını harekete geçirmelisiniz. Germe - açma yaparken, kaslarınıza

fazla yüklenmeyin ve ağırlık kullanmayın. Egzersizden sonra da germe - açma yaparak kaslarınızı gevşetmeyi unutmayın.

### KOL VE OMUZZAR



### EGZERSİZİN YARARI

Doğru egzersiz, vücudunuzu daha etkin kılacağı için, kendinizi daha iyi ve hazırlıklı hissedersiniz. Zaman geçtikçe, vücut zayıflar, güzelleşir, duruş değişir, güç ve dayanıklılık artar. Bir egzersiz programı, en azından haftada üç kez yapılacak 45 dakikalık idmanlardan oluşmalıdır. Bu çalışmalarda nabız atışları dakikada 120'nin üzerine çıkmalıdır.

**Uzun vadeli kazançlar**  
Düzenli egzersiz vücudun tüm organlarının etkin olarak çalışmasını sağlar.

### GÖĞÜS VE OMUZZAR



### BEL



### KARIN



### KOLLAR

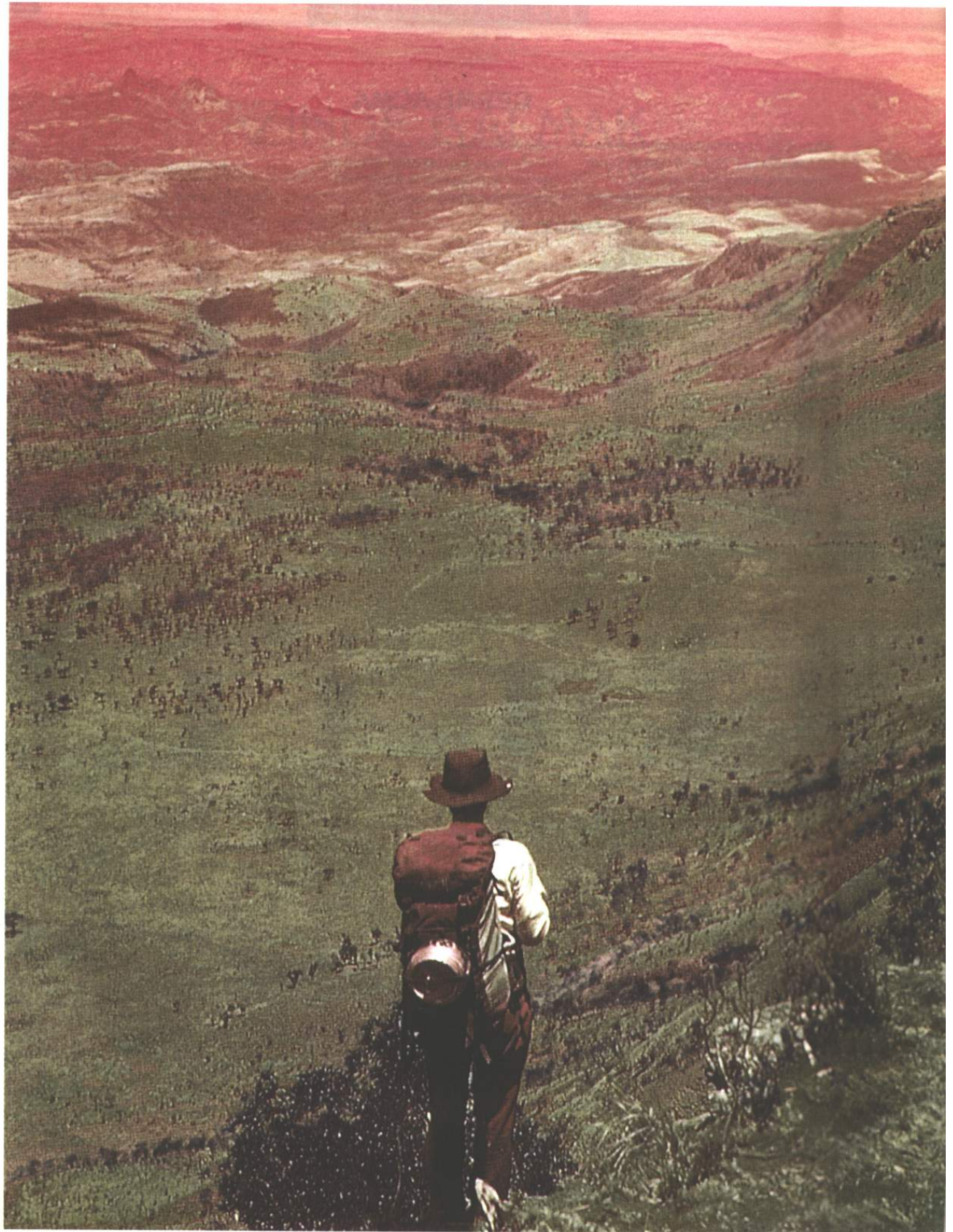


### SIRT AĞRISINI HAFİFLETMEK İÇİN

**Sırtı germek**  
Sırt ağrısı, ağır taşımaktan ya da başka bir zorlanmadan kaynaklanabilir. Bu egzersizler, sırtın doğal kıvrımını yeniden oluşturur ve sırt ağrısını azaltır.









## İKİNCİ BÖLÜM

# TEMEL EKİPMAN

Yapacağınız aktivite ve bulunduğunuz çevreye bağlı olarak doğru ekipmanı seçmeniz, kaza ve buna bağlı olarak ciddi bir survival durumuyla karşılaşma olasılığını önemli ölçüde azaltır. Outdoor ekipmanlarını satan dükkanlar, her tür ekstrem ortam ve iklimde kullanabileceğiniz malzemelerle tıkabasa doludur. Birsürü pırıl pırıl ekipmana çuvalla para harcayabilirsiniz, ama aslında temel survival ihtiyaçlarınızı karşılamaya çalışmalısınız. Yeterli deneyiminiz yoksa, bir kataloğa kanmak yerine, daha deneyimli kişilerin benzer durumlarda kullandığı malzemeleri öğrenin. Ekipmanın bazı parçaları, örneğin bıçak ve pusula çok önemli olduğu için, bulabildiğiniz en iyisini alın. Ancak şişme yastık ya da yatak gibi malzemeler, sadece daha çok rahat etmenizi amaçladığı için, onlar olmadan da yapabilirsiniz. Artık malzemelerinizi seçtiğinize göre, sıra onları gereksinimlerinize uyarlamaya gelmiş demektir. Kırılabilir ya da aşınabilecek parçaları kontrol edin. Ayrıca alet ve elbiseleri (özellikle eldiven ve şapkalar) nasıl sağlama alacağınızı belirleyin ki kaybolmasınlar.

### Survival ekipmanı

Sırt çantasıyla çıkılan yolculuklar, bütün dünyada yaygınlaştığı için, giyim ve ekipmanda birçok moda doğdu. Ancak temel malzemeler yanınızda olduğu sürece, güvenli bir şekilde istediğiniz bölgeye girebilirsiniz.



# DOĞRU GİYİM

Şehir hayatı, yapay ısıtma ve havalandırma sistemleriyle, bizi doğa koşullarından soyutladığı için, artık giysilerimizi, vücut ısınısını korumak yerine, rahatlık ve moda gibi kaygılarla belirler hale geldik. Outdoor için özel olarak hazırlanmış elbiseler bile, genellikle

pratik olmaktan çok, moda'ya uygun olmak kaygısıyla üretilmişlerdir. "Moda" elbiselere birsürü para akıtmak yerine, sadece gerekli olan giyim malzemelerini alıp işinizi kolaylaştırabilirsiniz.

## Kat prensibi

Arasında hava tutan birkaç kat ince giysiyi üstüste giymek, sizi tek ve kalın bir elbiseden daha sıcak tutar. Eğer

vücudunuz çok ısınırsa, birkaç katı çıkartarak ya da düğme ve fermuarları açarak üstünüzü

havalandırabilirsiniz. Bu prensip, hem sıcak hem soğuk havalarda geçerlidir.

### Alt kat

Derinin üstüne, pamuklu bir atlet ya da uzun kollu bir termal giysi giymeniz yerinde olur. Teri emen bir maddeden üretilmesi gereken bu giysi, üstünüze tam oturmalı, ama çok dar da olmamalıdır. Giysiyi mümkün olduğunca temiz tutun ve gözeneklerin kirlenmesini engellemeye çalışın.

### İkinci kat

Atletin hemen üstüne giyebileceğiniz ikinci kat dökümlü olmalı; ama boyun ve bilekleri, kan damarlarından ısı kaybı yaşanmaması için sıkıca kapanabilmelidir. Polo yaka ve fermuarlı olabilen, kolları isteğe göre sıvanabilen bir giysiyi sıcak havalarda, üzerine sadece bir rüzgarlık giyerek, dış giysi olarak da kullanabilirsiniz.

### İçdonu

Uzun paçalı termal iççamaşlıları genellikle sadece kutuplardaki dondurucu ortamlarda gerekir. Eğer kayak yapıyorsanız, rüzgar keserek, bacak arası ve kasıklarınızı koruyacak bir malzeme kullanmanız daha akıllıca olur. Ama içdonu, pantolonunuz ıslandığında kuruma süresini

uzatır. Yine de eğer çok üşüyorsanız, su geçirmez bir pantolon giyerek bu problemi çözebilirsiniz. Daha yumuşak iklimlerde bu kat pamuklu bir dondan oluşabilir.

### Üçüncü kat

Yün kazak ya da hafif bir ceket, üçüncü kat görevi görür. Eğer hareket halindeyseniz, kutuplarda bile terlemeniz mümkün. Bu yüzden bu kat kolayca çıkarabileceğiniz bir giysiden oluşmalı. Eğer hala terliyorsanız parkanızı da "havalandırabilirsiniz". Dinlenmek için mola verdiğinizde, üşümeye başlamadan orta katı tekrar giyin. Bu kat daha yumuşak iklimlerde üst kat olarak kullanılabilir.

### Dış kat

İçinde bulunduğunuz iklime göre dış kat olarak, rüzgar ve su geçirmez bir ceket ya da eğer kutuplardaysanız sert ve dondurucu rüzgarlardan korunmak için muflonlu ve kalın bir parka giyebilirsiniz. Ancak terlemeyi engellemek için, parkanın havalandırılabilir olmasına dikkat edin. Yağmurlu bölgelerde de ceketinizin üzerine bir yağmurluk geçirebilirsiniz.

### Pantolon

Hareketlerinizi kısıtlamayan ve çabuk kuruyan bir kumaştan yapılan bir pantolon giymelisiniz. Çok ıslanacağınız durumlarda, kemer büzülüp belinizi sıkabileceği için, pantolon askısı kullanmak daha avantajlıdır. Gerekiirse pantolonun üzerine su geçirmez bir kat daha giyebilirsiniz, ama bu da terlemenize yol açabilir. Çok soğuk havalarda, bot ve pantolonun üzerine içi doldurulmuş kumaştan oluşan bir kat daha giyerseniz üşümezsiniz.

### Kumaş seçimi

Outdoor elbiseleri, yün ve pamuktan hava geçirip su geçirmeyen sentetik kumaşlara kadar birçok farklı malzemeden üretilir. Ancak insan yapımı maddeler, genellikle doğal malzemeler kadar dayanıklı olmadığı gibi, üzerlerine sinen kokular, yıkandıktan sonra bile çıkmayabilir. Pamuk ve yün gibi doğal malzemelerden yapılan kumaşlar ise, yıkandıktan sonra yüksek ısılarla kurutulursa çekebilir.

## KUMAŞ ÖZELLİKLERİ

Kumaş	Avantajlar	Dezavantajlar
Yün	Bu doğal malzeme, ıslandığı zaman bile ısı geçirmez ve suyu tamamen emene kadar rahatsızlık vermez. Ateşe maruz kaldığı zaman alev almaz, için için yanar.	Isladığında ağırlaşan ve zor kuruyan yün, çıplak derinin üzerine giyildiğinde kaşıntı yapabilir; yıkandığı zaman da çekebilir.
Pamuk	Pamuk çok zor eskir ve nemi çekerek "nefes alabildiği" için, iç giysi olarak ideal bir malzemedir.	Isladığı zaman ağırlaşan pamuklular, yıkandıktan sonra yüksek sıcaklıklarda kurutulursa çekebilir. Kolay yırtılır, rüzgar geçirir ve kolay yanar.
Post ya da tüy	Nemi vücuttan uzak tutup ısı kaybını engellediği için, üçüncü kat olarak giyilir. Son derece hafif ve dayanıklıdır. Nem emmez.	Rüzgar geçiren bu kumaş, zor ütülenir ve uzun süre kullanıldığında üzerinde hav biriktirir.
Hava geçiren sentetik kumaşlar	Hava geçiren sentetik kumaşlar: Terin buharlaşmasını sağlayan bu kumaşlar, dışarıdaki nemi içeri geçirmez. Rüzgara karşı dayanıklı olduğu için, dış giysi olarak kullanılır.	Sentetik kumaşlardan yapılan giysilerin dikiş yerlerinden su girebilir. Çok yağmurlu havalarda gözenekleri tıkanabilir ve hava çok soğuksa ter içeride yoğunlaşır. Ayrıca terin buharlaşarak dışarı kaçması, ısı kaybına neden olabilir.

## EKSTREM HAVA ELBİSELERİ

Outdoor elbiseleri alırken, size önerdiğimiz kat sistemini göz önünde bulundurursanız, hava koşulları ne olursa olsun rahatlıkla giyebileceğiniz uygun elbiseleri seçebilirsiniz. Survival durumunda, üzerinizdeki giysiler bulunduğunuz koşullara uygun olmasa bile, elinizdeki malzemeyi kat prensibine göre giyerek, sığınak yapıp ateş yakarak kendinizi koruyabilirsiniz. Ekstrem iklimlerde ve vahşi arazide giysilerinizin, sizi yaralanma ya da ölüme neden olabilecek koşullara karşı koruması gerekir. Rüzgar, soğuk, sıcak, güneş ve yağmur sizin için tehlike yaratacaktır. Bazı bölgeler için özel üretilen giysiler, örneğin cangıl botları, koşulların daha az tehlikeli olduğu yerler için biraz fazla kaçabilir, ama sahip olduğunuz bütün giysileri, gideceğiniz yere ve yapacağınız aktiviteye göre uygun kombinasyonlarda giyebilirsiniz.

### Kafa koruması

Bir yüz maskesiyle, kafa, yüz ve boynunuzu örterek ısı kaybını engelleyebilirsiniz. Boynunuza dolayacağınız bir atkı da, sizi soğuktan korur.

### Orta tabaka

Koyun postundan yapılmış bir ceket, teri emer ve sıcak havayı içinde tutar.

### İç eldiven

Derinin donmuş cisimlere yapışmasını engelleyen iç eldivenler sayesinde, kısa süreler için bile olsa, hareketlerinizi güçleştiren dış eldivenleri çıkartarak rahat çalışma fırsatı bulabilirsiniz.

### Pantolon

Hareket halindeyken giysiler, genellikle pantolonumuzun belinden dışarı sarkar. Hem pantolon üzerine hem de tek başına giyilebilen tulumlar, bunu önledikleri gibi, omuzlarımızın ve göğsümüzün havalanmasını da sağlar.

### Botlar

Ağır kar botlarında, plastik kaplama ve termal iç botlar bulunur. Kar botlarının içine iki çift çorap giymelisiniz.

### İç tabaka

Termal bir fanila ve uzun iççıldondan oluşan ilk tabakanın, teri emen bir malzemeden yapılmış olmasına özen gösterin.

### Orta eldiven

Tek parmaklı orta eldiven, iç eldiven ve dış giyilen tek parmaklı eldivenin arasına giyilir ve bir taraftan ellerinizi ısıtırken, bir yandan da esyaları kavrayabilmenizi sağlar.

### İkinci tabaka

Kenarları yüz maskesinin üstüne gelecek şekilde polo yaka bir gömlek giymeli, eldivenleri de kollarını içine sokmalısınız.

### Dış tabaka

Önü sıvıca kapanan muflonlu bir parka giyebilirsiniz. Parkanın hava geçirip su geçirmeyen bir malzemeden yapılmış olmasına dikkat edin.

### Dış eldiven

Kat sistemi eldivenler için de geçerlidir. İnce eldivenlerin üzerine kalın, tek parmaklı eldivenler giymelisiniz.

### İç tabaka

Gömleğin altına giyeceğiniz açık renk, pamuklu bir tişört, teri emerek serinlemenizi sağlar.

### İkinci tabaka

Esas giysi olarak hafif bir gömlek giyebilirsiniz. Yüksek sıcaklıkta, örneğin çölede, kollarınızı kesinlikle sıvamayın.

### Şapka

Geniş kenarlı bir şapka, başınızı ve boynunuzu güneşten korur. Şapkanın kenarındaki hava delikleri sayesinde başınızın çok ısınmasını önlemiş olursunuz.

### Dış tabaka

En üste giyeceğiniz hafif bir rüzgarlık, sizi rüzgarlardan ve soğuktan korur.

### Terlememek için

Sıcak havalarda giyilecek elbiseler hafif ve bol olmalıdır. Açık renk giysiler, sıcaklığı yansıtarak sizi serin tutar. Kat prensibi soğukta olduğu kadar sıcak havada da geçerlidir.

### Pantolon

Pamuk gibi hafif bir malzemeden yapılması gereken pantolon bol ve dökümlü olmalıdır.

### Botlar

Botlar hafif ve dayanıklı olmalıdır.

### Üşümek için

Aşırı soğukta, derinin tamamını, kat sistemine uyarak örtmelisiniz. Ancak hareket eder ya da çalışırken terlerseniz, elbiselerin içini havalandırmalı ya da katlardan bazılarını çıkarmalısınız. İçeride hapsolan ter, giysilerin geçirmezliğini azaltır ve hipotermiye neden olabilir.

## KURU KALMAK

Islanmak, ciddi problemler yaratabilir. Yağmur başladığı zaman, su geçirmeyen malzemeler giymeli ve yağmur geçmez çıkartmalısınız. Hava geçirmeyen yağmurluklar, terlemeye yol açar ve yürüyüşçüler için uygun değildir. Bu yüzden hava geçiren malzemeleri tercih edin. Su geçirmeyen pantolonları ise sadece yağmurlu ve soğuk varsa giyin. Tozluklar, dere geçerken bile, ayak ve baldırlarınızı kuru tutacaktır.

### Yağmur elbiseleri

Su geçirmez elbiselerle, vücudunuzu, baştan aşağı örtmelisiniz.





# BOTLAR

İnsan vücudu, ağırlığı, iki değil de dört ayak üstüne dağılacak şekilde tasarlanmış olduğu için, ayaklarımız sürekli basınç altındadır. Buna bir de tıklım tıklım dolu sırt çantalarının ağırlığı eklendiğinde, bozuk ve ıslak zeminde ilerlemek için ayaklarınızı çok iyi korumalısınız. Botlarınızı, doğada

kullanmadan önce, mutlaka bir süre giyin. Deri botları, giymeden önce ıslatın ve kuruyana kadar ayağınızdan çıkartmayın. Arazideyken ayaklarınızı temiz tutun, her gün yıkayın ve talk pudrasıyla pudralayın. Her zaman temiz ve kuru çorap giyin ve tahriş olan yerleri yara olmadan önce bantlayın.

## HAFİF BOTLAR

Yolda yürümek için çok emici özellikli taban.



### Kumaş Botlar

Birçok dağcı kampta ve dağa yaptıkları yürüyüşlerde hafif yürüyüş botları giyer ve ağır, destekli plastik botlarını karlı bölgelere saklarlar. Hafif botlar arazinin çok kötü olmadığı yerlerde kısa mesafe yürüyüşleri için kullanılabilirler. Deri botlardan daha az koruma ve destek sağlamalarına rağmen ıslandıkları zaman daha çabuk kurur ve ayağın daha rahat olmasını sağlarlar.

Kauçuk taban destek ve sok emme özelliği taşır



### Spor ayakkabısı

Antreman botları kamp yapılan yerlerde ya da araç ve botlarla seyahat edilirken daha önceki efordan dolayı ağrıyan, tahriş olmuş ayakların dinlenmesi için giyilir. Ancak rahat ve yumuşak olmalarına rağmen ağır botlar kadar iyi bir koruma sağlamazlar. Spor ayakkabılarının devamlı giyilmesi ayakları yumuşatacağından dahakolay yara olurlar. Islak zemin ve çamurda ise spor ayakkabıları çamura saplanıp ayaktan çıkabilirler.

### Çöl botları

Sert tabanlı ve hafif deriden üst kısmıyla çöl botları bir taraftan çöl kumunun içeri girmesini engellerken bir taraftan da ayakların nefes almasını sağlarlar. Islak ortamlarda süet çöl botlarının gözenekleri daha da açılacağından kurumaları iyice zorlaşır.

Gözenekli süet ayakların nefes almasını sağlar.



### ÇORAP

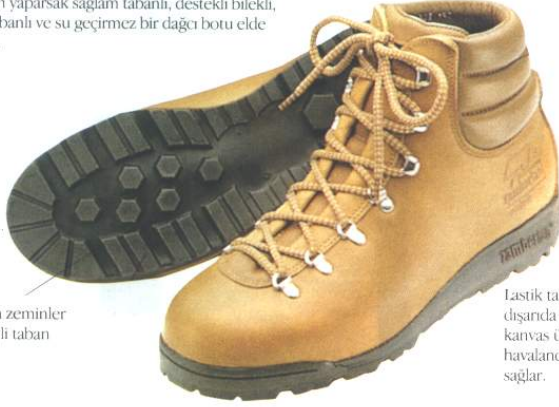
Yün ya da pamuklu malzemeden yapılan kalın çoraplar, yaşamsal önem taşır; ayağınızı sararak botların derinize sürtünmesini engeller, ayağınızı sıcak tutar ve teri emerek kuru kalmasını sağlar. Çok soğuk havalarda iki çift çorap giymelisiniz.



## AĞIR İŞ BOTLARI

### Dağcı botları

Ağırlık, dayanıklılık ve koruma arasında eşit bir dağılım yaparsak sağlam tabanlı, destekli bilekli, dışlı tabanlı ve su geçirmez bir dağcı botu elde ederiz.



Kaygan zeminler için dişli taban

Bilek kısmı, ayağı destek sağlar.

### Cangıl botu

Cangıldaki esas problem sürekli nem ve zemindeki sivri kökler ve kayalardır. Cangıl botları, lastik tabanları sayesinde, ıslak zemindeki suyu dışarı tutar; kanvas üst kısmı da ayağın nefes almasını sağlar. Bir nehir geçişinden sonra, yürürken içeri giren su, özel deliklerden dışarı çıkar. Dişler geniş ve kalın olduklarından ıslak zemini iyi tutar.



Lastik taban, suyu dışarı tutar; kanvas üst kısmı, havalandırmayı sağlar.

Kaymaz dişler karla yürümeye yarar.



### Plastik kar botları

Buza tutunmak için kullanılan kramponlar sayesinde, yürürken ayağın sağlam basmasını sağlayacak şekilde tasarlanan bu botlar, en soğuk iklimlerde bile kullanılabilmesi için çok iyi bir yalıtım sistemine sahiptir. Ancak kayak botları gibi yürüyüşü zorlaştırır. İçlerinde ikinci bir bot gibi termal bir kat vardır ve bu kat, örneğin çadırların içinde tek başına da giyilebilir.

Sert kenarlar kayalık arazide çok yararlıdır.

## TOZLUKLAR

Ilıman bölgelerde ayak ve pantolon paçasını kuru tutmaya yarayan tozluklar, kutup bölgelerinde, karın içeri girmesini engeller; sığ nehirleri geçerken de, suyun büyük bölümünün botlara girmesini önler. Ayakların havalanmasını engellemediği için, tozluklar, lastik çizmelerden daha iyidir.



## BOT BAKIMI



**1** Bağcıkları ve iç tabanı çıkarın, çamuru aktırın. Özellikle asit içerdiği için deriye zarar veren çimleri iyice temizlemelisiniz.



**2** Botlar tamamen kuruyuncaya kadar bekleyin. Eğer mümkünse, direkt ateş ya da güneşten koruyun, yoksa deri çatlayabilir



**3** Kuruyan botlarınızın üzerine, parmaklarınızı kullanarak, su geçirmezlik kazandıran bir karışım sürün. Eğer hemen giymeyecekseniz, botlarınızı serin ve kuru bir yerde saklayın



# KİŞİSEL KAMP TAKIMI

Ancak deneme - yanılma yoluyla, mükemmel bir kamp ekipmanına sahip olabilirsiniz. Yolculuğa çıkmadan önce çantanızı hazırlarken, son yolculukta kullanmadığınız malzemeleri takımınızdan çıkartın. Daha

önceki yolculuklarınızı düşünün ve "keşke alsaydım" dediğiniz malzemelerinizi takıma eklemeyi unutmayın. Bazıları gerçekten çok işinize yarar ve giderek en değerli dostlarınız olup çıkar.



## Harita

Yanınızda her zaman kuru ve düzgün katlanmış bir bölge haritası bulundurun.



## Pusula

Takımın en önemli parçalarından biri olan pusulanızı, güvenli bir yerde saklamalısınız.



Feneri yakmak için baş kısmını çevirin.

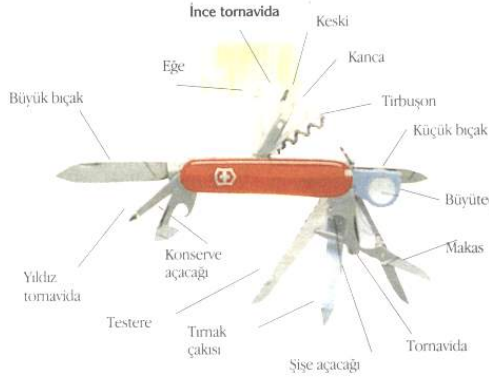
## Fener

Mümkün olduğu kadar küçük ve su geçirmeyen bir fener kullanın.



## Dürbün

Mümkün olduğu kadar küçük ve sağlam bir dürbün alın. Dürbününüz su geçirmez olsa bile, bir naylon torbada saklamayı ihmal etmeyin.



## İsviçre ordu çakısı

Yanınızda aldığınız çakının iyi ve sağlam bıçaklı olması gereklidir. Çakıdaki ek aletler çok faydalıdır, ama dikkatli kullanmazsanız, kolayca kırabilirsiniz.



## Sahan

Küçük bir sahan, kamp yemekleri pişirmek için idealdir. Sahan kolayca ısınacağından, ellerinizi yakmamaya dikkat edin.



## Su şişesi

İçindeki su donduğunda, metal şişeler kolaylıkla kırılabilir. Plastik şişelerse, ateşin yanına konulduğunda eriyebilir.



## Su filtresi

Doğal kaynaklardan akan suları içmeden önce, mikropları ve tehlikeli maddeleri yok etmek için, filtre kullanmalısınız.



## Ocak

Basit ama çok kaliteli bir ocak seçin. Temiz tutmaya ve darbelerden korumaya özen gösterin.



## Ocak tüpü

Tüpün çatlak olmamasına ve yakıtın temiz olmasına dikkat edin. Gerekirse yakıtı filtre edin.



Tabak

Çanak

**Tabak ve çanaklar**

Plastik ya da tahta tabak ve çanaklar kullanarak, size acı veren ve enfeksiyona yol açabilen ağız yanıklarından kurtulabilirsiniz. Asla tüten bir tencereden yemek yemeyin.

**Havlu**

Büyük bir havluyu küçük parçalara bölerek yüz havlusu ya da boyun bağı olarak kullanabilir, ternizi emmesi için gıysınızın altına koyabilirsiniz.

**Banyo takımı**

Kişisel temizlik eşyalarınızı özel bir çantada birarada tutmalısınız. Sabah temizliğinizi yaparken, çantanızı bir yere asarak eşyalarınızın kaybolmasını engelleyebilirsiniz.



**Kahve fincanı**  
Plastik bir kahve fincanını, hem sıcak hem de soğuk içecekler için kullanabilirsiniz.



Bicak

Çatal



Kaşık

Kılıf

**Çatal - bıçak**

Zehirlenmeleri önlemek için, çatal - bıçaklarınızı her zaman temiz tutmalısınız. Eğer kaybederseniz tahtadan yenilerini yapabilirsiniz.

**Dudak kremi**

Bütün iklimler için gerekli olan dudak kremi, dudaklarınızın çatlamasını engeller. Dudaklarınızın kurduğunu hissettiğiniz her an, krem kullanabilirsiniz.

**İlk yardım takımı**

Yara ve sakatlıkların tedavisi edilebilmek için, ilkyardım takımını mutlaka yanınıza almalısınız.

Fermuar kir ve böcekleri dışarıda tutar

**Güneş engelleyici boya**

Güneş engelleyici boya, karda parlak güneş ışığına karşı, özellikle yüksek irtifalarda son derece gereklidir.

**Islanmaz kibrit**

Islanmamaları için uçları balmumuyla kaplanan bu kibritler, doğada işinize çok yarar.

**Survival takımı**

Doğada bulamayacağınız önemli malzemeleri, survival takımınıza mutlaka almalısınız.

**Dikiş takımı**

Elbise ve çadırları onarmak için kullanılır.

**KURU VE SICAK**

Her ne kadar onarsız yapabilişiniz de, çadır ve uyku tulumları, evinizin rahatlığını doğaya taşır. Çadırınızı ve uyku tulumunuzu düzenli bir şekilde toplamayı ve tulumunuzun ıslanmamasına özen göstermeyi unutmayın.



Çadır



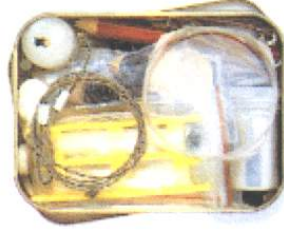
Uyku tulumu



# BASİT SURVIVAL TAKIMI

Survival durumuna düştüğünüzde, birkaç anahtar malzeme ölümle yaşam arasında belirleyici rol oynayabilir. Bu önemli malzemeleri, küçük bir teneke kutu içinde üstünüzde taşımalsınız. Vahşi doğanın içine girdiğinizde, malzemelerinizin kaybolmamasına ve zarar görmemesine çok dikkat edin. Çallara takılıp

düşmelerini engellemek için malzemeleri, boynunuza asabilir ya da elbiselerinizin içinde taşıyabilirsiniz. Her malzemeyi başka bir katın içine koyarsanız parçalar birbirine çarparak kırılmaz. Survival takımınızı, kişisel gereksinimlerinize göre düzenlemelisiniz.



## Hayat kurtaran ekipman

Survival malzemelerinizin en önemlilerini, ağız sıkıca kapanan, küçük bir metal kutuda saklayın.



## Çengelli iğne

Elbiselerinizi, çadır ve uyku tulumunuzu onarıırken çengelli iğnenin ne çok işe yaradığını göreceksiniz.



## İnce tel

Birçok işe yarayabilen teli, tekrar tekrar kullanabilirsiniz. Telin, kolayca bükülebilecek kadar ince, ancak hemen kopmayacak kadar kalın olması gerekir.



## Misina

Balık tutarken ve alet yaparken kullanabilirsiniz.



## Olta ve kurşun

Yanınıza bol bol olta, firdöndü ve kurşun alın. Bazı olta ları hem küçük hem de büyük balıkları tutmak için kullanabilirsiniz.



## Reflektör

Survival durumunda, insanlardan yardım istemek ve dikkat çekmek için, bu amaçla yapılmış bir heliograf kullanabilirsiniz. Heliografin ortasındaki delikten bakarak ışığı istediğiniz yere yansıtabilirsiniz. Eğer yanınızda heliograf yoksa, survival takımınızın kapağını cıralayın, işinize yarayacaktır.



## Tütün kutusu

Survival takımınızı sıkı kapaklı küçük bir tütün kutusunda saklayın. İçindekilerin ıslanmasını engellemek için, kutunun kenarlarını bantlayabilirsiniz.



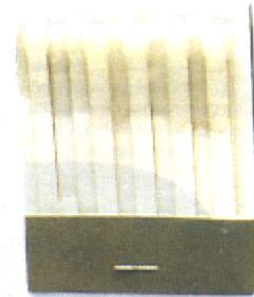
## Pusula

En önemli malzemelerden biri. Eğer kendinden aydınlatmalı bir pusulanız varsa daha iyi.



## Mum

Mumu aydınlanmaktan çok ateş yakmak için kullanın. İçyağından yapılmış mumlar sıcakta eridikleri için uygun değildir.



## Kibrit

Su geçirmez kibritler seçin ya da normal kibritleri, uçlarını ince bir balmumu tabakasıyla kaplayarak su geçirmez hale getirin. Kibriti çakmadan önce balmumunu kazıyın.



#### İğne, iplik ve düğme

Teneke kutunuzda bol bol iğne bulundurun. Kalın ipliklerle dikiş dikebilmeniz için, iğnelerin geniş delikli olması gereklidir. İplikleri iğnelerin etrafına sararak bir naylon torbaya koyabilirsiniz. Çadırın kapılarını da, büyük düğmeler kullanarak sıkıca kapatabilirsiniz.



#### Yara bandı

Kesiklerin iltihaplanmasını ve ayaklarınızdaki tahrişleri engellemek için yanınızda çeşitli boylarda yara bantları bulundurun.



#### Büyüteç

Büyüteci, kuru odunların üzerine güneş ışığı odaklayıp ateş yakmak için kullanabilirsiniz.



#### Tuz

Tuz, yaşamsal bir öneme sahiptir. Terleyerek ve idrarla kaybettiğiniz tuzu geri almazsanız hastalanabilirsiniz.



#### Tel testere

Kolayca kullanabileceğiniz, ama yavaş bir alet olan tel testereyle birçok maddeyi kesebilirsiniz. Biraz gres yağıyla kaplayarak, testerenin paslanmasını ve kırılmasını önleyebilirsiniz.

#### Antibiyotik tabletleri

Sadece gerçekten ihtiyacınız olduğunda, antibiyotik kullanmalısınız.

#### Sterilizasyon tabletleri

İçilemeyeceğini düşündüğünüz suyu kaynatmaya vaktiniz yoksa, acil durumlar için kullanın.



#### Bistüri

Farklı amaçlar için kullanılabilir. Orijinal kabında saklamalısınız.



#### Kalem

Gittiğiniz yerleri not etmek ve yenebilecek şeyleri yazmak, hatta harita çizmek için kullanılabilir.



#### Naylon torba

Kalın naylon torbalar birçok işe yarayabilir. Torbaları kullanarak su taşıyabilir ya da acil durumlarda bitkilerden su elde edebilirsiniz.



#### Potasyumpermanganat.

Bu kristaller, su temizlemek için kullanılır; karıştırıldığında su kırmızıya döner. Aynı zamanda atlet ayağı gibi mantar hastalıklarının tedavisinde de potasyumpermanganat kullanılabilir.

### HAYATİ EKİPMANI BOYNUZUZA ASIN

Özellikle vahşi doğada gerekli malzemeleriniz olmadan asla bir yere gitmeyin. Kaybolmamaları ya da kırılmaları için gerekli özeni göstermelisiniz. Çünkü uyarlardan uzakta tamir edilmeleri ya da yenilerinin alınması mümkün değildir. İsteddiğiniz zaman ulaşabilmeniz için malzemelerin hepsini, tek tek sağlam bağlarla boynunuza asmalısınız. Kullanmadığınız zaman kırılmaları için giysilerinizin içine sokun.

#### Gerekli malzemeler

Önemli malzemelerinizi ulaşabileceğiniz yerlerde bulundurun



Saat

Pusula

Düdük

Çakı



# UYKU TULUMU VE YATAKLAR

**H**ayatta kalmak için dinlenmek de en az yemek yemek kadar önemlidir. İyi bir uyku tüm endişe ve stresinizi alacak ve güne iyi başlamanızı sağlayacaktır. Eğer açık havada ve çıplak

toprakta yatıyorsanız sıcak ve kuru bir ortam daha güvende hissetmenizi sağlar. Cangılın nemli sıcaklığında bile barınak ve ıslak topraktan izole olmak gerekir.

## UYKU TULUMUNUN ÖZELLİKLERİ

Her ne kadar bir çok farklı şekil ve tipte olsalarda uyku tulumlarının en önemli

özellği bir çadırınız yoksa bile sizi sıcak tutabilmelidir. Uyku tulumunuzun

ıslanmasına asla izin vermeyin. Her zaman su geçirmez bir torba içinde saklayın.

Tulumun her tarafı aynı yoğunlukta doldurulmuş olmalıdır

Fermuar boyunca ısının dışarı kaçmasını engelleyen bir şerit olmalıdır. Böylece vücut boyunca ilerleyen soğuk bir hat oluşması engellenir.

Yuvarlak baş kısmı kafa, boyun ve omuzların etrafında sıcak hava tutar.



### Yuvarlak Uçlu Tulum

Bu modern uyku tulumu tasarımlarının en çok rastlananlarındandır. Genişletilmiş gövde baş, göğüs ve omuzlardan ısı kaybını önler.

Fermuar sayesinde tulumu kolayca girer ve çıkarırsınız.

Daralan ayakucu tulumun daha küçük ve hafif olmasını sağlar.



### Fermuarsız Tulum

Bu tulumların boyun kısmı bir iple bütünlük sağlanarak soğuk havalarda kafa ve boyununuzun korunmasını sağlar. Vücut ısısının yarısını kafanızdan kaybettiğiniz için bu çok önemlidir. Fermuar olmadıgından bu tulumlardan çıkmak zaman alır.

Yastık kısmı içe katlanabilir.

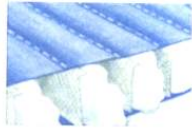


### Kare Uçlu Tulum

Bu tulumlar dışarıda yatmaktan çok arabalı kampçılık için uygundur. Çok hafif olduklarından kutup bölgeleri gibi çok soğuk bölgelerde kullanıma uygun değildir.

## UYKU TULUMUNUN YAPISI

Kuş tüyü tulumlar hafif oldukları ve sıcak tuttukları için tercih edilebilirler. Ancak bu tulumlar da ıslandıkları ya da çok sıkı katlandıkları zaman dolguların top haline gelip izolasyonları bozulabilir. Sentetik dolgu maddeleri daha dolgun ve ağır oldukları gibi kuş tüyü kadar rahat da değildirler. Ancak ıslansalar bile sıcak tutar ve çok çabuk kururlar.



### Kutu

Soğuk hava için üretilmiş kuş tüyü tulumlarda toplanmayı en aza indirmek için kuş tüyleri kumaş



### Kiremit

Bu tulumların içi kiremit gibi üstüste binen FIBERLERden oluşur. Bu katlar izolasyon için hava ile dolarlar



### Üstten dikişli

Dolgu birbirinden ayrı oval bölmelerde durur. Ancak bu teknikte dikişler ısı kaçıtır.



### OFSET kanallı

Çift katlı, OFSET dolgulu kanallar toparlanmayı ve dikişlerden ısı kaybını engeller.

## UYKU AKSESUARLARI



### Astar

Pamuklu bir astar sizinle uyku tulumu arasında bir sıcaklığa katmanı yaratır. Ayrıca kılıf tulumdan daha kolay yıkanır.



### Mat

Çıplak toprağın nem ve soğuktan korunmak için gereklidir. Uyku tulumunun altına yerleştirilir.



### Uzay Battaniesi

Bu acil durumlar için kullanılan hafif bir battaniedir. Folyo vücut ısısının kaçmasını engelleyerek vücuda geri yansır. Ayrıca çöl gibi fazla güneşli ortamlarda güneş ışığından korunmak için de kullanılır.



### Şişme Yastık

Çok gerekli olmasa da uzun yolculuklarda ek rahatlık sağlar.

## BAKIM ONARIM

Uyku tulumunuzu kullandıktan sonra kaldırırken iyice silkeliyerek dolgunun düzelmesini ve havalanmasını sağlayın. Eğer yırtıksahemen iğne iplikle tamir edip hasarın büyümesini önleyin. Yırtıkları geçici olarak kapatmak için geniş bir yapışkan bant kullanabilirsiniz. Delikleri yamamak için genellikle aynı malzemeden yapılan kılıfın parçalarını kullanabilirsiniz.



## Yatak Nasıl Yapılır?



**1** Uyku tulumunuz yoksa bir yatak yapabilir ve yerin soğuğu ve neminden ve böceklerden bir nebze olsun korunabilirsiniz. Yatağın alt kısmını oluşturmak için boyunuzdan uzun kütükleri yan yana dizin.



**2** Ucunu sivirittiğiniz küçük kazıkları kütüklerin iki yanına çakarak sıkıca bir arada durmalarını sağlayın.



**3** Kütüklerin üzerini kalın bir ot tabakasıyla kaplayarak çıkıntı ve budakların yaratacağı rahatsızlığı engelleyin.



**4** Otların üzerini bol yeşillikle kaplayıp hava boşluğu yaratarak döşek etkisi yaratın. Rahatça içine gömülebileceğiniz bir döşek yapın.



**5** Döşek yeterince derin ve rahat olana kadar devam edin. Aynı şekilde bir yastık da yapabilirsiniz.



# ALET EDEVAT

İster en son teknoloji ürünü aletlerle kamp yapıyor ister bir afetten sonra bulabildiğiniz üç beş şeyle canınızı kurtarmaya çalışıyor olun sığınak yapmak ve odun kesmek için bir iki alete ihtiyacınız olacaktır. Doğanın ortasında kırılan ya da kaybolan aletlerin yerine yenisini koyamazsınız. Bu yüzden çok

dikkatli olmalısınız. Aletlere, daha önemlisi kendinize zarar vermemeye dikkat edin. Bazı aletleri kendiniz yapabilirsiniz ancak bunun için elinizdeki aletleri hiç bir şekilde tehlikeye atmayın. Her zaman kendi kabiliyetleriniz ve aletlerinizin limitleri içinde çalışın.

## BASİT KESKİLER

Kamp ve survival için kullanılan basit ve gerekli araçlardır. Diğer aletlerin hemen hepsinin yerine bir şeyler

uydurmak mümkünken eğer bir bıçağınız yoksa diğer aletleri de yapamazsınız. Ağır işlerde bir

balta çok işe yarsa da ağırlığı yüzünden bir aracınız yoksa taşınması zordur.



Bıçağın sırtı küttür ve çekiç olarak kullanılabilir.

Bıçağın sapının zarar görmemesine dikkat etmek gerekir.

Bıçağın keskin ucu malzemeleri kesmek için kullanılır.

Gövdenin orta kısmı ucundan daha kördür ve balta olarak kullanılır.

Kavisli kısım yontma ve sivirtme gibi ince işler için çok keskin yapılır

### Kukri

Bu ağır iş bıçağı Nepalli Gurka'lar tarafından kullanılır. Kamyon makaslarından yapılır. Benzerlerini tüm dünyada bulmak mümkündür. Eğer varsa bıçağı kullanırken bir eldiven giyin. Böylece yaralanma ve tahrişleri engellenmiş olursunuz. Kullanmadığınız zaman deri bir kılıfa saklarsanız kendinizi yaralamamış ve bıçağın zarar görmesini engellemiş olursunuz.



### Çakı

Sağlam bir çakı dişerinizden sonra en çok kullanacağınız malzemedir. Büyük bıçağın fazla kaba gelebileceği işler için kullanılır. Çakınızı sağlam bir iple boyun ya da belinize asın. Her zaman keskin kalmasına dikkat edin.



Paslanması durumunda inceliş ve zayıflayacağından yaş odun kestikten sonra temizlenmelidir.

### Tel Testere

Tel testere bükülmüş tellerden yapılır ve uçlarında tutamak olarak yapılmış çemberler vardır. Survival takımınızın içine kolayca sığar. Dal kesmek için balta yerine kullanılabilir ancak dikkatli kullanılmazsa kopabilir.

## BIÇAK BİLEYLEME



Biley taşı kullanmadan önce nemlendirin.

1 Biley taşı suyla nemlendirin. Keskin kısım karşıya bakacak şekilde bıçağı taşa sürtün.



2 Bıçağın bir tarafını bileyledikten sonra bıçağın diğer tarafındaki çapakları elinizle kontrol edin.



Körlenen kısım durumuna göre bıçağın açısını ayarlayın.

3 Körlenen kısım ortaya gelecek şekilde diğer tarafı da düzeltin. Biley taşı tekrar ıslatmanız gerekebilir.



4 Deri bir kemer kullanarak bıçağı keskinleştirin. Bu bıçağın keskinliğini düzeltir ve kuvvetlendirir.

## BIÇAK NASIL KULLANILIR?



### Kesme

Gövdenin orta kısmıyla, bıçağı kendinizden uzak tutarak kesin. Oduna 45 derecelik açıyla vurarak bıçağın geri sekip sizi yaralamasını engelleyebilirsiniz.



### Sivirtme

Balık avlamak için yaptığınız zıpkının ucunu sivirtirken çakınızı kullanabilirsiniz. Bu işlemi yaparken bıçağı başparmağınızla itin ve keskin kısmın karşıya bakmasına dikkat edin. Böyle nazik işler için çakınız daha uygundur.



### Yontma

Yontma ve kesme vücudunuzdan uzakta parmaklarınızı mümkün olduğunca yonttuğunuz yerden uzak tutarak yapılmalıdır. Odunu küçük parçalar halinde yontun.

## TEL TESTERE NASIL KULLANILIR?



İpten sap yapabilirsiniz.



**1** Metal çemberler elinizi kesebileceğinden testereyi kullanmadan önce bir bez ya da iple sarın.



Teli düz ve sağlam tutun.

**2** İki elinizle testereyi ileri geri çekin. Kesme işlemi sırasında odunun etrafına sarılmış olsa bile işe yaramasına rağmen teli mümkün olduğunca düz tutun. Odunu sürekli ancak fazla sert olmayan hareketlerle kesin.

### DİKKAT

Aletlerinizi her zaman keskin tutmalı ve kullanırken çok dikkatli olmalısınız. Bir bıçağı kılıfından çıkarırken kılıfı bıçağın sırtına rastlayan tarafından tutun. Bıçağı kılıfı kesip tendonlarınızı da parçalayabilir. Eğer dikkatli kullanılmazsa tel testere bile tehlikeli olabilir.

## UYARLAMA ALETLER



**1** Bir çakmak taşı kayalarda parçalayarak doğal bir keski yapabilirsiniz. Kayaya attığınızda çakmak taşı kırılacak ve kenarı keskinleşecektir. Sıçrayan parçalara dikkat edin.



Çakmaktaşı bıçak ya da çekiç olarak kullanılabilir

**2** Keskin kenar, kaba bir keski olarak kullanılabilir. Tersini ise çekiç olarak kullanabilirsiniz. Taşın kenarı körlendiğinde aynı işlemi tekrarlayabilirsiniz.

## DİĞER MALZEMELER



### Bambu Kürek

Bambu ya da kamışlar ikiye bölünerek bir kürek elde edilebilir.

### Cam Bıçak

Bir parça cam kırığı kaba ama etkili bir bıçak yapmak için kullanılabilir. Kullanmadan önce bir ucunu bezle sararak bir sap yapın.





# HALATLAR VE DÜĞÜMLER

**H**alat ve ipler, odundan yapılmış çivilerle ya da yapıştırıcıyla birleştirilmeyen hemen hemen bütün uydurma aletlerde kullanılır. Eğer hazır bir halat ya da ipiniz yoksa doğal malzemeler kullanarak elde edebilirsiniz. Amacınıza ulaşmak için uygun düğümleri bilmeniz gerekir.

Halatı, bir nehir geçerken kullanacaksanız, güvenliğiniz söz konusudur. Ayrıca uydurma aletlerin işe yarayabilmesi için, yaptığınız parçaların bir arada durması gerekir. Eğer hafızanızda sadece tek bir düğüme yer varsa, en iyisi kaya düğümünü öğrenin.

## HALATLARIN YAPISI

İki tip halat vardır: Örmek halatı, birleştirilmiş üç ince halattan oluşur. Kaplama halat ise, birçok ince halatın etrafına geçirilmiş örmek bir

kılıftan yapılıdır. İki halat tipi de doğal ya da insan yapımı malzemeden üretilebilir. Yapacağınız aktiviteye ve amacınıza uygun halatlar

seçmelesiniz. Doğal malzemelerden yapılan halatlar, naylon, polyester gibi malzemelere oranla daha zor çürür, ama daha kolay kopar.

Örümüş üç ince halat

İnce naylon ipliklerden yapılan ince örmek halatlar

### Örmek halat

Özellikle ikisinin de hasar gördüğü durumlarda, örmek halatlar, kaplama halatlardan daha sağlamdır. Örümüş üç ince halattan oluşan örmek halat, sisal keneviri, kendir ya da hindistancevizi lifi gibi doğal malzemelerden ya da naylon gibi sentetik maddelerden yapılabilir. Çok sağlam olan örmek halat, tekne bağlama ve demirlemede kullanılır.

### Kaplama halat

Dağcılar ve tırmanıcılar, ince örmek halatların bir araya getirilip bir kılıfı kaplanmasıyla yapılan kaplama halatları kullanırlar. Kullanımı kolay olan kaplama halat, ıslanmış ya da buzlanmış zaman kayganlaşabilir.

## UYARLAMA HALAT YAPIMI

Isırganotundan halat yaparken, yumuşaması için otu ıslatın, liflerin birbirinden ayrılabilmesi için taşla dövün ve

kurumaya bırakın. Halat yapımında kullanacağınız ipleri, lifleri bükerek elde edebilirsiniz.

Sarmaşık ve ıhlamur ağacının kabuğu da halat yapımında işinize yarar.



1. Lifleri örmek için, üç tane şeridi bir dala bağlayın ve sağdakini, ortadaki şeridin üzerine getirin.



2. Şimdi soldaki şeridi, ortadaki üstünden geçirin. Şeritleri gergin tutmayı sakın unutmayın.



3. Son olarak, sağ tarafta kalan şeridi, yine ortadaki üstüne getirin. Böylece örgünün ilk kısmını bitirmiş oldunuz.



4. Halat, istediğiniz uzunluğa erişene kadar bu basamakları tekrar edin. Bağlayarak çözülmesini engelleyin.

## KAYA DÜĞÜMÜ



1. Kaya düğümüne başlamak için, sağdaki ipi, soldakinin önce üzerinden, sonra altından geçirin



2. Resimde görüldüğü gibi, uçları sıkıca tutarak, soldaki ipi aynı şekilde sağdakiin altından ve üzerinden geçirin.



3. Uçları çekerek düğümü sıkın. Bu basamakların tam tersini uygulayarak da kaya düğümü atabilirsiniz.

## İZBARÇO BAĞI



1. İlmek atarken için kullanılan izbarço bağı sıkılaşmaz ya da gevşemez. İpi elinizin üzerine dolayarak küçük bir çember yapın ve ucunu arkadan getirin.

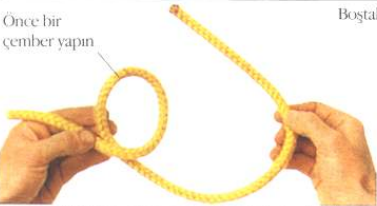


2. Ucu, ipin etrafından geçirin ve tekrar çembere sokun (tavşan delikten çıkar, ağacın etrafından dolayıp ve tekrar deliğe girer).



3. İpi ve elinizdeki ucu çekerek düğümü sıkın. İzbarço bağı, genellikle tırmanışlarda ve kurtarma işlerinde kullanıldığı için, bol bol pratik yaparak iyice öğrenmelisiniz.

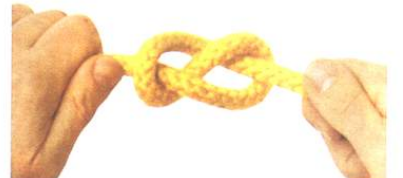
## SEKİZLİ DÜĞÜM



1. Bu düğüm, sözgelimi bir dalın etrafına ilmek atılırken kullanılır. İpin ucundan yaklaşık 60 santimetre uzakta bir çember oluşturun.



2. Boştaki ucu, ipin ve çemberin üzerinden, sonra da çemberin içinden geçirip bir "sekiz" oluşturun.



3. İki uçtan çekerek düğümü sıkın. İpi, bir ilmeğe gereksinim duyduğunuzda kullanmak üzere, bu şekilde düğümlü taşıyabilirsiniz.



4. İlmeği yapmak için, ipin ucunu, bağlamak istediğiniz şeyin etrafından geçirin ve tekrar "sekiz" in içine sokun.



5. Şimdi ipin ucunu "sekiz" in etrafından geçirin ve tekrar ilk halkanın içine sokun. Böylece düğümü tamamlamış oldunuz.



6. İlmeği iyice sıkın. Bu düğüm esas olarak tırmanışta kullanılır. Asla kendiliğinden çözülmez, ama istediğiniz an rahatça bozabilirsiniz.



# HALAT KULLANIMI

Halatları birçok amaç için kullanabilirsiniz, ama bakım yapmayı ihmal etmeyin. Tırmanma halatınız, bozuk bir aracı çekebilecek kadar sağlam olsa da insan yapımı iplikler aşırı sıcakta eriyebilir, gerginken bir köşeye geldiklerinde kopabilir ve ıslakken kayganlaşır. İpliklerin arasına giren kir zararlı olacağı için, halatları temiz ve kuru

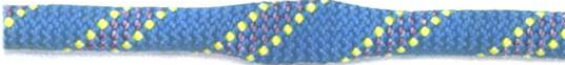
tutmalısınız. Islak ve kirli halatları, temiz ve taze suya yatırıp sabunla yıkayın (deterjan fazla sert gelebilir). Dolaşmış bir halata asla yük uygulamayın, yoksa halatı ciddi bir şekilde zedeleyebilirsiniz. Kaldırmadan önce, halatı temiz suyla yıkayın ve düzgünce kangal haline getirin.

## HALAT BAKIMI

Nemli ortamlar, direkt güneş ışığı ve kemirgen böcekler, doğal malzemelerden yapılmış halatlara zarar verebilir. Sentetik halatlar ise yüksek ısılarda eriyebilir, gerginken keskin bir

kenara geldiklerinde kopabilirler. Ayrıca ıslandıkları zaman kayganlaşırlar. Lifter arasına giren kirler de zararlı olacağı için, halatlarınıza özen göstermelisiniz.

Halatları temizlemek için temiz suya bastırın ve deterjandan çok sabun kullanmaya çalışın. Kurutmak için güneşten ve ateşten uzağa asın.



**İç hasar**

Dışardan görülmesine de hasarlı olan bu halatın kullanılmaması gerekir.



**Dış hasar**

Hasarlı kısımları kesip çıkartın. Kalan parçaları kullanabilirsiniz.

## HALAT NASIL KANGAL YAPILIR?



1. Halatı kangal yapmaya başlarken bükülmüş kısımları açın.

Yaklaşık elli santimlik çemberler yapın.



2. Kangal yaparken halatı ayağınızla tutun. Tozlu ya da kirli yerlerde halatı elinizde sarmalısınız.

Çemberlerin düzgün bir şekilde iç içe geçmesini sağlayın.

Uçtaki çember açıkta kalsın



Halatın sonuyla 30 - 35 santimetrelik bir çember yapın.

3. Bir çemberlik halat kalana kadar sarmaya devam edin. Halatı sağlamlamak için, sonunu kangalın etrafına dolayın.



Çemberi sıkılamak için halatı üzerinden sarm.

4. Sona kalan kısmı kangalın etrafına sarm. Sondaki çemberin de üzerinden geçin, ama ucu açıkta kalsın.



5. Halatı, uçtaki çemberin üç santimetrelik kısmı dışarıda kalacak şekilde, yaklaşık on santimetre genişliğe kadar sarm.



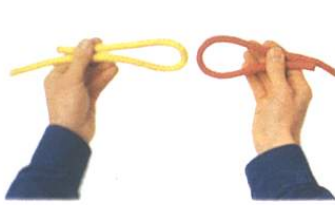
6. Kalan halatı, çemberin açıkta kalan ucundan geçirip sıkıca çekin.



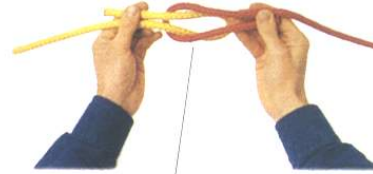
Halatı çekip sıkılayın

7. Ucu çektiğiniz zaman, halat, sarıldığınız kısmın altına girip oraya sıkışır.

## HALAT NASIL BİRLEŞTİRİLİR?



1. Eğer iki halatı birleştirmeniz gerekiyorsa, çözülmeyecek bir düğüm atmanız gerekir. İki halatın da ucunda birer çember yapın.



2. Çemberlerden birini, diğerinin içinden geçirin. Bu şekilde farklı ağırlık ve tipteki halatları da

Diğer çemberi sıkıca tutun



3. Dıştaki çemberin boştaki ucunu alıp kendi etrafına sarmın ve diğer çemberin içinden geçirin.

Çemberlerden biri diğerinin içine



Düğümün çözülmesini engellemek için pay bırakın

4. İçteki çemberi bırakmadan uçları sıkıca çekin. Mümkünse kaymayı engellemek için bol pay bırakın.

## MAKAS ÇATMAK



1. Çatma yaparken, ipi nesnelerin etrafına sıkıca sarmalısınız. Çatmaya başlarken, ipi ilk sopaya sıkıca bağlayın.

Çatmaya başlarken ip ilk çubuğa sıkıca bağlanır



2. İpi, sopanın etrafına birkaç defa sardıktan sonra, diğer sopayı da birleştirin



3. İpi, iki çubuğun etrafına üç santimetre genişliğe gelene kadar, mümkün olduğunca sıkı sarmın. Bunu yaparken ipin üst üste gelmemesine dikkat edin.

Sıkı ve düzenli sarmın

Bağlantı sağlam güvenli ca esnekdir



4. İpi iki sopanın arasından geçirin ve daha önce sardığınız kısmın etrafına sıkıca sarmın.



5. Çatmayı bitirmek için, ipin ucunu sopalardan birinden geçen iplerin arasına sokup birkaç defa geçirin. Sıkılamak için iyice çekin.

İpin ucunu sıkılamak için kendi içinden geçirin.

6 Çatmayı sıkıladıktan sonra sopaları istediğiniz kadar açın ve istediğiniz sığınak şekline göre kullanın.









# 2

## SURVIVAL EKİ

OUTDOOR dergisinin  
okurlarına  
armağanıdır

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

# VAHŞİ DOĞADA YAŞAM

Uygun bir alan seçtikten sonra yapacağınız ilk şey bir barınak hazırlamaktır. Bu barınak bir çadır ya da dal ve sopalardan yapılmış bir korunak olabilir. Kutup bölgelerinde iglo, cangılda ise yerden yukarda bir yatak yapmak birincil öncelikli çözümdür. Barınağı hazırladıktan sonra ısınmak ve yemek pişirmek için bir ateş yakmalısınız. Bunu yapmak için kuru odun toplamalı ve hatta belki de kıvılcım çakmak için bir yol bulmalısınız. Kampı kurduktan sonra bir tuvalet çukuru kazabilir, güvenlik fenerleri asabilir, karanlıkta kaybolmamak için kampın etrafına bir kılavuz halat çekebilirsiniz. Kamp yerini terkedeceğiniz zaman, eğer kaybolduysanız, sizi arayan bir kurtarma ekibine bırakacağınız işaretler dışında, arkanızda hiçbir çöp ya da iz bırakmamaya gayret edin. Şehir hayatının aksine, doğadaki aktiviteler gündeğümü ve batışıyla kısıtlıdır. Eğer gündeğümünden önce kalkarsanız, doğayı hazırlıksız yakalayabilirsiniz. Çevrenize göre bir tempo yakalayın; öğlenleri dinlenerek ve her zaman hava kararmadan önce kampta olmaya dikkat ederek yaşamalısınız.

### GEÇİCİ EV

*Birçok bölgede yıldızların altında uyumak mümkün olsa da bir çadır ya da barınağın içinde yaşamak daha rahattır.*

*Yolculuklarınızda yanınıza bir çadır alabilir ya da kamp yeri civarındaki doğal malzemeleri kullanarak bir barınak yapabilirsiniz.*

# HUGH McMANNERS

Yayına hazırlayanlar: TOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA



# KAMP YERİ SEÇİMİ

**B**ir kamp yeri seçerken gözönüne almanız gereken birçok faktör var. Bu faktörlerin en önemlisi ise güvenlik. Belirli bir noktadaki olası tehlike ve dezavantajları bir kerede farketmeniz zor olsa da, şansınızı fazla zorlamamak için, kamp yeri seçimine akşam olmadan epeyce önce başlamalısınız. İlaşe ve ibade (yemek ve yatak) için harcanan zaman asla ziyan olmaz. Zamanınızı günbatımından geriye doğru planlayın. Hava karardığında çadır ya da barınağınız kurulmuş, yemeğiniz pişmek üzere olmalı. Yerleşmek ve çevreyi biraz daha keşfetmek için de vakit ayırın. Bu yüzden eğer hava saat 18.00'de kararıyorsa, en geç saat 15.00 civarında kamp hazırlıklarına başlamış ve saat 16.00'da hareketi kesip kamp yerini hazırlamaya başlamış olmalısınız.

## Baskın rüzgar yönü

Baskın rüzgar yönünü tayin edip, çadırınızı, kapısı rüzgar yönünün tersine gelecek şekilde kurmalısınız. Lağım çukurunu ise kampınızın rüzgar altına kazın. Ateşin yerini seçerken de çadırınızı dumanaltı etmeyecek bir yer belirleyin.

## KAMP HAYATI İÇİN PÜF NOKTALARI

■ Yağışlı havalarda, çadırın etrafına, uç kısmı yokuş aşağıya bakacak küçük bir hendek kazın. Yoğun yağışlarda çadır kazıklarını taşlarla destekleyin.

■ İhtiyacınız olana kadar hiçbir malzemeyi ambalajından çıkarmayın. Böylece acil durumlarda kamp yerinden ayrılmamız gerekirse değerli malzemeleriniz kaybolmamış olur.

■ Yiyeceklerinizi çadırın içinde saklamayın. Yemek torbanızı yerden üç metre yükseklikte ve ağaç gövdesinden yaklaşık bir metre uzaklıkta bir dala asmalısınız. Böylece ayı, domuz ve tilkilerin yemeğiniizi paylaşmasını engelleyebilirsiniz.

■ Malzemelerinizi açık tamlarını yapıktan sonra elbiselerinizi tekrar çantaya koymadan önce bir iki saat havalandırın.

## Botları kurutmak

Botlarınızı kuruturken toprağa diktığınız sopalara takın. Böylece içlerine hayvanların girmesini engellemiş olursunuz.



## Ağaçlar

Bol bol yakacak ve bannak için odun bulabileceğiniz bir yer olduğu için ağaçların yakınına kamp kurmak isteyebilirsiniz. Ama çadırınızın üzerine düşebilecek kuru ağaçlara ve ağaçlarda yaşayan vahşi hayvanlara dikkat edin.

## Nehir kıvrımı

Nehirlerin kıvrıldığı yerlerin iç kısımlarından uzak durun. Toprak, dış taraftan daha alçak seviyede olduğu ve biriken çakıllar su akışını engellediği için nehir taşabilir.





**Çığ tehlikesi**

Eğer dağ yamacında kamp yapıyorsanız çadırınızı çığ ya da toprak kayması olabilecek yerlere kurmamaya dikkat edin. Ayrıca baharda eriyen kar sularının sellere yol açabileceğini de unutmayın.

**Su**

Suyunuzu her zaman hayvanların su içtiği yerlerin ve kamp yerinizin, akıntı yönüne göre yukarıdan alın.

**DİĞER KAMP ALANLARI**

Kamp yeri seçerken ıslak zeminden ve rüzgar ceplerinden uzak durun. Ayrıca sel izlerinin de üstünde olmaya dikkat edin. Eğer sağınızı solunuzu ısrarı böceklerden şikayetçiyse kuru, yüksek ve rüzgarlı yerleri seçin.

**Bulaşıklar**

Yemek pişirdiğiniz tencereleri yıkamak için, su aldığınız yerlerle çamaşırlarınızı yıkadığınız yer arasında bir bölge seçin. Tencereye yapışan yemek artıklarını kum ya da bezlerle kazdıktan sonra durulayın. Yemek artıkları hayvanları çekebilir. Deterjan kullanmak da balıklara zararlı olur.

**Çadır**

Nehrin sesi hayvanların çıkardığı sesleri maskeleyebileceği için, çadırı sesten uzak, korunaklı bir yere kurun. Girişin rüzgar ve lağım çukurunun yönünün tersine bakmasına dikkat edin.

**Lağım çukuru**

Lağım çukurunu kampın rüzgar altına ve akıntı aşağı kural; ama kirliliği engellemek için nehrin çok yakın olmamasına dikkat etmelisiniz.

**Ateş**  
Ateşin dumanı böcekleri çadırdan uzak tutar. Ancak alevlerin çadırı tutuşturmayacak mesafede olmasına özen gösterin.

**Çamaşır**

Çamaşırlarınızı su aldığınız yerden ve çadırınızdan akıntı aşağı yıkayın. Önce suya bastırıp sonra toprağın üzerine çıkartarak sabunlayın. Daha sonra suyla dolu bir kovada durulayın. Böylece nehri kirliletmemiş olursunuz.

**İdeal kamp yeri**

Ağaçların gölgesinde ama çadırın üzerine devrilebilecek kuru ağaçlardan uzakta, suya yakın ama sel tehlikesi taşımayan bir yerde, vahşi hayvanların çok bulunmadığı bir bölgede kurulan kamp güvenli demektir. Kamp, vadinin bir yakasına kurulmalı ama dibinde olmamalıdır. Rüzgara açık bir bölgede çadır kurmamaya da dikkat edin.



# ÇADIR SEÇİMİ

Çadırlar, rüzgar ve yağmuru dışarıda, sıcak havayı içeride tutar. Çadırın dış tabakası sağlam ve sıkı olmalı, en güçlü yağmur ve rüzgarı bile geçirmeyecek kalitede olmalıdır. İç çadır daha gevşek, terlemeyi engelleyecek, sıcaklığı içeride tutup havalandırmayı

mümkün kılacak bir malzemeden yapılmalıdır. İç ve dış çadırların birbirine değmesini önleyin, yoksa ısı kaybı ve dış çadırın altında terleme oluşur ve iç çadıra damlayabilir. Çadırın altına geçirmez bir altlık dikerek, içeri su girmesini engellemeye çalışın.

## BİR ÇADIRIN ÖZELLİKLERİ

Birçok çadır çeşidi vardır. Ancak bu tiplerin çoğu basit üçgen şekilli çadırlardır. Çadır

direklerin üzerinde, kazıklarla yere tutturularak dikilir. Direklere bağlı ipler yere

tutturularak şeklini koruması sağlanır. Çadırın üzerine gerilmiş bir dış çadır olmalıdır.

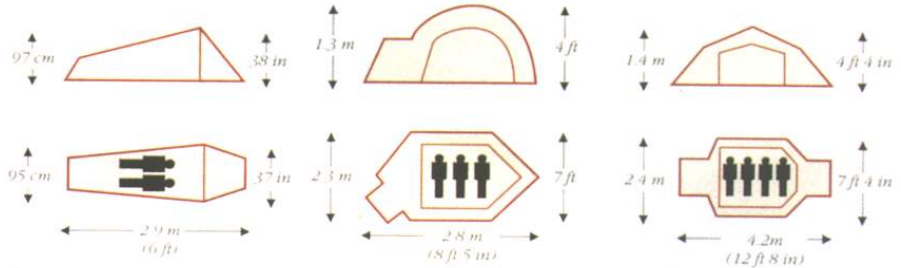


### Üçgen çadır

Çok amaçlı üçgen çadırlar dağlardan arka bahçenize kadar birçok yerde işe yarar.

## DOĞRU ÇADIRIN SEÇİMİ

Birçok farklı çadır tipi olsa da, aslında bu tipler aynı kavram üzerine yapılan çeşitlemelerdir. Amacınızı tam olarak belirlediğinizde, hedefinizin mevkii ve iklimi de belli olacağından seçmeniz gereken çadır tipi de belli olur. Özellikle sırtınızda taşıyacaksınız, çadırın ağırlık ve boyutlarını da, gözönüne almalısınız. Bir kişilik bir çadırın içi her zaman soğuk olacağından iki kişilik çadırlar tercih edilmelidir. İki kişinin vücudundan çıkan ısının çadırı nasıl ısıttığını görmek çok şaşırtıcıdır.



### İki kişilik çadır

İki kişilik, kama şekilli bir çadır çok hafif olmasına rağmen hem eşyaları koymak hem de iki kişinin yatması için biraz dardır.

### Üç kişilik çadır

Bu kubbe şekilli çadırın içi hem eşyaları koyabilecek hem de gerekirse rahatça oturulabilecek kadar ferahdir. Üç esnek direk, çadırın güçlü rüzgarlara karşı bile dayanmasını sağlar.

### Dört kişilik çadır

Bu çadıra biraz sıcak olsa da dört kişi sığmak mümkündür. Bu şekilde paylaşılan çadırlarda havalandırmanın iyi olması ve herkesin eşyalarını düzenli tutması gerekir.

## HER ARAZİYE BAŞKA ÇADIR

Her arazinin özelliklerine göre özel olarak yapılmış çadırlar vardır. Basit, alışlagelmiş üçgen çadırlar her yerde kullanılsalar da, jeodezik kubbe çadırlar heryerde kötü arazi ve sert iklim koşullarında, sert rüzgarlara ve ağır kar yağışına karşı daha iyi korunma sağlar. Dışardan direkli çadırlar sert rüzgarlara karşı içerden direklerden daha dayanıklıdır. Çift kasnaklı çadırlar ekstrem havalarda dengesizlik gösterir.



### Üç kasnaklı tünel çadır

Tünel çadırlar üç taneye kadar kasnaklıdır ve kasnaklar, ortaya doğru giderek büyür. Bu çadırlar iki ya da üç kişiliktir. Oldukça sağlam olmasının yanı sıra kavisli şekilleri sayesinde yağmur üzerlerinden akar gider. Genellikle iki girişleri vardır.



### Kubbe çadır

Bu çadırlar dağlar ve kutup bölgelerinde rastlanan ekstrem şartlarda kara gömülerek sabitlenebildikleri için çok kullanışlıdır. Ancak kar tabakası çok kalınlaşmadan çıkartılmaları gerekir. Çadırın kara gömmek rüzgardan korunmak için de faydalıdır.

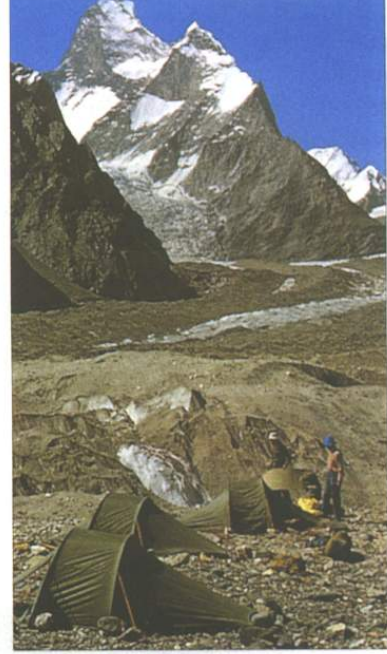


### Üçgen çadır

Geleneksel üçgen çadırlar hemen hemen her yerde kurulabilir. Yatay bir üst direkleri vardır ve iki taraftan da aynı yüksekliktedir. Birçok farklı büyüklükte olabilir.

### Jeodezik kubbe çadır

Jeodezik kubbe çadırlar sağlam, taşınması, kurulması ve toplanması kolay çadırlardır. Sert rüzgarlarda özel yapılan sayesinde oldukça sağlam olmalarına rağmen yere iyice bağlanmaları gerekir. Çadır ipi vazifesi gören çapraz ve esnek direkleri çadırı gergin tutar. Şekilleri sayesinde içlerinde rahatça oturmak mümkündür.



### Tünel çadır

Tünel çadırlar, kubbe çadır ile üçgen çadır arası çadırlardır. Bu çadırların bir kişilik olanları hafif olduğu ve kolay kurulduğu için sırt çantasıyla yapılan yürüyüşlerde idealdir. Otanın üzerine ya da kayalık vadi tabanlarına kurulabilir. Sert rüzgarlara karşı dayanıklıdır.

### YER ÇADIRI

Basit, su geçirmez bir uyku tulumu kılıfından yapılabilen yer çadırının giriş çıkışı ağızına dikilen kısa direklerle sağlanır. Hava geçiren bir malzemeden yapılmalı, ancak su geçirmemelidir. Yer çadırını aynı zamanda su geçirmez bir survival çantası olarak da kullanabilirsiniz.

### Uyku tulumu kılıfı

Bir yer çadırı, uyku tulumunuz için su geçirmez bir kılıf olarak kullanılabileceği gibi çadır yerine de geçebilir.





# ÇADIR NASIL KURULUR

Uygun bir kamp yeri seçtikten sonra sıra, çadırınızı nereye kuracağınızı belirlemeye gelir. Çadır girişinin ne yöne bakacağına, çadır iplerinin nasıl sağlamlanacağına ve olası tehlikeleri nasıl engelleyeceğinize karar verin. Bundan sonra alanı temizleyip düzlemelisiniz. Herşeyden önce çadırı kurmak gerekir. Tüm kamp araçları için

olduğu gibi, bu konuda da işi her zaman aynı sırayla yaparak alışkanlık kazanın. Böylece gerektiğinde çadırı karanlıkta ya da fırtına altında da kurmanız mümkün olacaktır. Çadırı kurmaya başladığınızda bütün parçalarını yerini bildiğinizden emin olmalısınız. Çadırı kaldırırken de sistematik bir şekilde davranın.



**1** Çadırı kurmaya başladığınızda sanki bir fırtına esiyormuş gibi, yere serer sermez kazıkları çakın.



Kazığı dik çakın.



**2** Çadır direklerini hazırlayın. Doğru parçaları birleştirmeye dikkat etmelisiniz. Aksi halde bir daha birbirinden ayırmamız mümkün olmayabilir. Kısa direği arka tarafa takmanız gerekir.



**3** Kısa direği dik tutarak ipini yere çakın ve direğin kendi başına ayakta durabilmesini sağlayacak kadar gerin. Çadırın arka tarafının rüzgara baktığından emin olun.



**4** Diğer direği kapı tarafına dikip ipini gerin. Eğer hava rüzgarlı ya da yağmurluysa, çabuk davranmazsanız sağlam veya kuru bir çadır kuramazsınız.



**5** Üst çadırın ince kısa tarafını sabitleyerek iç çadırın üzerine gerin ve sıkıca çakın.

**6** Üst çadırın uzun direğe takın ve yere çakın. Üst çadırın yeterince gergin olmasına ve iç çadıra değmemesine dikkat edin.



## DIKKAT

Yanlış yere çaktığınız kazıkları sökerken iplerden çekmeyin, kopabilir. Kazıkları sert zeminden çıkarmak için başka bir kazık ya da özel bir kazık çengeli kullanmak gerekir.





**7** Dış çadırın fermuarını, iç çadır ipinin üzerinden kapatın. İç çadırla dış çadır arasında oluşacak bu boşluğu eşyalarınız için bir depo olarak kullanabilirsiniz.



**8** Çadırın iki yanındaki ipleri gererek iki kenarın eşit gerginlikte olmasını sağlayın.

Kazıklara takılı ipleri gerin.



**9** Üst çadırın kenarlarını iyice gererek toprağa çakın. İki katın birbirine değmemesine dikkat edin.



**10** Girişin fermuarını açıp iplerin gerginliğini ayarlayarak çadırın dengeli ve sağlam hale gelmesini sağlayın. İpleri çadırın yıkacak kadar germemeye dikkat edin.



**11** Çadırın kısa tarafı (arkası) ideal olarak rüzgara karşı konulmalıdır. Çadır rüzgara ve yağmura karşı gergin olarak kurulmalıdır. Uyku

tulumları çadırın ön kısmında korunabilir. Ancak, çadırın içinde asla yiyecek bırakmayın.

#### ÇADIR KULLANIMI

- Kış aylarında çadırın iki katını da kullanmalısınız. Ancak sıcak bölgelerde iç çadır gerekmez. Sadece dış çadır kullanarak içeride daha fazla yer kazanabilirsiniz.
- Havalandırma çok gereklidir. Asla çadırın içinde yemek pişirmeyin. Ancak iç taraftaki boşluğu, fermuarı açmak şartıyla, yemek pişirmek için kullanabilirsiniz.
- Çok sert ya da kayalık zeminlerde çadır kazıkları hasar görebilir. Böyle zeminlerde çadır iplerini büyük kayalara bağlayabilirsiniz.
- İç çadırla dış çadır arasında yalıtımı sağlayacak bir hava tabakası olmalıdır. İki katın birbirine değmemesine dikkat edin. Aksi halde iç çadırın duvarlarında terleme olur ve oluşan su damlacıkları uyku tulumunuzu ve diğer eşyalarınızı ıslatır.



# ÇADIR NASIL SÖKÜLÜR?

Çadır sökerken tüm malzemelerinizi dikkatli ve düzenli bir şekilde toplamalısınız. Böylece ihtiyacınız olduğunda rahatça bulabilirsiniz. Eğer yağmur yağıyorsa çadırı mümkün olduğu kadar çabuk kaldırın. Özellikle iç çadırın ıslanmasını engellemelisiniz. Bir barınağınız olmadan korumasız olduğunuzu ve hava

kararmadan çadırınızı kurabilmek için bir dahaki kamp yerinize bir an önce ulaşmanız gerektiğini aklınızdan çıkarmayın. Eğer hava iyiye çadırı kaldırmadan önce, bir süre havalandırıp güneşin nemi almasını bekleyin. Böylece küflenmesini engelleyebilirsiniz.

**1** Önce dış çadırı yere bağlayan kazıkları sökün. Sert rüzgarlarda dış çadırı elinizle tutarak uçmasını engellemeniz gerekebilir. Kazıkları asla çadır iplerini kullanarak sökmeyin ve hepsini aldığınızdan emin olmalısınız.

Kazıkları sökerken eğmemeye dikkat edin.



**2** Dış çadırın fermuarını açıp ön direği çıkartın. Direğe yapışmış çamur ve nemi temizleyip söktükten sonra torbanın içine dik olarak yerleştirin.



**3** Diğer direği de çıkartıp sökün. Torbaya koymadan önce silip temizleyin. Çadırı yere yayıp dış katın kazıklarını çıkartın.



**4** Dış ve iç çadırlar ayrı ayrı katlanmalıdır. Böylece çadırı tekrar kurarken zorluk çekmezsiniz. Dış çadırı katlarken önce direk geçkilerinden tutarak iç çadırdan ayırın. Bu arada iç çadırı da tutmadığınızdan emin olun.



**5** Dış çadırı direk geçkilerinden kaldırarak doğal halini almasını sağlayın. Dikkatlice ikiye katlayarak uzun bir "v" şekli almasını sağlayın. Katlamadan önce üzerinde ıslaklık kalmadığından emin olun.





**6** Dış çadırı kuru bir yere serip mümkün olduğunca sıkı bir şekilde dürün. Bunu yaparken kenarlarını katlayın ve iplerin kaşınmasına dikkat edin.



**7** İç çadırın iplerin serbestçe sarkmasını sağlayana kadar silkeleyin ve yere koyup mümkün olduğunca sıkı bir şekilde dürün. Dürerken kenarları içte katlamayı unutmayın.



**8** Çadırı dürmeyi tamamladıktan sonra iplerin dolaşmamasına dikkat ederek içine sokun. Eğer dolaşmış durumdalarsa çözün.



**9** Çadırlara zarar vermemek için kazıkları ayrı ve sağlam bir torbaya koyun. Kazık torbasını çadır torbasının içinde saklamalısınız. Kazıkların üzerinde kalan çamur ve nem, aşınmaya yol açacağı için kaldırmadan önce temizlenmeleri gerekir.



**10** Direkleri silip onları da ayrı bir torba içinde çadır torbasına yerleştirin. Eğer direkleri temiz tutarsanız bir dahaki kullanımınızda parçaları kolayca birbirine takabilirsiniz.



**11** Dış ve iç çadırları çadır çantasına yerleştirin. Koruma için ikisini de torbaya koymadan önce ayrı ayrı naylonlara sarmak iyi olur.

## DIKKAT

Çadırı sökerek kazık ve ipleri kaybetmemeye dikkat edin. Ayrıca sökme işlemi sırasında çadırın diğer parçalarına da zarar vermemeye dikkat etmelisiniz. Yine de eğer çadır zarar görürse kaldırmadan önce mutlaka tamir etmelisiniz.



**12** Tamamen kapatmadan önce çadır çantasının ağzını iyice kontrol edin. Çantanın ağzını düzgün bir şekilde kapatıp bağlarsanız, bir dahaki çantayı açışınızda bu size kolaylık sağlayacaktır.

## ÇADIR BAKIM VE ONARIMI

- Çadırı kaldırmadan önce tamamen kuru olduğundan emin olun. Kuru çadır, hem daha hafiftir, hem de çürümez.
- Çadırın uzun süre kızgın güneşin altında bırakılmamasına ve kızmış durumda toplamamaya özen gösterin. Çadırın lastik parçaları aşırı sıcaklıkta eriyip çadıra zarar verebilir.
- Çadırın parçalarını düzenli olarak kontrol ve gerektiği zaman tamir edin.
- Çadırı kaldırmadan önce temiz suyla yıkayıp durulayın. Torbasına koymadan önce asarak kurutun.

### Tamirat yamaları

Çadıra geçici tamiratlar yapmak için vinil parçaları taşıyabilirsiniz.





## BARINAK NASIL YAPILIR?

**B**arınak, yağmurdan, rüzgardan ve güneşten korunup dinlenebilmeniz, uyuyabilmeniz ve hayatta kalmanız için son derece önemlidir. Ne kadar iyi bir barınak yaparsanız, o kadar çok rahat eder, o kadar çok dinlenirsiniz. Dinlenebilmek, mantıklı ve sağlıklı karar vermenizi sağlar; ruhsal ve bedensel sağlığınız için büyük önem taşır. En kolay ve çabuk yapabileceğiniz barınak türü, yaslanmalı

barınaklardır. Ayrıca bu tür barınakların çoğu araziye de uygundur. Barınağı, korunaklı, güvenli ve düzgün bir alana, rüzgar yönünü dikkate alarak yapmalısınız. Barınak yapımı, tamamen elinizdeki malzemelere bağlıdır. Eğer bir muşamba ya da naylon bir örtünüz varsa, bu malzemeyi dam yapmak için kullanabilirsiniz. Aksi halde eldeki malzemeleri duruma göre kullanmanız gerekecektir.

Kolon uzanabileceğiniz mesafeden daha uzun olmalıdır.



**1** Yaslanmalı bir barınak yapmak için, kolon olarak kullanacağınız uzun bir sopa kesin. Uzunluğunu ayarlarken kendi uzanabildiğiniz mesafeden 60 santim kadar

fazlasını kesin. Kolon için mümkün olduğunca düzgün bir sopa bulmaya gayret edin. Bıçağınızla sopanın üzerindeki dal ve dikenleri temizleyin. Sert rüzgarlara dayanmayacağı için kuru odun kullanmayın.



**2** Yaklaşık göğüs yüksekliğinde, iki tane "y" şeklinde destek kesin. Bu destekleri yere gömeceğiniz için, 30 cm daha uzun kesmeyi unutmayın.

Yere görebilmek için, desteklerin ucunu sıvırtın.



**3** Ağır bir taş kullanarak destekleri yeterince sağlamlaşana kadar yere çakın. Aralarındaki mesafe kolon olarak kullanacağınız sopanın uzunluğundan 60 cm kadar kısa olmalıdır.

**4** Kolonu destek sopalannın üzerine yatırın. Bu sopa mümkün olduğunca hafif olmalı, ancak damın ağırlığını da taşıyabilmelidir.



**5** Eşit uzunlukta, sağlam sopalara kesin ve yaklaşık 45 derecelik açıyla kolona yaslayın. Bu açı yağmur suyunun damdan akıp gitmesini sağlayacaktır. Sopalara yaklaşık 20 cm'lik aralıklarla kolona yaslayın. Kolonun üzerinden yaklaşık 10 cm taşmaları gerekir.







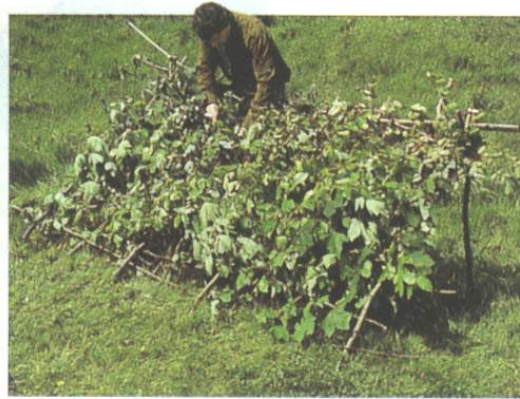
**6** Bol yapraklı ve kalınca dallar kesin. Dalları örülmüş gibi sıkılaştırmaya kadar sopalarn altından ve üstünden geçirin. Uzunca bir dalı kolonun etrafına sararak onu da emniyete alın.



Dalları kolonun da etrafına sararak sağlamlayın.



**7** Dal örgüsünü iyice sıkılaştırın. Mümkün olduğunca uzun dallar kullanarak çatı örtüsünün daha sağlam olmasını ve daha uzun süre yaş kalmasını sağlayabilirsiniz.



**8** Bulduğunuz bütün malzemeleri kullanarak çatı örtüsünü mümkün olduğunca sıkılaştırın. Bazı dallar diğerlerinden daha çabuk kuruyacağı için, birkaç gün içinde yenilenmeleri gerekir. Yeni dalları diğerlerinin üzerinden örerseniz çatıda katmanlar oluşmasını sağlayabilirsiniz. Büyük yapraklar daha çabuk yitirdikleri ve kurudukları için, küçük yapraklı ağaçları kullanmak daha avantajlıdır.



**9** Bannak tamamlandıktan sonra da üzerinde çalışmanız gerekebilir. Örneğin kenarları kayalarla destekleyerek sert rüzgarlara dayanmasını sağlayabilir ya da yan duvarlar

inşa edebilirsiniz. Kamp ateşini bannağın önüne yakın. Ancak ateşin bannağın damına sıçramasını engellemeye özen gösterin. Kurudukça çatı örtüsünü destekleyin.

#### İNSAN YAPISI MALZEMELER

Bannak yaparken, doğal malzemeler yerine insan yapımı malzemeler kullanmak çok daha kolaydır. Politen parçaları, naylon torbalar ve kutular şehir dışında rahatça bulabileceğiniz çöplerdir. Galvanize demir levhalar, tahta kutular, kontrplak ve sunta bulmak da mümkündür.

#### Diğer malzemeler

İnsan yapısı atık maddelerden bannak yapmak mümkündür.





# KAR BARINAKLARI

Çevre ısısının sıfır derecenin altında olduğu yerlerde kardan barınak yapmak daha kolaydır. Rüzgar, hava sıcaklığını düşürdüğü için, bu gibi yerlerde rüzgardan korunmak gerekir. Isının - 10 derecenin altına düştüğü yerlerde, sıcaklığı iyi saklayan barınaklar inşa etmek gerekir. Bu sığınaklar

basit bir kar kümesinden, birkaç saatte yapılabilecek bir igloya kadar değişir. İglo gibi uzun süre kullanılacak barınaklarda, bir tünel kazılarak ağır, soğuk hava barınağın içinden atılır. Oksijen yetersizliğinden ölümleri engellemek için, bütün kar barınaklarında havalandırma delikleri açılmalıdır.

## İGLO NASIL YAPILIR?



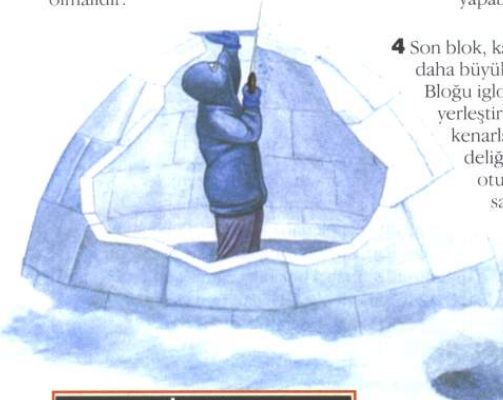
**1** Bir kar testeresi ya da bıçak kullanarak, kuru ve donarak sertleşmiş kardan bloklar kesin. Her blok bir metre uzunluğunda, 40 cm genişliğinde ve 20 cm yüksekliğinde olmalıdır.



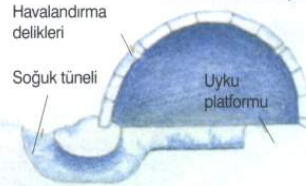
**2** Blokları kestiğinizde oluşan çukurun etrafında bir daire oluşturun. Daireyi, ilk blok yer seviyesinden başlayacak şekilde, spiraller halinde kesin. Böylece daha kolay kubbe yapabilirsiniz.



**3** Duvarları çıkarken, blokların tuğla gibi üstüste binmelerine ve hafifçe içe yatık olmalarına dikkat edin. Duvarın altına giriş ve soğuk tüneli olarak kullanmak üzere bir delik açın. Bir duvarın kenarına da birkaç blok kullanarak bir uyku platformu yapın.



**4** Son blok, kalan delikten daha büyük olmalıdır. Bloğu iglonun tepesine yerleştirip bir bıçakla kenarlarını kazıyın ve deliğin tam içine oturmasını sağlayın.



**5** Vücudunuzdan ve tencereden çıkan sıcak hava yükselip kubbenin içine hapsolacaktır. Soğuk hava ise alçalacağı için tünel yoluyla dışarı atılacaktır. Ancak duvarlara havalandırma delikleri de açmalısınız.

### Tamamlanmış İglo

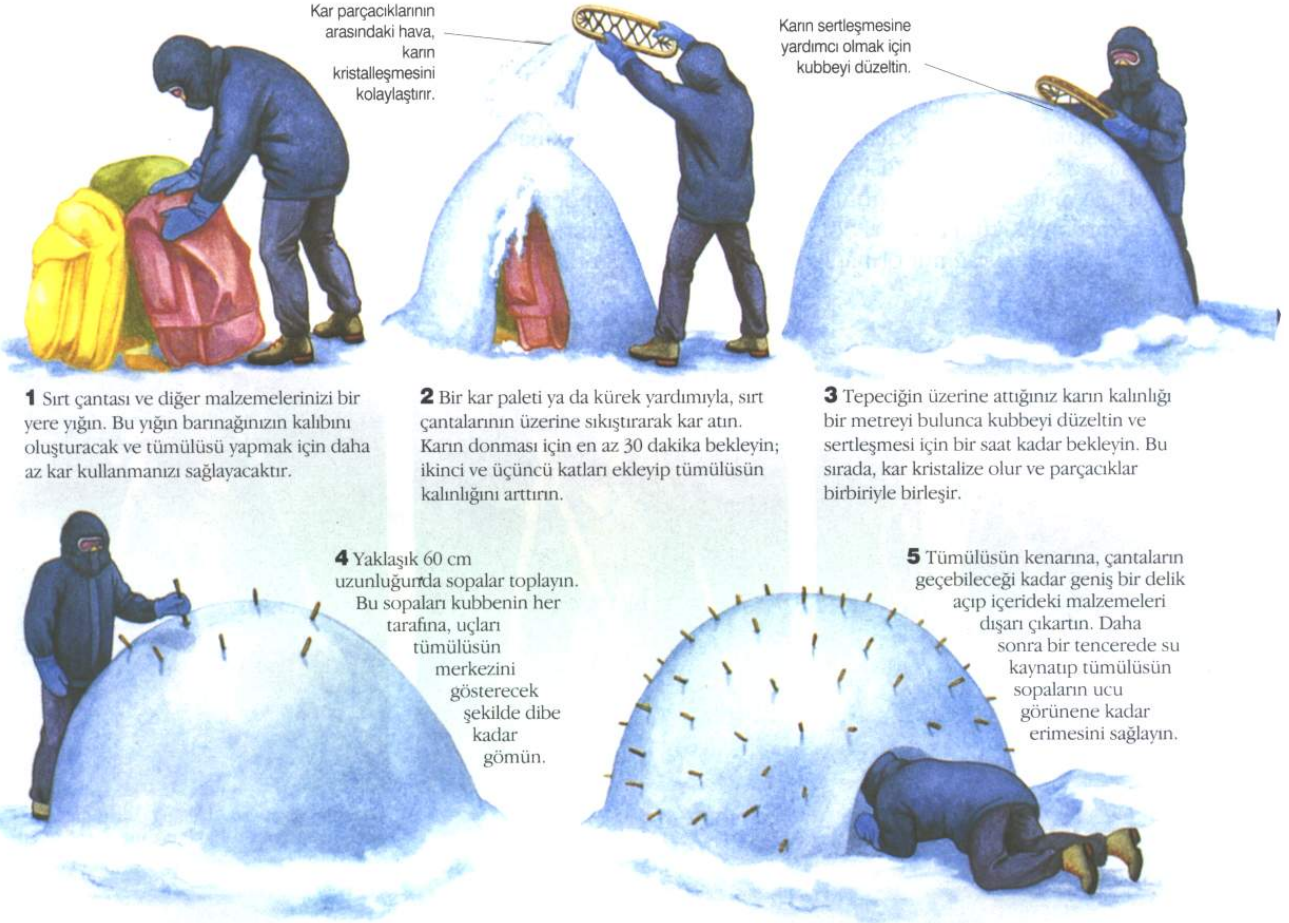
İglonun içindeki sıcaklık nedeniyle, duvarlar devamlı eriyip donarak yumuşak ve hava geçirmeyen bir yüzey oluşturur.

Tünelin ağzına yapacağınız çatı, içeri kar girmesini engeller.

### DİKKAT

Dışarı soğuk ve rüzgarlı olsa da, oksijensizlikten boğulmamak için tavana en az bir tane hava deliği açmalısınız. Havalandırma delikleri olmazsa içeride ölümcül karbonmonoksit gazı birikir.

## KAR TÜMÜLÜSÜ (KVINZI) NASIL YAPILIR?



**1** Sırt çantası ve diğer malzemelerinizi bir yere yığın. Bu yığın barınacağınız kalıbını oluşturacak ve tümülüsü yapmak için daha az kar kullanmanızı sağlayacaktır.

Kar parçacıklarının arasındaki hava, karın kristalleşmesini kolaylaştırır.

**2** Bir kar paleti ya da kürek yardımıyla, sırt çantalarının üzerine sıkıştırarak kar atın. Karın donması için en az 30 dakika bekleyin; ikinci ve üçüncü katları ekleyip tümülüsün kalınlığını arttırın.

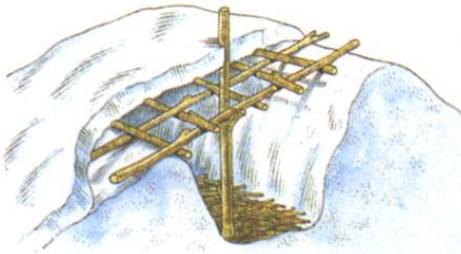
Karın sertleşmesine yardımcı olmak için kubbeyi düzeltin.

**3** Tepeciğin üzerine attığınız karın kalınlığı bir metreyi bulunca kubbeyi düzeltin ve sertleşmesi için bir saat kadar bekleyin. Bu sırada, kar kristalize olur ve parçacıklar birbirleriyle birleşir.

**4** Yaklaşık 60 cm uzunluğunda sopalar toplayın. Bu sopaları kubbenin her tarafına, uçları tümülüsün merkezini gösterecek şekilde dibine kadar gömün.

**5** Tümülüsün kenarına, çantaların geçebileceği kadar geniş bir delik açıp içerideki malzemeleri dışarı çıkartın. Daha sonra bir tencerede su kaynatıp tümülüsün sopaların ucu görünene kadar erimesini sağlayın.

### DİĞER KAR BARINAKLARI



#### Kar siperi

Bir hendek kazın ve ördüğünüz dalları kullanarak yaptığınız bir damla, hendeğin üstünü örtün. Çatının üzerini karla kapatın. Bu arada siperin içine bir sopa dikerek, havalandırma deliği açmayı unutmayın.



#### Kar mağarası

Acil durumlarda bir kar tepesinin yamacını kazın ve girişi kardan yapacağınız tuğlalarla kapatın. Havalandırma için duvarda bir delik açmalısınız.



#### Doğal oyuklar

Doğada hazır barınaklar bulmak da mümkündür. Bu gibi oyuklar, karı engelleyen ağaç dallarının altında oluşurlar. Ancak dallardaki karın üzerinize düşmesine sebep olmamaya özen göstermelisiniz.



# TROPİK BARINAKLAR

Yengeç ve oğlak dönenceleri arasındaki, yani ekvatorun yaklaşık 23 derece kuzey ve güneyindeki bölgelere tropik bölgeler denir. Bu bölgede yağmur ormanları, bataklıklar ve otluk alanlar (savanlar) ile buralara has yoğun bir bitki örtüsü, ağır yağışlar ve çok çeşitli hayvanlar bulunur. Yağmur, rüzgar ve güneşten korunmak, tüm tropikal bölgelerde çok önemlidir. Dağlardaki yağmur ormanlarında geceler

oldukça soğuk olur. Cangıl ve bataklıklarda ise, küçük hayvanların altınızdan geçebileceği ve tropikal yağmurların yere çarptıktan sonra size sıçrayamayacağı kadar, yerden yukarıda uyumak gerekir. Su geçirmez bir çatı ve cibinlik son derece gereklidir. Tropik otlaklarda ise yerden yukarıda uyumak cangıllarda olduğu kadar gerekli değildir.

## “A” BARINAK



**1** “A” barınaklar inşası en kolay barınaklardandır. Yedi tane uzun dal kesip temizleyin. İki tanesini bir ağaca destekli olarak bağlayın.



**2** İlkinden 60 cm. kadar yüksek ikinci bir “A” daha yapın



**3** Sağlam ancak daha hafif bir dalı, yaptığınız iki “A”nın üzerine çatın. Dal, çatıyı destekleyen kolon olarak görev yapacaktır.



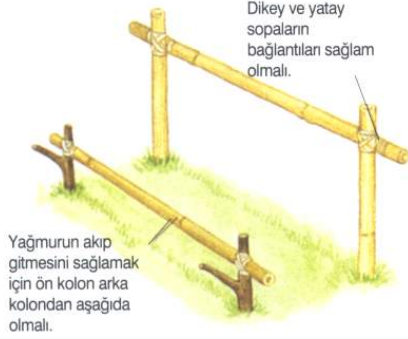
**4** Bir örtünün kenarlarını birbirine bağlayıp bir tüp oluşturun. Tüpün içine iki uzun dal sokup bir “şilte” yapın. Şilteyi dallar dışa gelecek şekilde “A”ların içine geçirin.



**5** Kolonun üzerine bir muşamba gererek çatıyı yapın. Bunu yaparken muşambayı iki taraftan gererek ağaçlara bağlamanız gerekir. Çatı yağmuru tutabilmeli, ancak altında hava dolaşacak kadar yer bulunmalıdır.



## BAMBU BARINAK



**1** Bu barınak, bambu ve kamyş büyüyen her yerde yapılabilir. Boyunuzdan bir kol boyu uzun mesafelerde, yere dört tane kısa ve kalın kazık dakin. Ön kazıklar arka kazıklardan 50 cm. kadar kısa olmalıdır. Daha sonra resimde gösterildiği gibi kazıkların üzerine yatay kolonlar çatan.

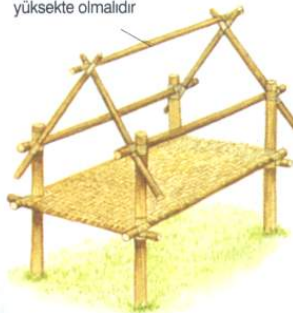


**2** Bir bıçak kullanarak bir kamyş ikiye bölün ve kısa, dikey kamyşların arasına oluk olarak yerleştirin. Bir tarafı yapraklarla tıkayıp diğer ucun altına bir sahan koyun. Böylece yağmur suyunu biriktirebilirsiniz. İkiye keseceğiniz kamyşları, ilk önce açık tarafları üste gelecek ve oluk tarafından desteklenecek şekilde kolonların üzerine döşeyin. Daha sonra bu kez kamyşları çaprazlayacak ve üst kısımları yukarı bakacak şekilde koyun. Böylece kamyşlar birbirine geçecek ve çatı oluşmuş olacaktır.

### DİKKAT

Kamyşları bir bıçak kullanarak kolayca ikiye ayırabilirsiniz. Ancak bu işlemi yaparken keskin kıymıklara dikkat edin. Ayrıca kamyşları keserken bazılarının baskısından kurtulup yüzünüze çarpabilirler.

## CANGIL BARINAĞI



**2** Birkaç dalı birbirine tutturarak bir çatı iskeleti hazırlayın. Çatının şekli, üzerinden yağmur akabilecek gibi olmalı ve çatı örtüsünün ağırlığını çekebilmelidir. İskeleti bitirdikten sonra dikey sütunlara tutturun.



**3** Çatı iskeletinin içine başka dallar da ördükten sonra iskeleti geniş yapraklarla örtün. Yaprakların birbiri üzerine binmesine dikkat edin. Yağmuru geçirmemeleri için yaprakların dala bağlandıkları kısmı yukarı bakmalı ve parlak yüzleri üstte olmalıdır.







3

SURVIVAL EKI

OUTDOOR bergisinin  
okunlarına  
gelmeyeceğini

HUGH McMANNERS

Yayına hazırlayanlar: MUSTAFA GÜNGÖR / MUSTAFA YARA



# UZUN DÖNEM BARINAKLARI

**B**ir survival durumunda ne zaman kurtarılabileceğiniz ya da bir yerde ne süreyle kalacağınız belli olmaz. Bu yüzden mümkün olan en iyi barınağı yapmaya çalışmalısınız. Eğer doğada bir kış geçirmek zorunda kalırsanız kütüklerden bir kulübe yapmanız gerekebilir. Kalıcı

bir barınak yapmak için günler hatta haftalar geçirmeye başlamadan önce doğru yeri bulduğunuzdan emin olmalısınız. Yiyecek, yakacak ve temiz su kaynakları yakın olmalı, su drenajı iyi ve sağlam bir zemin seçilmeli ve barınağı yapacağınız yer doğal tehlikelerden korunmuş olmalıdır.

## KÜTÜK KULÜBE



**1** Belirlediğiniz kabin duvarlarının en az bir metre ötesine kadar zemini temizleyip kütüklerle sınırı belirleyin.

Kütüklerin tam oturması için her iki uçları da yontarak yuva açın.

**2** Aynı boy ve kalınlıkta kütük kullanmak ve uçlarına çentik atmak başarılı bir kulübe yapmak için en önemli iki işlemdir. Çentikleri yaparken kütüklerin tam olarak üstüste binnelerine dikkat edin. Böylece duvar ve köşeler düzgün olacaktır. Kütükleri üstüste koyarak duvarları çıkarın.

**3** Penceresiz arka duvar ve çatının eğimi hakim rüzgâr yönünün tersine bakmalıdır. Böylece kötü havalardan etkilenmemiş olursunuz. Ön duvar ve pencereler ise güneşli taraflara açılmalıdır. Damı ön arkadan yüksek olacak şekilde yapın. Böylece yağmur ve kar çatının üzerinden akıp gider.

Hakim rüzgâr yönü



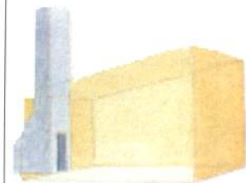
Bol topraklı çimen parçaları kökleyin.

**4** Çatıyı kaplamak için herhangi bir malzeme kullanabilirsiniz. Kütüklerden yapacağınız iskeletin üzerine yalıtım için çeşitli otlar, eğreltiotu, köknar veya çam dalları ya da çuval kullanabilirsiniz. Eğer varsa kağıt gübre çuvalı çok iyi yalıtıcıdır. Plastik ve naylon parçaları da yağmur geçirmeyeceğinden yararlı olabilir. En üstte de bir kat çimen döşeyerek çatıyı tamamlayın.

Kütüklerin arasına çamur ve yosunla macun çekin.

### TAŞTAN ŞÖMİNE

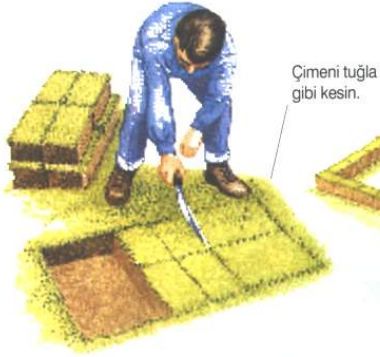
Kulübenin içinde yangın tehlikesi yaşamamak için ocak ve şömine kendinden destekli ve mümkün olduğunca sağlam olacak şekilde taş ya da tuğladan yapılmalıdır. Baca kulübenin dışına ya da içine yapılabilir. Bacayı yaparken çevreden bulacağınız kalyan kullanabileceğiniz gibi güneşte kurutulmuş çamurdan tuğlalar da yapabilirsiniz.



### Taştan baca

Duvarın dışına taştan bir baca yaparsanız ateşin kulübenin içinde yanmamasını sağlamış olursunuz

## ÇİMEN KULÜBE



Çimeni tuğla gibi kesin.

**1** Çimen blokları da kurutulduktan sonra tuğla gibi barınak yapmak için kullanılabilir. Zeminden bol topraklı çimen parçaları kesin.

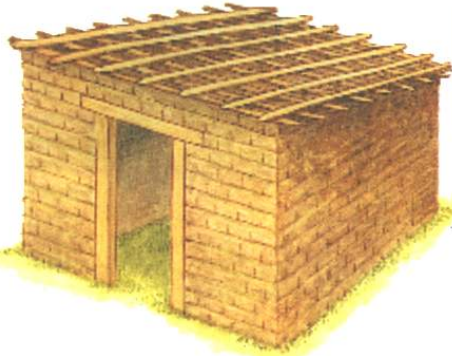


**2** Kapı için bir boşluk bırakmak şartıyla kulübenin sınırlarını belirleyin. Zemin düz ve sert olmalı duvarlar ve damın ağırlığını çekebilmelidir. Duvarları çıkmaya başlayın.

Her kalıbı alttaki iki kalıbın üzerine bindirin



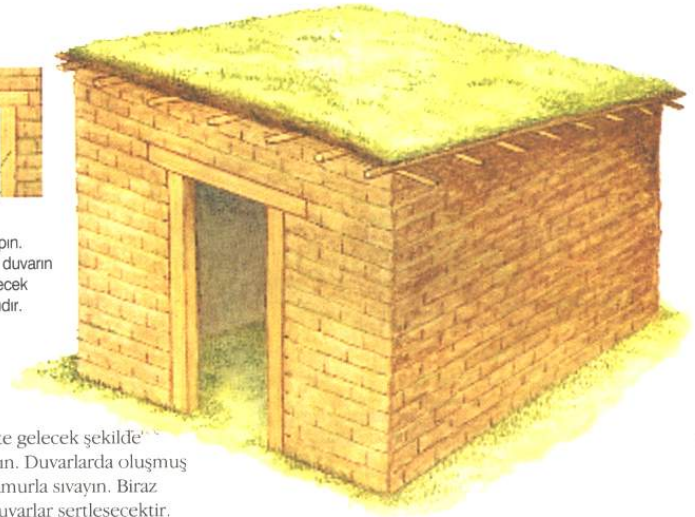
**3** Kulübenin duvarlarını çıkarken çimen kalıplarının birbiri üzerine binmesine dikkat edin. Bu şekilde sağlam ve dayanıklı olacaktır. Duvarları mümkün olduğunca yere dik yapmaya çalışın.



**4** Ön tarafı arkadan daha yüksek yapın ve çatının eğimini rüzgara verin ki yağmur suyu akıp gitsin. Eğer mümkünse damı dallardan örün.



Ahşap bir kapı yapın. Kasanın üst kısmı duvarın ağırlığını taşıyabilecek sağlamlıkta olmalıdır.



**5** Çimenli kısımları üste gelecek şekilde bloklardan bir çatı yapın. Duvarlarda oluşmuş olabilecek çatlakları çamurla sıvayın. Biraz havalandıktan sonra duvarlar sertleşecektir.

### DiĞER UZUN DÖNEM BARINAKLARI



#### Doğal oyuklar

Bazen kaya yığınlarında doğal barınaklar bulunabilir. Ancak böyle yerlerin yeterince sağlam ve iyi yerleşmiş olmasına dikkat etmek gereklidir. Eğer zemini kazmanız gerekirse yığının yapısını bozmamaya özen gösterin

#### Mağaralar

Barnak olarak bir mağara seçtiğiniz zaman içini iyice araştırdığınızdan emin olun. Mağaranın girişi birbiri üzerine binen iki taş duvarla örtülmelidir. Ateş mağaranın dibine yakılmalı böylece dumanın içeri kaçması engellenmelidir. Ateşin arkasına taştan ya da kütüklerden bir duvar örerek ısının mağara içine yansımalarını sağlayabilirsiniz.





# GÜVENLİ BİR KAMP ALANI

Mümkün olduğunca güvenli bir kamp alanı seçtikten sonra, bazı temel güvenlik kurallarını göz önüne almalısınız. Yaktığınız ateşten iyi havalandırılmayan toprak fırınlara kadar birçok yerde tehlike gizlidir. Hijyene önem vermeyi unutmayın ve asla çadırın içinde yemek yapmaya kalkmayın. Kumaş kolayca tutuşacağı için yangın çıkarabilirsiniz. Ayrıca

içerde yanan alev oksijenin azalmasına ve karbonmonoksit gibi zehirli gazların ortaya çıkmasına yol açabilir. Bu yüzden çadırınızı ya da kaldığınız diğer binaları iyice havalandırın. Buzdolabı ve lavabo olmayan kamp yerlerinde gıda zehirlenmelerinin ve diğer hastalıkların çok çabuk oluşabileceğini aklınızdan çıkarmayın.

## KAMP ÇEVRESİNDE GÜVENLİK

Eğer bir geceden daha uzun süre konaklayacaksanız kamp yerini mümkün olduğunca güvenli kılmalısınız. Kazalar genellikle gece olur; tuvalete kalktığınızda ateşin kalıntılarına basabilir, nehre düşebilirsiniz ya da karanlıkta kaybolup çadıra dönebilirsiniz.



### Tehlikeye karşı hazırlıklı olun

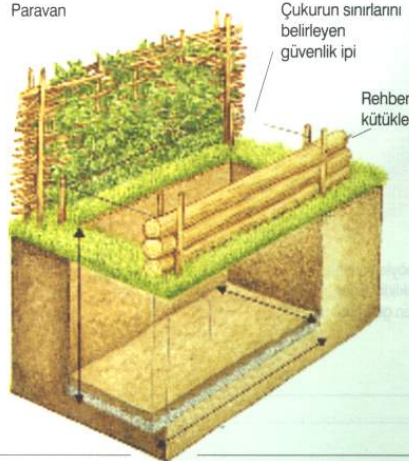
Her şeyi iyi planlamalı ve gerçekleşmesi imkansız görünen kazalara karşı bile önlem almalısınız.

## TUVALET NASIL YAPILIR?

Hazırlayacağınız tuvalet, rüzgârlı olmalıdır. Her kullanımdan sonra içine bir miktar toprak serpiştirin. Asla kimyasal madde atmayın. Bu maddeler pisliğin doğal olarak parçalanmasını engeller ve daha kötü kokmasına sebep olur. Kazdığınız geniş çukuru bir yerini küçük tuvaletinizi yapmak için belirleyin. Aynıırken çukuru doldurmayı unutmayın.

### Kamp tuvaleti

Sadece uzun süre kalacağınız yerlerde ya da grup çok kalabalıkla lağım çukuru kazın ve bu çukuru sadece katı atıklar için kullanın



### Tuvalet kutusu

İnsan pisliğini gömmenin yasak ya da sakıncalı olduğu yerlerde kapaklı bir kahve kutusuna bir naylon torba yerleştirerek portatif bir tuvalet yapabilirsiniz. Torbanın içine biraz çamaşır suyu koyarak kokuyu azaltmanız mümkündür. Kutuyu sadece katı atık için kullanın.

### PORTATİF TUVALET



## ÇAMAŞIR YIKAMAK



Leke çıkarmak için taşla sürterek çamaşır yıkarken düğmeleri kırmamaya ve fermuarları bozmamaya dikkat edin

Elbiseleri temiz tutarak hem yalıtıncılıklarını hem de hijyeni korumuş olursunuz. Tropik bölgelerde elbiselerinizi her gün yıkamalı, temiz ve kuru bir kat giysiye de gece giymek için saklamalısınız. Soğuk iklimlerde sadece çorap ve iççamaşırınızı yıkamanız yeterlidir. Elbiseleriniz yırtıldığında hemen onarmalısınız, yoksa hasar büyüyerek elbisenin giyilmez hale gelmesine sebep olabilir. Temiz ve tamir edilmiş elbiseler zor durumlarda size moral de verir.

Su kaynağınıza deterjan dökülmemesine dikkat edin

## KİŞİSEL TEMİZLİK

Temizlik malzemelerinizin tümünü bir çantada taşıyın. Böylece hiçbirini kaybetmezsiniz ve kirlenmelerini engellemiş olursunuz. Temizlik takımını kullanırken, malzemelere rahatça ulaşabilmek için çantayı yakındaki bir ağaca asın. Ayrıca genel kullanım için büyükçe bir havlu bulundurun. Bu havluyu gerektiğinde parçalayıp birçok farklı amaç için de kullanabilirsiniz.



TEMİZLİK TAKIMI



HAVLU

### DOĞAL TEMİZLEYİCİLER



Atkestanesi yaprağı

İlik suda ezeceğiniz atkestanesi yapraklarını sabun olarak kullanabilirsiniz. Yaprakların hafif antiseptik etkisi de vardır.



Çilek

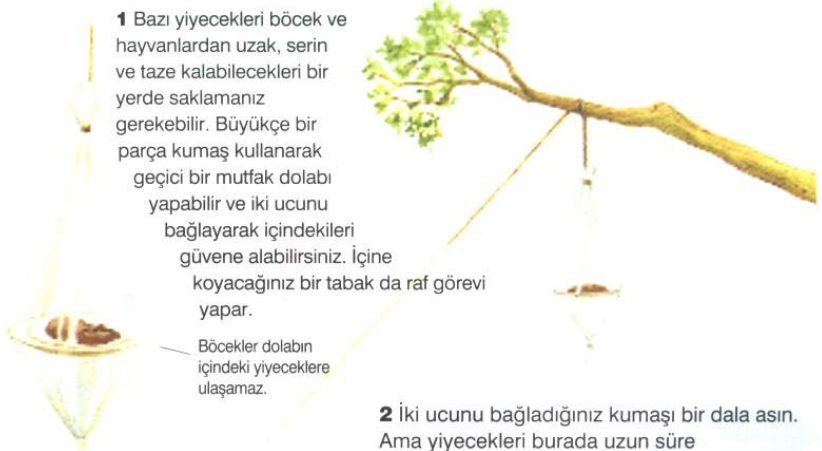
Dişlerinizi temizlemek için çilekle ovuşturabilirsiniz. Odun külü de diş macunu ya da sabun olarak kullanılabilir.

### ÇEVREYİ KORUMAK

- Sabun parçalarını, yiyecek artıklarını ve diğer atıkları su kaynağınızdan uzak tutun. Banyo yapacağınız ya da bulaşık yıkayacağınız zaman akıntı aşağı bir yeri kullansanız bile sizden daha aşağılarda kamp kuran insanların olabileceğini aklınızdan çıkarmayın.
- Çadırın uzun süre aynı yerde kurulu bırakmayın ki altındaki otlar tamamen ölsün.
- Barnak yapmak için kullanmayacaksanız çevrenizdeki bitki ve ağaçlara dokunmayın.
- Yeni bir çukur kazmak yerine, varsa daha önce kullanılmış ateş çukurlarını kullanın. Özellikle kuru bölgelerde çalı ya da orman yangını çıkarmamaya özellikle dikkat edin.
- Ayrılırken tüm çöplerinizi yakın ve kalan artıkları yanınızda götürün.
- Lağım ve ateş çukurunu doldurmayı unutmayın. Ayrılırken geride hiçbir şey bırakmamaya özen gösterin.

### YİYECEKLERİN SAKLANMASI

**1** Bazı yiyecekleri böcek ve hayvanlardan uzak, serin ve taze kalabilecekleri bir yerde saklamanız gerekebilir. Büyükçe bir parça kumaş kullanarak geçici bir mutfak dolabı yapabilir ve iki ucunu bağlayarak içindekileri güvene alabilirsiniz. İçine koyacağınız bir tabak da raf görevi yapar.



Böcekler dolabın içindeki yiyeceklere ulaşamaz.

**2** İki ucunu bağladığınız kumaşı bir dala asın. Ama yiyecekleri burada uzun süre bırakmamalısınız. Konserve yiyecekleri nehrin sığ yerlerinde soğutabilirsiniz.



# KAMP ATEŞİ

**K**amp ateşi yakmak bazı durumlarda yaşamsal önem taşır; ateş ısınmanızı ve yemek pişirmenizi sağlar, gerektiğinde moralinizi yükseltir, vahşi hayvanları ve böcekleri uzak tutar, ısınmak için vücudunuzdaki değerli kalorileri harcamanızı engeller, ağza konulmayacak durumdaki yiyecekleri ziyafete dönüştürür, elbise ve botlarınızı kurutur. Ateş

yakmak için kav, çalı çırpı ve ana yakıt, ateşin sönmeden yanabilmesi için de oksijen gerekir. Her boyutta kuru ağacı, yakıt kaynağı olarak kullanabilirsiniz. Eğer odunu devrilmiş ağaçlardan sağlayacaksanız, yerle bağlantılı olan kısımlar yerine etrafa yayılmış kuru dalları kullanın.

## KAV ÇEŞİTLERİ



### Yosun

Yeşil ve yaş yosunlar kav olarak işe yaramaz. Ancak ölü ve kuru yosun, ateş yakmak için idealdir. Yosunu ağaç kütüklerinin ya da taşların üzerinden toplayabilir ve iyice kuruttuktan sonra kullanabilirsiniz.



### Mantar

Ağaç kabuklarında oluşan mantarların dış yüzeyleri su geçirmez, iç kısımları ise kuru ve yumuşaktır. Mükemmel bir kav olan bu iç kısma ulaşmak için dış kabuğu bıçakla çıkarmanız gerekebilir.



### Ağaç kabuğu

Yağışlı havalarda bile, kurumuş ağaç kütüklerinin kabuklarını soyarak iç kısımları kav olarak kullanabilirsiniz. Islak kısımları bıçakla yontun ya da ağaç kurtlarının çürüttüğü kısımları kullanın. Ağaç kurtları kuru odun tozu üretir. Çürümüş odun da kav olarak kullanılabilir.



### Kuru yapraklar

En yağışlı ormanlarda bile kuru yaprak bulabilirsiniz. Kuru yaprak toplamak için yanınızda bir naylon torba bulundurun. Ateş yakarken yaprakları ufalayarak ya da bütün olarak kullanabilirsiniz.



### Kuru otlar

Bir tutam kuru otun içine kıvılcım saçarak rahatlıkla ateş yakabilirsiniz.

## KAV HAZIRLAMA



### Toz haline getirme

Kuru dal parçaları ve ağaç kabuklarını bir bıçakla yontarak toz haline getirebilirsiniz. Parçaları mümkün olduğunca ufaltıp bir torbada taşıyın.



### Çentik atma

Kavın yüzeyine bir çentik oyup içine büyükçe bir parça kor atarak, kavi rahatça tutuşturabilirsiniz.



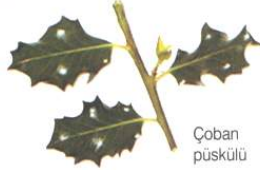
### Ufalama

En küçük kıvılcımla bile tutuşabilmesi için kavın neredeyse pamuk kadar ince olması gerekir. Kavi parmaklarınızın arasında ya da bir taşla sürterek iyice ufalayın.

## KAYA DÜĞÜMÜ

### Isınmak için yakacak

Dışbudak, köknar, elma, fındık, çobanpüskülü gibi yumuşak odunlar çabucak ve bol alevli yanar, iyi ısı verir. Isıtıldığı zaman en çok kıvılcım çıkaran odun sedir ve köknardır. Yumuşak odunlar çok hızlı yandıkları için ateşi sürdürmek, hızlı yemek pişirmek ve çeşitli sıvıları kaynatmak için kullanılabilir. Ancak ateş çabucak söner, fırınlama ve yavaş pişirme için gerekli közler yerine bol miktarda kül bırakır.



Çoban püskülü



Köknar

### Yemek pişirmek için yakacak

Meşe, kayın, huş, akçaağaç, ceviz, çınar gibi yoğunluğu yüksek, sert odunlar yavaş yanar, yüksek ısı verir ve yavaş pişirme için kullanılabilecek bol miktarda kömür bırakır. Ateşte pişirdiğiniz yemeğin tadı dumana bağlı olarak değişir. Farklı odunlar yandıkları zaman farklı kokularda duman çıkarır. Örneğin çam odununda pişirilen yemeğin tadı reçineye benzerken elma ya da ceviz odununda pişen yemeğin tadına doyum olmaz. Siz de farklı odunlarla denemeler yapabilirsiniz.



Meşe

Huş ağacı

### Acil durum yakacakları

Bir survival durumunda, yakacak olarak çevrenizde bulacağınız herhangi bir şeyi kullanmak zorunda kalabilirsiniz. Hayvan pisliği, kuru likenler, kara yosunu, kara süpürgeotu, çürümüş sebze gibi malzemeleri önceden güneşe serip kurularak kullanabilirsiniz. Deniz kıyısındaysanız kuru deniz yosunu yakılabilir. Bazen kömür parçaları hatta yeryüzüne sızıp küçük göller oluşturmuş petrol bulmak bile mümkündür. Ayrıca bazı kumsallarda yakmak için kullanılabileceğiniz zift parçaları da bulabilirsiniz. Hayvan yağı da yakacak olarak kullanılabilir.



Kuru hayvan pisliği



Deniz yosunu

### KULLANILMAMASI GEREKEN ODUNLAR

Çam, alıç gibi reçineli bazı odunlar ateşe atıldıklarında şiddetle patladıklarından mümkün olduğunca az kullanmalısınız. Kızılağaç, kestane, kavak ve söğüt ise yanmaktan çok tüter. Bambu da ateşe atılmadan önce yanılmazsa patlayabilir.



KAVAK

SÖĞÜT

## ATEŞİN İÇİNDEKİLER

İyi bir ateş yakmanın sırrı önce küçük dallarla başlayarak ateşi kademeli olarak büyütmek ve giderek daha büyük odunlar

kullanarak ateşi olgunlaştırmaktır. Yakacakların sıralaması kav, çalı çırpı, küçük dallar, büyükçe dallar ve kütükler şeklinde

olmalı. Sıradaki kategoriye geçmeden önce ateşin içindeki yakacağın iyice tutuşmasını beklemelisiniz.

### Kav

En azından greyfurt büyüklüğünde, iyice ufalanmış bir topak kavınız olmalı. Kav ateş yakarken kullanacağınız en önemli malzemedir. Eğer kav yerine kullanılabileceğiniz suni bir tutuşturucunuz yoksa küçük dalları yakamazsınız.



### Çalı çırpı

Kav alev aldıktan sonra küçük dal parçaları ve kuru yapraklardan oluşan çalı çırpıyı da tutuşturun. Dal parçaları en fazla kurşunkalem kalınlığında olmalı. Kullanacağınız çalı çırpının tam anlamıyla kuru olduğundan da emin olmalısınız.



### Küçük yakacaklar

Çalı çırpı iyice tutuştuktan sonra ateşe parmak kalınlığında sopalar atmaya başlayabilirsiniz. Bu sopalar ateşi yavaş yavaş güçlendirir.



### Esas yakacak

Ana yakacak görevi gören büyükçe dalları kolayca kırabileceğiniz kalınlıkta olması gerekir. Kamp ateşlerinde genel olarak bu büyüklükte odunlar kullanılır.



### Büyük yakacaklar

Yaktığınız ateşi bütün gece sürdürmek istediğinizde ya da yan kalıcı bir kamp kurduğunuzda büyük kütükler kullanılır. Ateşi söndürürken kütüklerin tamamen yandığından emin olun.





# ATEŞ YAKMAYA HAZIRLIK

**A**teş yakmanın sırrı kuru yakıt bulmak ve küçük bir ateşi büyütebilmektir. Yeri ve amaçlarınıza uygun ateş tipini çok dikkatli seçmeli, çevre koşullarına uygun bir şekilde ateş yakmalısınız. Güvenlik, dikkat etmeniz gereken en önemli unsurlardan biri. Ateş birçok olası tehlike taşır.

Kontrolden çıkarak kuru bitki örtüsü, çadır ya da elbiseleri tutuşturabilir ya da bir barınaktaki tüm oksijeni bitirerek içerdekilerin boğulmalarına sebep olabilir. Ayrıca dikkatlice söndürülüp temizlenmezse araziye de zarar verir.

## TEPE ATEŞİ

**1** Yerdeki otların bir kısmını sökün ve bir kenara koyun. Açtığınız çukurun içine yaş sopalardan bir sıra dizin.



**2** Sopaları birbirine dayayarak bir tepecik şeklinde dizin. Tepecik çok büyük olmasın.



### DIKKAT

Kuraklık yüzünden bitki örtüsünün kuru olduğu yerlerde ateş yakmayın. Özellikle rüzgârlı yerlerde kontrol edebileceğinizden büyük ateşler yakmayın. Ayrıca tutuşabilecek dalların altında ateş yakmak da tehlikelidir.



**3** Yaptığınız tepecik büyütmeye ve mümkün olduğunca sağlamlaştırın. Tepecik içinde kav konulacak kadar yer olmasına dikkat edin. Ayrıca bir kenarda kava ulaşmak için açıklık olsun.

**4** Tepecik bittikten sonra kavı içine yerleştirin, üzerine kuru yaprak ve küçük dal parçaları ekleyin. Tepecik içindeki çalı çırpıyı tutuşturun. Isı arttıkça tepecik oluşturan dallar da tutuşup alev alır. Tepecik kendi üzerine yıkarak besleyebilir ya da köz ocağı olarak kullanabilirsiniz. Ateşin dibine dizdiğiniz dallar da yanarak daha korlu ve canlı bir ateş oluşturur.

Ateşi beslemek için el altında sopa ve yaprak bulundurun.



## TÜM ORTAMLAR İÇİN ATEŞ

Temel tepe ateşini hemen her ortamda kullanabilseniz bile bazı durumlarda ateşin yapısını biraz değiştirmeniz

gerekebilir. Eğer rüzgâr güçlüyse bir hendek kazıp ateşi içinde yakabilirsiniz. Karlı yerlerde karı küremeniz ve

üzerine dallardan bir platform yapabileceğiniz bir parça toprağı açığa çıkarmanız gerekebilir.



### Hendek ateşi

Çok rüzgârlı ortamlarda otuz santim kadar derinlikte bir hendek kazın. Bu ateş, yemek pişirmek için çok kullanışlıdır ve yakacağı ekonomik olarak tüketir. Rüzgârdan etkilenmediği için çok şiddetli yanmaz, ancak hendeğin içinde yine de yeterli oksijen bulunur.

### Yıldız ateş

Devamlı olarak odun toplamak zorunda kalmamak için ateş iyice kor haline geldikten sonra dört tane kalınca ve uzun odunu birbirlerine dik gelecek şekilde ateşin içine yatırın. Odunlar yandıkça, ateşin dışında kalan kısmı içeri doğru itebilirsiniz. Bu ateşi sadece uzun süre kalacağınız yerlerde yakmalısınız. Böylece kampı temizlerken odunların tam olarak yandığından emin olabilirsiniz.



### Taş duvar ateşi

Yapacağınız taş duvar hem ateşi rüzgârdan korur ve sağa sola sıçramasını engeller, hem de yakacak tasarrufu sağlar. Kuru ve gözeneksiz taşlar seçin ve ısınca patlayan arduvaz taşından uzak durun. Bulabileceğiniz en büyük ve en sağlam taşları kullanmalısınız. Duvardaki boşlukları çamur ya da kille sıvırsanız yemek pişirebileceğiniz kullanışlı bir alanınız olur.

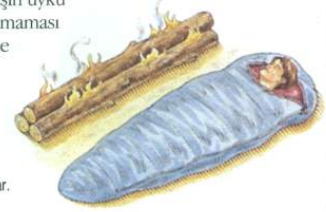
Taş duvar ateşi rüzgardan korur

### UZUN SÜRELİ ATEŞ

Ateşin bütün gün ya da gece yanmasını istiyorsanız derince bir kor örtüsünün üzerine üç tane büyük kütük yerleştirin. Daha çok ısınmak istiyorsanız, ateşin arkasına ısıyı yansıtacak bir duvar yapabilirsiniz. Ateşin uyku tulumunuza sıçramaması için yatarken ateş fazla yaklaşmayın.

### Gece boyunca ateş

Uzun bir kütükle yakılacak ateş bütün gece sönmeyen yanar.



## ATEŞ TAŞIMAK



1 Hâlâ canlı olan kolları, nerede olursanız olun rahatlıkla ateş yakabilmek için günlerce taşıyabilirsiniz. Bir konserve kutusuna bir parça ip ya da tel bağlayın.

Daha kuru olan yosunları üste yerleştirin.

2 Konserve kutusuna kuru yosun doldurun. Eğer sadece nemli yosun bulabiliyorsanız nispeten kuru olanları yukarı yerleştirerek kullanabilirsiniz. Islak yosun kısa sürede kuruyacaktır.



3 Sağlıklı, yanmaya devam eden kolları yosunların içine yerleştirin ve üzerlerini yine yosunla örtün. Söner gibi olduklarında kutunun içine hafifçe üfleyin.

İçin için yanan kolları kuru yosunu tutuşturur.





# ATEŞ YAKMAK

**A**teş yakmak, ilkyardımla beraber en gerekli survival bilgisidir. Bu bilgi insanı diğer hayvanlardan ayıran en önemli farklardan biridir. Odun ya da diğer yakıtlar ısındıkları zaman tutuşarak alev oluşturan gazlar çıkarır. Ateş sadece birkaç parça çalıcırpı kullanılarak başlatılmalı ve bu küçük ateş

fasıllarla büyütülmelidir. Islak yakıt, çok harlı yananlar hariç ateşi söndürebileceğinden, yakıtın kuru olması önemlidir. Isı ve yakıtın yanısıra ateşin yanması için bol oksijene ihtiyaç vardır. Ateşi söndürmek gerektiğinde üzerini toprakla örterseniz, alev yanmak için gerekli oksijeni bulamayacağından söner.

## ATEŞ YAKMA METODLARI



### Çakmaktaşı ve çelik

Yaptığınız tepeciğin hemen dışına bir miktar kav koyun. Çeliği kavın üzerinde çakmaktaşıyla sürtün. Kavın içine düşen kıvılcımları üfleyerek alevlendirin. Kav tutuşunca ateşi tepeciğin içine itin.

Çakmaktaşıyla çelik testereyle vurarak çıkacak kıvılcımları kavın içine yönlendirin.

### ATEŞ YAKMADAN ÖNCE

- Ateşin rüzgardan korunduğuna emin olun ama oksijenin de gerekliliğini unutmayın.
- Her zaman kuru kavın bir kısmını saklayın.
- Ateşi yakmaya başlamadan önce gerekli tüm malzemeyi toparlayın.
- Kibritlerin eczasının üzerine balmumu damlatarak su geçirmez hale getirebilirsiniz. Ancak yakmadan önce balmumunu kazıyın.



### Kibrit

Ellerinizle gizleyeceğinizi yanan kibriti içine tutarak kavı tutuşturun. Yanan kibriti kavın içinde bırakarak üzerine biraz daha kav ve çalıcırpı ekleyin.

Kibriti elinizin içinde koruyun.



### Büyüteç

Hazırladığınız odunların içine kavı yerleştirip büyüteci kullanarak güneş ışınlarını kavın üzerine yansıtın. Kav tütmeğe başlayınca alev alana kadar hafif hafif üfleyin.

Güneşini kavın üzerine odaklayın.

### ATEŞ YAKMANIN KESTİRMELERİ

Ateş yakmak için bir çok yol ve kullanabileceğiniz bir sürü alet vardır. Bildik çakmak taşı ve çelik testereden, modern parafin blokları ve çeşitli kimyasallarla işlenmiş odun kırıntısı çubuklarına kadar bir çok malzemeyle ateş yakabilirsiniz. Size en kolay ve uygun gelen yolu seçin.



#### Su geçirmez kibrit

Kullanmadan önce eczanın üzerindeki balmumunu kazımayı unutmayın.



#### Çakmaktaşı ve çelik

Bu çelik testere ve magnezyum cevheri (çakmaktaşı) doğal çakmaktaşıdan daha büyük kıvılcımlar çıkarır.



#### Büyüteç

Büyüteç ne kadar büyük olursa, özellikle kuzey enlemlerinin soluk güneşinde, o kadar iyi olur.



#### Pamuk

Parafine batırılmış pamuk doğal kava karşı taşınması kolay bir alternatif.



#### Parafin parçaları

Bu parçalarla kav kullanmadan büyük odun parçaları tutuşturulabilir.



#### Ateş çubukları

Kimyasal maddelerle muamele edilmiş odun kırıntılarında oluşan bu çubuklar, kav kullanmadan ateş yakabilmek için kibritle kolayca tutuşturulabilir.

## YAY MATKABI



**1** Matkap için sert tahtadan bir sopa kesin. Yaklaşık 38 santim uzunluğunda ve dört santim kalınlığında olsun. Kenarlarını yuvarlaklaştırıp bir kenarını iyice sıvırtın.



**2** Çam ya da başka bir yumuşak odun bulup kenarına V şeklinde bir çentik atın. Matkap ve tahta arasındaki sürtünme kül üretir.



**3** Çentiğin yanına matkabin ucunu sokmak için bir yuva açın. Matkabin yaratacağı siyah, sıcak küller çentiğin içinden kavın üzerine düşecektir.



Matkabin üst kısmının uymasını için tahtada bir oyuk açın.

**4** Matkabin üzerinden bastırabilmek için sert bir tahta parçası kullanın. Matkabin ucunun oturması için, kullanacağınız tahtanın üzerinde bir yuva yapın.



**5** Güçlü, sert tahtadan 60 santim uzunluğunda ve iki santim kalınlığında bir sopa kesin. İki ucuna bir ipi ya da doğal malzemeden yapacağınız bağı gevşekçe bağlayın. İp matkabin çevresine sarılabilecek kadar gevşek olmalıdır.

Matkaba baskı uygulamak için tahtayla bastırın.



Matkabin orta kısmı yayın kaymaması için yontulur.

**6** Matkabin orta kısmını yontup ipi etrafına dolayın. Çentiğin yanına kav yerleştirmeyi unutmayın. Matkabin ucunu açtığınız oyuca yerleştirip bastırma tahtasıyla üzerine bastırın. Yayı ileri geri oynatarak matkabı hareket ettirirken bir taraftan da diğer elinizdeki tahtayla sertçe bastırın. Kısa zamanda duman çıkacak ve sıcak kül ve kıvılcıklar kavın üzerine düşerek onu tutuşturacaktır.

Sürtünmeyle oluşan sıcak, siyah toz.

Matkabı çevirmek için ipi çekin.

### EL MATKABI

Yay matkabıyla ateş yakmaktan daha kolay bir yöntem, sivri bir sopayı ellerinizin arasında çevirerek tahtaya sürtmektir. Ancak ellerinizi kullanarak daha az sürtünme sağlayabileceğinizden bu metod sadece sıcak iklimlerde, iyice kuru odunlarla kullanılabilir. Matkabı bir taraftan çevirirken mümkün olduğunca bastırın ve kısa çevrimler yapın.

#### El matkabı kullanımı

El matkabı kullanmak yay matkabından daha kolay ama daha az etkilidir.





# KAMP BOZUMU

**K**amp bozumu bir rutin olarak yapılabilmesi ve gruptaki herkes, belirlenen zamanda üzerine düşen işleri tamamlamalıdır. Aşırı soğuk ve yağmurda bir kişi için tüm grubun beklemesi sinir bozucu ve tehlikelidir. Grubun sonunda yürümekle görevli olan artçı, herkes kamptan ayrıldıktan sonra

son bir kontrol daha yapmalıdır. Normal şartlarda kamp yerini sanki oradan hiç geçmemişsiniz gibi terketmelisiniz. Ama bir survival durumu söz konusu olduğunda sizi aramakta olanlara işaret bırakmalısınız. Çadır ya da barınağınızı en son sökün, son ana kadar kullanmanız gerekebilir.

## KAMP ALANININ TEMİZLENMESİ

Kamp alanınızı sanki orada hiç kalmamışsınız gibi bırakmanız gerekir. Tüm çöplerinizi yanınıza almalı, söktüğünüz çimenleri yerine yerleştirmeli ve yerel kurallara uymalısınız. Bu şekilde

sadece doğayı bozmuş olmakla kalmaz sizden sonrakilerin alanı kullanmalarını da mümkün kılmış olursunuz. Bir survival durumunda ise eğer olası kurtarıcılara mesaj bırakmanız gerekiyorsa bunu doğaya zarar vermeden yapmalısınız.

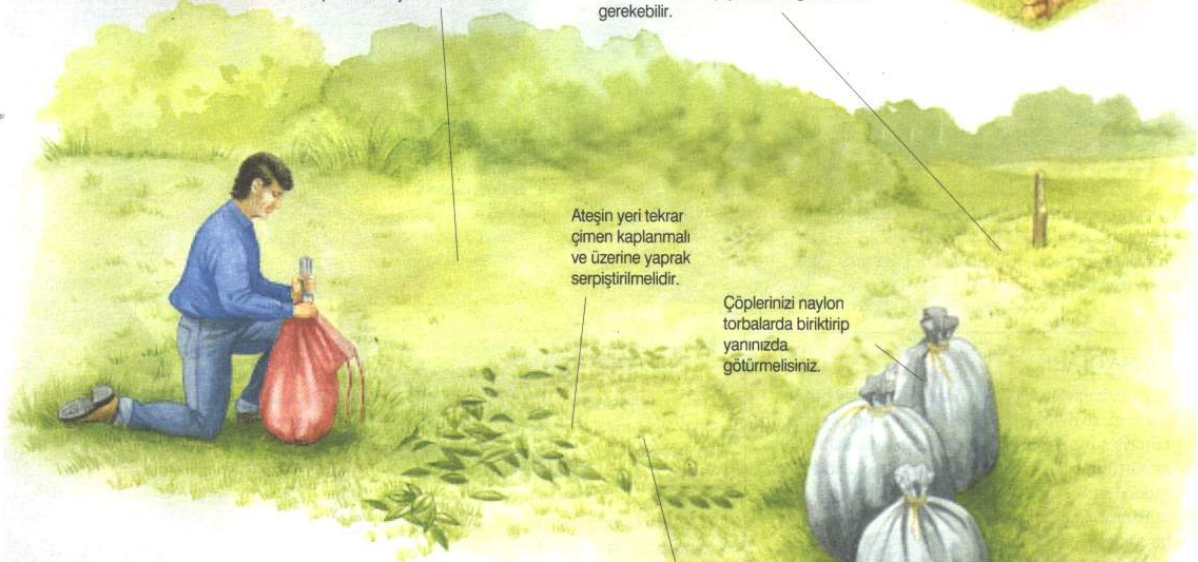
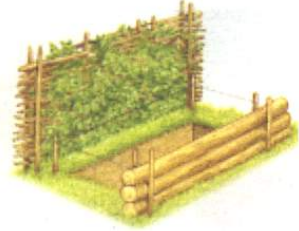


### Çadır

Çadır en son kaldırılmalıdır. Böylece kötü havalarda son ana kadar kullanabilirsiniz. Kamp toplanmaya başlandığı andan itibaren herkes görevini eksiksiz ve planlanan zamanda yerine getirmeye özen göstermelidir. Çadırlar toplandıktan sonra herkes kampı terketmeye hazır olmalıdır.

### Lağım çukuru

Lağım çukuru kapatılmalı ve üzerinden sökülen çimler tekrar yerleştirilmelidir. Ayrıca çukuru son defa kullandığınız tarihi de yazıp bırakırsanız sizden sonra gelecek kampçılara yardımcı olmuş olursunuz. Eğer çukuru kazdığınız yerdeki çevre bu iş için fazla hassassa, bütün pisliğinizi naylon torbalara doldurup yanınızda götürmeniz gerekebilir.



Ateşin yeri tekrar çimen kaplanmalı ve üzerine yaprak serpiştirilmelidir.

Çöplerinizi naylon torbalarda biriktirip yanınızda götürmelisiniz.

### Varlığınızın izlerini yok edin

Kamp alanını sanki orada hiç kalmamışsınız gibi bırakmak çok önemlidir. Ateşi iyice söndürüp ateş yaktığınız yeri bitkilerle örtün. Bütün artık ve çöplerinizi yanınıza alıp lağım çukurunu örtmeyi unutmayın. Bunu alışkanlık haline getirirseniz doğaya zarar vermemiş ve diğer kampçılara saygısızlık etmemiş olursunuz.



### Ateş

Ateşi tamamiyle söndürdüğünüzden emin olun. Küller iyice dağıtılmalı ve gömülmelidir. Yanmamış artıkları daha sonra atmak için yanınıza alın.



## ATEŞİ TEMİZLEYİN

Kampı bozarken ateşin tamamen söndüğünden emin olmalısınız. Ateşin üzerini tamamen örtseniz



**1** Ateş öldüğünde artıkları ortaya toplayıp iyice kül haline gelmelerini bekleyin. Küller soğuduğunda etrafa yayıp gömün.

bile için için yanmakta olan korlar orman yangınına sebep olabilir. Ayrılacağınız gün kahvaltı

hazırlarken mümkün olduğunca küçük odunlar kullanırsanız ateş daha kolay bitecektir.



**2** Yüzeyde çimenleri öldürecek kül kalmadığından emin olduktan sonra ateşi yaktığınız yerin üzerini toprakla kapatın ve ellerinizle düzleyin. Daha sonra ateşi yakmak için söktüğünüz çimi tekrar eski yerine yerleştirin. Eğer ateşin etrafına taş dizdiyseniz onları da etrafa yayıp üzerlerini yosunlarla örtün.

**3** Keserek çıkardığınız çimenin boşluklarını toprak ve otlarla doldurup kesim yerinin belli olmamasını sağlayın. Ateş yerini örtmek için kullandığınız çimenin üzerine yaprak ve ot serpiştirin ve diğer yerlerle aynı görünmesini sağlayın. Yanmamış artıkları naylon torbalara yerleştirip daha sonra yakın ya da atın.



### İZ BIRAKMAYIN

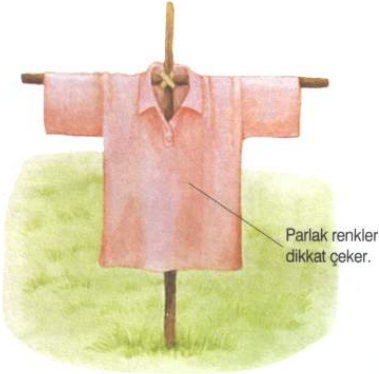
Doğada birçok bölge, ziyaretçiler araziye zarar veren, hayvanları, bitkileri ve ağaçları öldüren, su kaynaklarını kirleten çöpleri ortada bıraktıkları için zarar görmektedir. Geçtiğiniz yerlerden ve özellikle kamp yerlerinizden iz bırakmadan ve çevrenize zarar vermeden ayrılmalısınız. Çoğu milli park ve kamplarda ateş yakmak ya da lağım çukuru kazmak yasaktır. Ve bu kurallara uyulması gerekir. Bu şekilde hem doğaya zarar vermemiş hem de sizden sonra gelecek kampçıların da aynı güzelliklerden faydalanmasını sağlamış olursunuz. Eğer yiyecek artıklarını arkanızda bırakırsanız hayvanlar, sizden sonraki kampçılara rahatsızlık vererek hem insanlar hem de belki kendileri için tehlikeli olabilirler.

## KURTARMA EKİPLERİ İÇİN MESAJ BIRAKMA

Sıradışı herşey, özellikle eğer sizi anyorlarsa, arkanızdan gelen kişilerin dikkatini çekecektir. Gittiğiniz yönü, hatta zaman ve

tarihi kurtarma ekipleri için belli edin. Bırakacağınız işaretler ayrıca rotanızı tekrar bulmanıza da yarayabilir. İşaretleri mümkün

olduğu kadar yüksek yerlere koyarsanız hayvanlar tarafından bozulmalarını biraz olsun engelleyebilirsiniz.



Parlak renkler dikkat çeker.

### Bayrak

İki sopayı birbirine çatıp bir haç oluşturun ve üzerine parlak renkli bir tişört geçirin. Haçı yüksekçe bir açıklığa dakin. Eğer bu işaretlerden birkaç tane kullanırsanız gittiğiniz yön daha kolay tayin edilebilir.



### Çam kozalağı

Gittiğiniz yol boyunca yarık dalların arasına sıkıştıracağınız kozalaklarla işaret bırakın. Kendiliğinden asla oluşamayacak bu durum sizi arayan kişilerin dikkatini çekecektir. Hayvanların yiyebileceği bir şeyler kullanarak işaret bırakmayın.



Açık renk taşlar zeminde daha kolay seçilir.

### Yön okları

Açıklıklara büyükçe taşlarla çizilen yön oklarıyla gittiğiniz yönü belli edebilirsiniz. Bu oklar ayrıca havadan da görülebilir. Yön oklarını mümkün olduğunca sık bırakırsanız takip ettiğiniz patika kollarla aynı bile kurtarılanınız sizi izleyebilirler.







## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

# SU BULMAK

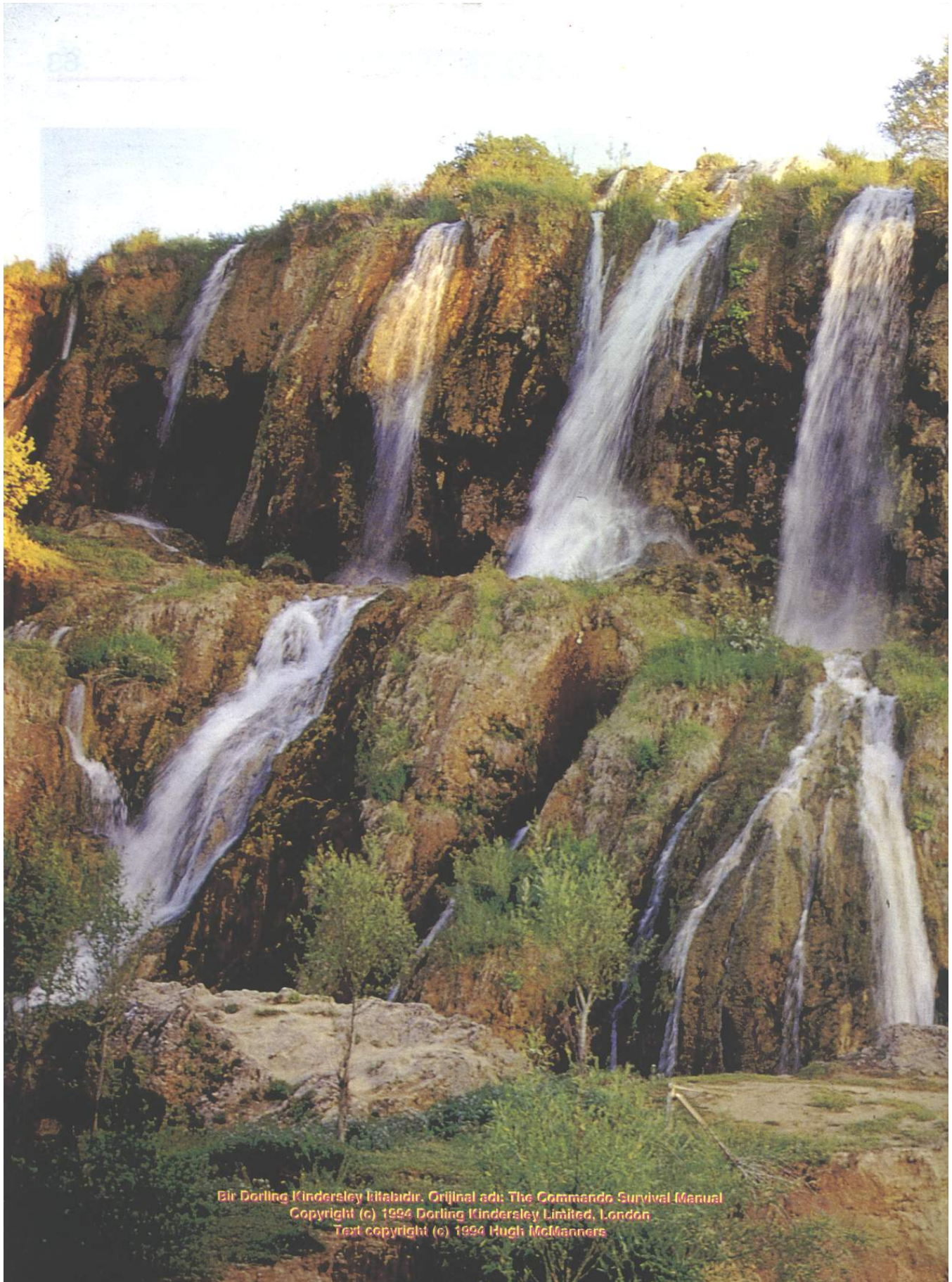
Canlıların vücudunun büyük kısmı sudan oluşur, su olmadan yaşanmaz. Bir survival durumunda, barınak bulduktan sonra yapmanız gereken ilk şey, yeterli miktarda temiz su bulabileceğiniz bir yer belirlemektir.

Yemek bile bu kadar önemli değildir. Su, insan yerleşimlerinin ve sosyal organizasyonların temel taşıdır. Nehirler eski medeniyetlerin ortaya çıktıkları topraklara bereket vermiş, sağladıkları su insanoğluna bol gıda sağlamıştır. Böylece ticaret ve kültürün gelişmiş, insanların yaşadığı hayat, hasat ve sonrasında ibaret olmaktan çıkmıştır. Ancak insanlığa ölüm de çoğu zaman su yoluyla gelmiştir. Kolera ve tifo gibi hastalıkları yayan, değişen ya da kuruyan yataklarıyla şehirlerin sonunu getiren yine nehirler olmuştur. Günümüzde modern insan taze ve temiz suya ihtiyaç duyuyor. Yoğun kullanım, yeraltı su kaynaklarının tükenmesi ve buna bağlı olarak nehirlerin kurumaya başlamasını getirdi. Hayatta kalmak için insan, ne hayatını ne de su kaynağını riske atmamalıdır.

### **Hayatın Kaynağı**

Su hayatımızdaki en önemli unsur. Yemek yemeden günlerce yaşayabilsen bile su olmazsa kısa süre içinde vücut fonksiyonlarımız zayıflar ve sonunda ölüme gideriz. Su bulmak vahşi doğanın derinliklerine dalmadan önce öğrenmemiz gereken en önemli şeydir.





Bir Dorling Kindersley kitabidir. Orijinal adı: The Commando Survival Manual  
Copyright (c) 1994 Dorling Kindersley Limited, London  
Text copyright (c) 1994 Hugh McInnery



4

**SURVIVAL EKİ**

OUTDOOR dergisinin  
okurlarına  
armaganıdır

**HUGH McMANNERS**

Yayına hazırlayanlar: **TOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA**



# SUYUN ÖNEMİ

İnsan vücudu, günde en az üç litre suya gereksinim duyar. Bu yüzden yolculuğa çıkarken yanınızda temiz içme suyu bulundurmanız yaşamsal önem taşır. Yolculuk süresi de genellikle su durumuna bağlıdır, çünkü motorlu araçlarla bile birkaç gün yetecek sudan fazlasını taşımak mümkün değildir. Özellikle yürürken en azından

bir günlük su ihtiyacınızı yanınızda taşımalı, buna ilaveten acil durumlar için de bir miktar su bulundurmalısınız. Her gün en az bir su kaynağına ulaşabilmeniz çok önemlidir. Bu yüzden suyu nasıl bulacağınızı ve nasıl elde edebileceğinizi iyi bilmelisiniz.

## SUYU NEREDE ARAMALI?

Dağlara yağmur yağdığında küçük dereler oluşur ve bu dereler birleşerek daha büyük akarsular haline gelir. Ovalara ulaştınca bu akarsular geniş ve yavaş akan nehirlere dönüşür, nehirler ise denizlerde son bulur. Bu sistem içindeki her parçadan içme suyu

sağlamak mümkündür. Doğadan elde edeceğiniz suyu içmeden önce mutlaka arıtmalısınız. Böylece sudan kaynaklanan hastalıklardan korunmuş olursunuz.

### Buzul

Buzulların etrafında genellikle eriyen suları oluşturduğu dereler vardır, ancak buzul suyunun içinde bulunan kaya tozu hastalanmanıza sebep olabilir. Kaya partiküllerinin dibe çökmesi için içmeden önce suyu bir gece dinlendirmeli, daha sonra iyice süzmelisiniz.

### Kayalıklar

Yosun, eğreltiotu ya da küf suyun varlığının göstergesidir. Bunların bulunduğu kaya yanklarından su sızıyor olabilir.

### Kaya Oyukları

Kayaların içindeki oyuklara bakın. Buralara genellikle yağmur suyu birikir.

### Kum Tepeleri

Kum tepelerinin arasında bulabileceğiniz en çukur yeri nemli kuma erişene kadar kazın. Bu sayede yağmurun kum tepelerinin içine süzülerek biriktiği yerlere erişebilirsiniz. Çukurun içine taze su dolana kadar kazmayı sürdürün.

### Ağaçlar

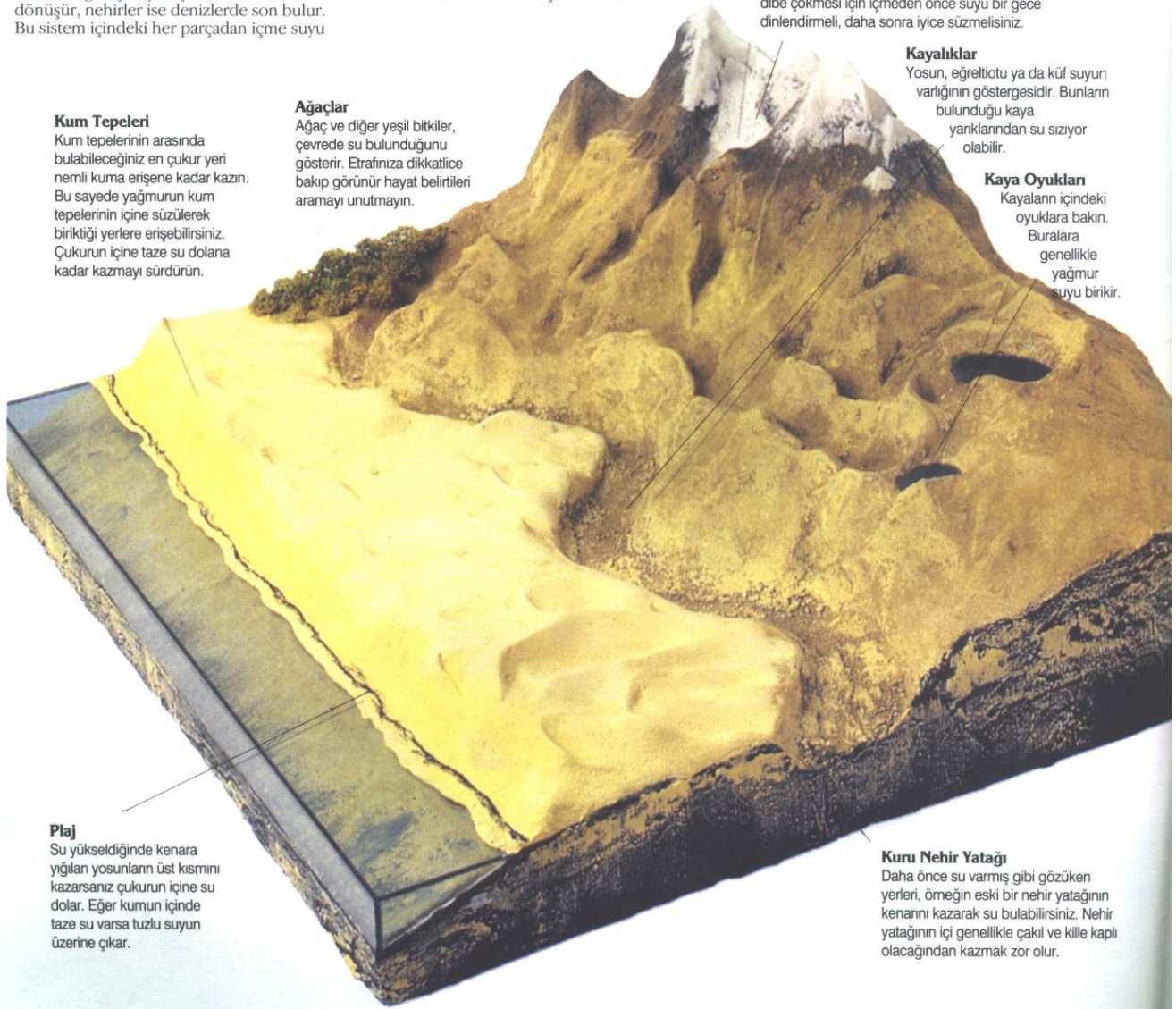
Ağaç ve diğer yeşil bitkiler, çevrede su bulunduğunu gösterir. Etrafınıza dikkatlice bakıp görünür hayat belirtileri aramayı unutmayın.

### Plaj

Su yükseldiğinde kenara yığılan yosunların üst kısmını kazarsanız çukurun içine su dolar. Eğer kumun içinde taze su varsa tuzlu suyun üzerine çıkar.

### Kuru Nehir Yatağı

Daha önce su varmış gibi gözükten yerleri, örneğin eski bir nehir yatağının kenarını kazarak su bulabilirsiniz. Nehir yatağının içi genellikle çakıl ve kille kaplı olduğundan kazmak zor olur.





## SUYUN BELİRTİLERİ

Suyun varlığı genellikle yeşil bitkiler, hayvan izleri ya da insan yerleşimi gibi işaretlerden anlaşılabilir. Ancak gizli su kaynaklarını gösteren başka işaretler de vardır. Cansız gibi görünen bir

arazide canlı hayvanların varlığı bu işaretlerden biridir, ama akbaba gibi bazı kuşların kilometrelerce uçabildiklerini unutmayın.



### Ağaç ve Diğer Bitkiler

Bütün ağaçların yaşamak için suya ihtiyacı vardır. Bazıların ihtiyaç duydukları suyu bulabilmek için çok derinlere kök salarken palmiyeler genellikle yüzeye yakın su kaynaklarının olduğu yerlerde yetişir. Ayrıca bazı ağaç türleri de gövdelerinde su biriktirir.



### Hayvan İzleri

Geniş getiren hayvanların günde en az iki defa yani günbatımı ve doğumunda su içmeleri gerekir, bu zamanlarda genellikle su kaynaklarına doğru giderler. Hayvan izlerini takip edin. Özellikle izlerin yoğun olduğu yön sizi bir su kaynağına götürebilir. Eğer bir gölet bulursanız civarda karşılaşabileceğiniz etobur hayvanlara karşı dikkatli olmalısınız.



### An ve Sinekler

Anlar çoğunlukla yuvalarından en fazla beş kilometre uzaklaşır. Devamlı bir su kaynağına ihtiyaç duydukları için, yuvalarından ayrılırken uçtukları yöne bakarak su kaynağının yönünü tahmin edebilirsiniz. Sinekler ise su kaynağından yüz metreden fazla uzaklaşmaz. Ama çöllerde sanki yoktan varolmuş gibi ortaya çıkarırlar, bu nedenle onları izleyerek su kaynağının yerini tahmin etmek çok zordur.



### Karıncalar

Karıncaların da devamlı bir su kaynağına ihtiyacı vardır. Ağaca tırmanırken gördüğünüz bir sıra karıncanın tepedeki bir yağmur suyu biriktirmesine gidiyor olması güçlü bir olasılıktır.

## SU KAYBI VE VÜCUDUN SU İHTİYACI

Su, insan vücudunun en önemli ve en yaşamsal ihtiyaçlarından biridir. Ancak vücudumuz suyu yağ gibi depolayamaz. Bu yüzden

özellikle vücut ısımızın sabit kalması, böbreklerdeki artık maddelerin atılması ve sinir sistemimizin çalışması için suya ihtiyacımız vardır.

### SU KAYBININ ETKİLERİ

%1 - 5 Kayıp	%6 - 10 Kayıp	%11 -12 Kayıp
Susama	Baş ağrısı	Hezeyan
Rahatsızlık	Baş dönmesi	Dil şişmesi
Uyuşukluk	Ağız kuruması	Titreme
Huzursuzluk	Eklemlerde kancalanma	Sağırılık
İştahsızlık	Morarma	Göz karaması
Kızarma	Dilin dolanması	Hissizlik
Yüksek Nabız	Nefes alma zorluğu	Deride kızarma
Bulantı	Yürüme zorluğu	Yutkunma zorluğu
Güçsüzlük	Bulanık görüş	Ölüm

### Su İhtiyacı

İnsan vücudunun yaklaşık yüzde 75'i sudan oluşur. Terleme ve idrar yoluyla kaybedilen suyun yerine konması gereklidir. Aksi halde sağlık problemleri başlar ve kişiyi ölüme götürebilir.

### SU KAYBINI ENGELLEMEK

Sadece gölgelik bir yerde yatsa bile insan solunum ve idrar yoluyla günde bir litreden fazla su kaybeder. Özellikle sıcak havalarda terleme yüzünden su kaybı artacağı için eğer suyunuz azsa bol bol dinlenmeli ve geceleri yolculuk yapmalısınız. Terlememeye ve gölgede kalmaya gayret edin. Su kaybını azaltmak için burnunuzdan nefes alın ve sigara içmeyin. Sıcak toprağa yatmayın. Sağ kalmanıza yetecek kadar yiyeğin. Yağlı yiyeceklerden kaçınm ve kesinlikle alkol almayın. Yağ ve alkolün sindirimi sırasında çok fazla su harcanır. Su aramaya çıkmak için de suyunuzun tamamen tükenmesini beklemeyin.



# SU NASIL TOPLANIR?

Survival durumunda kaldığınızda, barınak sağladıktan sonra yapmanız gereken en önemli şey su bulmaktır. Suyunuz yoksa birkaç günden fazla yaşayamazsınız. Her zaman güvenli ve yeterli bir su kaynağının yanına kamp kurmanız mümkün olmadığı için acil durumlarda yağmur

suyu biriktirebilir ya da çığ toplayabilirsiniz. Atmosferden, bitkilerden ya da yeraltı birikintilerinden elde edilen su her zaman saf olduğundan diğer doğal su kaynaklarına oranla daha sağlıklıdır. Su toplamak için en iyi zaman şafak vaktidir.

## YAĞMUR SUYU NASIL BİRİKTİRİLİR?

Kamp kurduktan sonra su biriktirebilmek için kaplar hazırlayın. Barınağınızın damından akan yağmur sularını biriktirip bir kabin ya da küçük bir göletin içine yönlendirebilirsiniz. Bulduğunuz yerin yakınlarında bir nehir ya da dere olsa bile, kimyasal arıtma ya da kaynatma gerektirmediği ve saf olduğu için yağmur suyu kullanmak en iyi çözümdür. Yağmur suyunu biriktirmek için genişçe bir su geçirmez örtüyü tercihen bir yamacın kenarlarına çakacağınız kazıklarla gerin. Böylece yağmur suyunu bir kabin içine toplayabilirsiniz.



Kaya örtünün orta kısmını aşağıda tutar

Yağmur suyu kenarlardan süzülerek kabin içine akar

Kazıklar kenarları gergin tutar

### Yağmur Suyu Kolektörü

Yağmur suyunu depolamak ve bir kabin içine yönlendirmek için herhangi bir su geçirmez örtü kullanabilirsiniz. Aşırı yağışlarda kap dolduğunda hemen yenisini koymak için konteynere göz kulak olun.

## ÇİĞ NASIL BİRİKTİRİLİR?

Geceleri soğuyan havanın içerdiği nem yoğunlaşarak çığ olarak yere, bitkilerin ve araçların üzerine yağar. Çığ güneş çıkınca süratle buharlaşır. Birçok böcek, bitki ve hayvan hayatta kalmak için çığı kullanır. Siz de bu su kaynağından faydalanabilirsiniz.



**1** Uzun ve ıslak çimenlerin üzerindeki çığı bir mendille silerek su elde edebilirsiniz. Güneş doğduktan kısa bir süre sonra çığ kalkacağı için en iyi zaman şafak vaktidir. Kırık topraklarda yaşayan yerlilerin çoğu su bulmak için bu



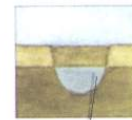
**2** Mendil iyice ısladığı zaman bir kabin içine sıkın. Yeterince su elde edene kadar bu işlemi tekrar edin.

## SU KUYUSU NASIL KAZILIR?

Gevşek zeminlerde su genellikle toprak altındaki oyuklara sızar. Otuz santim derinliğinde bir çukur kazın ve içinde toplanan suyu alın. İlk birkaç defada su biraz bulanık olacak ama giderek daha temiz ve içilebilir hale gelecektir.



Çukurun etrafındaki topraktan sızan su içeri dolar



Yandan görünüş, suyun biriktiği seviyenin altına çukur kazmanız gerektiğini gösteriyor

### Çamurdan Suya

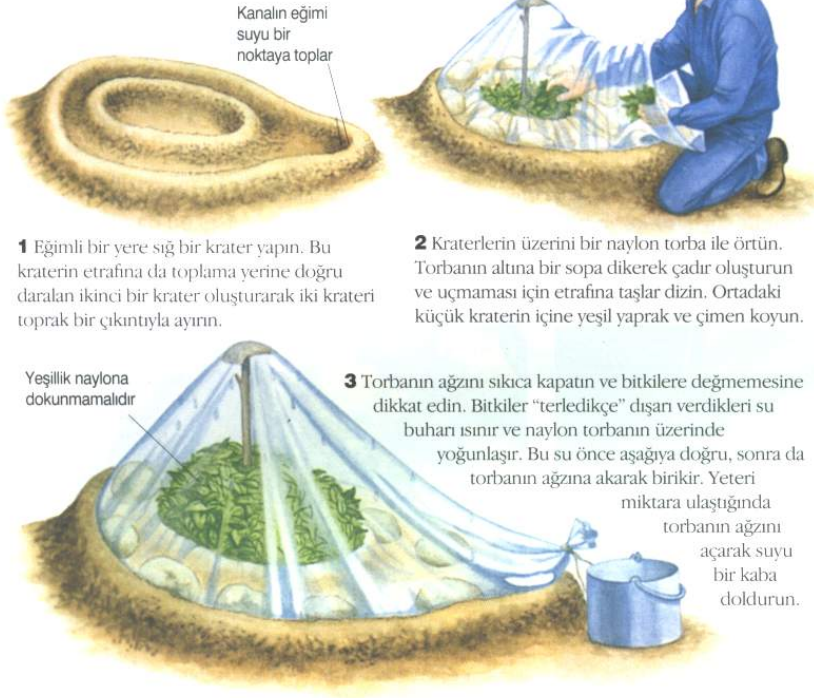
Delikte biriken su iyice berraklaşana kadar bulanık suyu dışarı atın.

## DİKKAT

Su çukurunu kazmadan önce çevrenizi inceleyin. Eğer çamur garip kokuyorsa ya da üzeri yeşil bir tabakayla kaplıysa içerdiği su kirli demektir. Ölü hayvanların olduğu yerlerden de su almamalısınız. İçmeden önce suyu mutlaka arıtın.

## BİTKİLERDEN SU ELDE ETMEK

Bitkiler yapraklarından su buharı verir. Naylon bir torbanın içine koyduğunuzda bitkilerin dışarı verdiği su torbanın üzerinde yoğunlaşacağı için rahatlıkla toplayabilirsiniz.



Kanalın eğimi suyu bir noktaya toplar

**1** Eğimli bir yere sığ bir krater yapın. Bu kraterin etrafına da toplama yerine doğru daralan ikinci bir krater oluşturarak iki krateri toprak bir çıkıntıyla ayırın.

**2** Kraterlerin üzerini bir naylon torba ile örtün. Torbanın altına bir sopa dikerek çadır oluşturun ve uçmaması için etrafına taşlar dizin. Ortadaki küçük kraterin içine yeşil yaprak ve çimen koyun.

Yeşillik naylonu dokunmamalıdır

**3** Torbanın ağzını sıkıca kapatın ve bitkilere değmemesine dikkat edin. Bitkiler "terledikçe" dışarı verdikleri su buharı ısınır ve naylon torbanın üzerinde yoğunlaşır. Bu su önce aşağıya doğru, sonra da torbanın ağzına akarak birikir. Yeteri miktara ulaştığında torbanın ağzını açarak suyu bir kaba doldurun.

### DİĞER METODLAR

Bazen yere bir örtü sererek ya da aynı örtüyü ağaçlara asarak yoğun sisli havalarda su damlacıkları elde edebilirsiniz. Acil durumlarda geceleri yere bir naylon serin. Hava serinledikçe havadaki nem yoğunlaşarak su damlacıkları şeklinde örtünün üzerine yağar. Bu şekilde çok fazla su toplamanız mümkün olmasa da daha kullanışlı bir kaynak bulana kadar su ihtiyacınızı giderebilirsiniz.

#### Dallan Kullanın

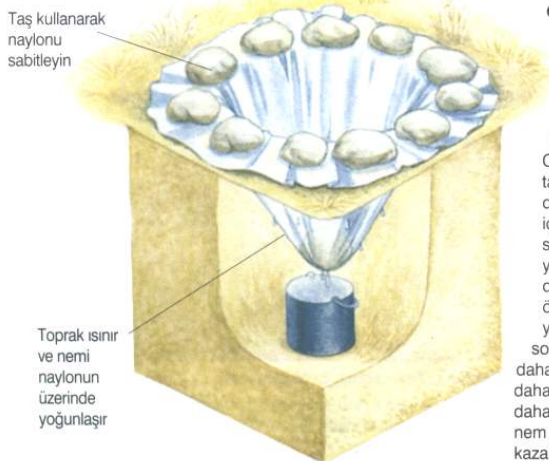
Büyümekte olan bir dal ya da bir bitkinin tamamının üzerine bir naylon torba geçirin. Bitkinin dışarı verdiği su buharı ısınacak ve torbanın yüzeyinde tekrar yoğunlaşacaktır.



Su naylon torbanın iç yüzeyinde yoğunlaşır

## TOPRAKTAN SU NASIL ELDE EDİLİR?

Güneş enerjisiyle çalışan bir yeraltı kuyusu kullanarak topraktan su elde edebilirsiniz. İki yüzey arasındaki ısı farkı nedeniyle, aradaki hava ısınır ve doyar, daha soğuk yüzeyde yoğunlaşır.



Taş kullanarak naylonu sabitleyin

Toprak ısınır ve nemi naylonun üzerinde yoğunlaşır

#### Güneş Enerjisiyle Çalışan Yeraltı Kuyusu Nasıl Yapılır?

Bir metre genişliğinde ve 60 santim derinliğinde bir çukur kazıp dibine bir kap yerleştirin. Çukurun üzerine bir naylon koyun ve üzerine taş dizerek sabitleştirin. Ortasına yumruk büyüklüğünde bir taş koyarak naylonun çukurun dibine doğru sarkmasını sağlayın. Çukurun içindeki hava ısındıkça nem daha serin olan naylonun üzerinde yoğunlaşır ve daha sonra çukurun dibindeki kabin içine akar. Bu metod özellikle çöllerde gece - gündüz işe yarar. Geceleri dışardaki hava daha soğuk olduğundan naylonun dış yüzeyi daha iyi soğur ve çukurun içindeki hava daha sıcak olduğundan yoğunlaşma daha iyi olur. Kazdığınız kuyunun içindeki nem tükünince yeni bir çukur kazabilirsiniz.

### DENİZ SUYUNU ARITMAK

Güneş enerjisiyle çalışan kuyuda kullandığınız teknikle deniz suyu veya idrardan da temiz su elde edebilirsiniz. Bir leğenin içine deniz suyu koyarak suyun içine bir kap yerleştirin. Leğenin üzerine bir naylon koyup kenarlarını bağlayın. Örtünün üzerine bir taş koyarak kabın içine doğru bir koni oluşturun. Naylonun altındaki hava ısındığında deniz suyu buharlaşarak saf su olarak örtünün altında yoğunlaşır ve kabın içine akar.

#### DENİZ SUYU İMBİĞİ





# DOĞAL SU KAYNAKLARI

Doğada birçok su kaynağı bulunur. Örneğin bitkilerden, hayvan kanı ve gözünden, kurumuş çamur birikintilerinin içinde kış uykusuna yatan ve derilerinin altında su biriktirebilen bazı kurbağa cinslerinden su elde etmek mümkündür. Ancak bu

çeşit doğal su kaynaklarını kullanırken yerel halkın değer verdiği şeylere zarar verebilirsiniz. Bu yüzden su kuyuları ve çukurlarına dikkat etmeli ve su aldığınızda asla ziyan etmemelisiniz.

## SU BİRİKTİREN BİTKİLER

Su biriktiren bitkilerin birçok çeşidi vardır: Bazıları yaprak ya da köklerinde, bazıları böcek

yakalayabilmek için çiçeklerinin içinde yağmur suyu biriktirir, bazıları ise kendi sıvılarını kendileri salgılar. Bütün bu su

ve sıvıları acil durumlarda kullanabilirsiniz. İşte bu bitkilere birkaç örnek:



**Carrion Çiçeği (Stapelia)**

Diğer etli bitkiler gibi carrion çiçeğinin de sapında su bulunur. Ayrıca taç yaprakları da çiğnenebilir.



**Testi Çiçeği (Nepenthes)**

Bu bitki, testisinin dibinde biniken bir çeşit yapışkan sıvıyla böcek yakalar. Bu suyu içmek mümkün olsa da önce içindeki böcekleri temizlemelisiniz.



**Akasya Ağacı (Acacia)**

Diğer çöl ağaçları gibi akasya ağacı yerin hemen üzerindeki köklerinde su biriktirir.



**Neoregalia**

Bu çeşit bitkiler orta noktalarında su biriktirir. Suyunu emmek için yapraklarını çiğneyebilirsiniz.



**Hint İnciri (Opuntia)**

Hint inciri gibi bazı kaktüs çeşitleri çiğnediğiniz zaman neminden faydalanabileceğiniz etli yapraklara sahiptir.

### DİĞER SU KAYNAKLARI

Birçok palmiye cinsi filizleri kesilerek elde edilebilen şekerli bir sıvı salgılar. Çöl bitkilerinin köklerinde birikmiş su bulursa da bu kökleri bulup çıkarmak zordur. Bazı Avustralya ve Afrika kurbağaları kuru mevsimleri geçirmek için yeraltına inmeden önce vücutlarında su biriktirir. Çok acil durumlarda kurbağaları sıkarak bu suyu çıkarabilirsiniz.



**Fiç Kaktüsü (Ferocactus, Echinocactus)**

Fiç şeklindeki bu kaktüs cinsi, sütümsü bitki sıvılarının içilmesi kuralına tek istisnadır. Fiç kaktüsünün bazı türleri bir metreye kadar büyüyebilir.

## KAKTÜSTEN SU NASIL ELDE EDİLİR?



**1** Fiç kaktüsünden su almak için tepesini keskin bir bıçakla kesin. Dikenlere dikkat etmeyi unutmayın.



**2** Kaktüsün içindeki etli kısmı bir sopayla karıştırarak posa haline getirin. Bu şekilde etli kısmın nemi açığa çıkar.

**3** Bir kamyş kullanarak posanın sıvısını için. Ama aklınızdan çıkarmayın, kaktüsler çok yavaş büyür ve sıklıkla kullanılırlarsa bazı bölgede türleri yokolabilir. Bu nedenle kaktüsleri sadece çok acil durumlarda kullanmalısınız.

Bir kamyşın yardımıyla posanın sıvısını emin



## SARMAŞIKTAN SU NASIL ELDE EDİLİR?



**1** Büyük bir bıçak ya da palayla sarmaşığı erişebildiğiniz kadar yukardan kesin. Önce dibini kesmeyin ki sıvı bitkinin damar hareketleriyle yukarı doğru çıkmasın.



**2** İkinci olarak sarmaşığın dibini keserek hazır bulundurduğunuz bir kaba koyup sıvının akmasını sağlayın. Gerekirse başka sarmaşıkları da keserek yeterince su sağlayabilirsiniz.

Su sarmaşığın dibinden akacaktır

### DİKKAT

Sütümsü bitki öz suları genellikle zehirlidir. Hindistancevizi sütü ve hayvanların vücut sıvıları ise protein içerdiklerinden sindirilmeleri için fazladan su gerekir. Buna ek olarak yoğun ve tatlı hindistancevizi sütü gevşetici olduğu için ishale yol açabilir, güçsüzlük ve su kaybına sebep olur.

## AĞAÇ KÖKÜNDEN SU NASIL ELDE EDİLİR?



Genç bir muz ağacı seçip yere yakın bir yerden kesin

**1** Küçük bir muz ağacı ya da fidanını, yerden yaklaşık sekiz santim yukardan kesin.



**2** Kütüğün ortasını oyun. Köklerden gelen su oyukta toplanacaktır.

## BUZ VE KARDAN SU NASIL ELDE EDİLİR?



### Buz Eritmek

Ateşin üzerine yerleştirilmiş bir kayanın üstüne koyacağınız buzı eriterek su elde edebilirsiniz. Yeni donmuş deniz buzunu kullanırsanız elde edeceğimiz su tuzlu olur. Oysa Arktik bölgelerdeki eski deniz buzunu mavimsi olur ve daha az tuz içerir.



### Kar Eritmek

Zemine mümkün olduğu kadar yakın bir yerden alınmış yoğun kar kullanmaya gayret etmelisiniz. Ateşe yakın bir yere asacağınız bir bohçanın altına su kabınızı koyun. Bohçanın içindeki kar zamanla erir. Kabı ateşin üzerine koymayın. Oluşan su tekrar kara dönüşür ve kap yanar. 41 santim kardan sadece üç santim su elde edilebilir.



# SU NASIL ARITILIR?

Vahşi doğada suyun saf ve temiz olduğu durumlara pek rastlanmaz. Bu yüzden içilmeden önce mutlaka arıtılarak hastalık taşıyan zararlı mikroorganizmalardan temizlenmeli, içindeki çamur ve diğer kirler süzülmelidir. Batılilar her gördükleri suyun özellikle bir musluktan akıyorsa içme suyu olduğunu düşünürler.



Ancak birçok bölgede musluk suyu bile saf ve temiz değildir. Bazı insanlar pis suya diğerlerinden daha dayanıklı olsa da genellikle pis su içen herkes mide ve bağırsak problemleriyle karşı karşıya kalır.

## İçme Suyu

Doğadan alınan su en azından bir çorap ya da mendil kullanılarak filtre edilmelidir. Ayrıca zararlı organizmaların yok olması için mutlaka arıtılmalıdır.

## SU ARITMA METODLARI

Doğada, yağmur haricinde, en temiz görünen su bile asla saf değildir. İçinde çeşitli tuzlar, mineraller ve zararlı organizmalar vardır. Doğada bulunan suyun içindeki parçacıklar süzülmesi ve en az beş dakika kaynatılarak ya da kimyasal maddeler kullanılarak içindeki organizmalardan arıtılmalıdır. Deniz suyu ve idrar doğal hallerinde asla içilmemeli ancak çok acil durumlarda distile edilmelidir. Kullanılabilecek birçok su arıtıcısı mevcuttur. Bunların çoğu suyu önce süzer daha sonra da kimyasal maddelerin yardımıyla artır. Buna alternatif olarak arıtma tabletleri kullanılabilir ya da suyu süzdükten sonra kaynatılabilir.



Kapağın sıkıca kapalı olduğundan emin olun

### Tentürdiyot

Tentürdiyot kullanırken sağınızı solunuzu pisletebilirsiniz. Ayrıca su pembemsi bir renk alır ve tadı bozulur.



### Potasyumpermanganat

Bu madde su sterilizasyonu için de kullanılan çok amaçlı bir kimyasal maddedir. Su hafifçe pembe olana kadar kullanılmalıdır.



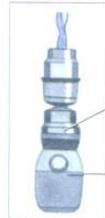
### Tabletler

Klor bazlı tabletler suyun tadını yüzme havuzu suyu gibi yapar ama çok güvenlidir. Yanm litre kirliliğe suya yarım tablet kullanılır.



### Portatif Filtre

Hortumun ucu kirliliğe suya daldırılır. Filtrenin sapı yukarıya hareket ettirildikçe arıtılmış su musluktan akar ve bir kaba toplanabilir.



Filtrenin parçaları şişenin üzerinde birbirine takılır

### Bardaklı Arıtıcı

Bu arıtıcı sökülüp cepte taşınabilir. Kirliliğe su, şişenin tepesine takılabilen filtrenin içinden geçirilerek arıtılır. Arıtılan su şişenin içine dolar.



Pompanın içinde suyu artırmak için kimyasal maddeler vardır

Ampul şeklindeki parça kirliliğe suya daldırılır

Hortumun diğer ucundan temiz su çıkar

### Arıtma Cihazı

Ampul şeklindeki parça akarsuyun içine daldırılıp hortumun diğer ucu bir kovanın içine koyulur. Pompanın kulbu aşağı yukarı hareket ettirilerek akan su, arıtıcının içinde arıtılıp kovaya dolar.

## UYARLAMA ARITMA

### Üçayak Filtre

Su antciniz yoksa suyu kaynatmadan önce süzmek için bir çorap kullanabilirsiniz. Eğer çorap kullanacaksanız içine daha ince bir başka çorap ya da ince kum koyarak filtreyi daha güvenilir hale getirebilirsiniz. Bu filtreyi her kullandığınızda çorabın içini boşaltıp iyice durulayın. Filtrenizi asmak için ise bir üçayak yapın.



### TUZLU SU NASIL SÜZÜLÜR?

Acil bir durumda deniz suyundan da distilasyon yoluyla temiz su elde etmek mümkündür. Deniz suyunu kaynatarak buharı kabın üzerine koyacağınız bir bezde toplayın. Birbiri ardına kabın üzerine örteceğiniz bir sürü bez kullanmalısınız. Elinizin yanmasını engellemek için bir sopa kullanarak bezleri kabın üzerinden alın. Islak bezler soğuduğunda sıkarak sularını başka bir kaba boşaltın.



## DOĞADAKİ SUYUN TAŞIDIĞI TEHLİKELER

Hayvanlar su içerken suyun içine insanlar için zararlı olabilecek birçok mikroorganizma ve bağırsak paraziti karışır. Bunların birçoğu uzun dönemde oldukça zararlı olabilir. Bazıları ise etkilerini hemen gösterir. Modern insan bu maddelerin çoğuna alışkın olmadığından çok kötü etkilenebilir. Dağlardaki su kaynaklarının temiz olması gerekse de içlerinde endüstriyel



kimyasal maddeler bulunabilir. Bu yüzden doğada bulduğunuz bütün su kaynaklarından alacağınız suyu kullanmadan önce arıtmalısınız.

**Görünmez Tehlike**  
Doğada bulacağınız suyu kullanmak tehlikeli olabilir. Hayvanların su içtiği kaynaklardan su alırken çevrede bulunabilecek etçil hayvanlara da dikkat etmelisiniz.

### KÖTÜ SU İŞARETLERİ

Önünüzde duran su kaynağının tehlikeli olduğunu gösterecek hayvan kemikleri ve iskeletlerini her zaman göremeyebilirsiniz. Eğer suyun içinde tehlikeli kimyasal maddeler varsa kaynağın kenarına birikmeler olur. Kaynatıldığında bu maddeler açığa çıkar. Suyun çevresinde bitki örtüsü olmaması, yüzeyinde fazla miktarda yeşil alg olması da suyun içilemez olduğunun göstergesidir.

**Durgun Göl**  
Kamış ve sazlar durgun sularda yetişir. Bu sularda parazit bulunması ihtimali daha fazladır



## SU KAYNAKLI HASTALIKLAR

Hastalık	Sebepleri	Belirtiler
LEPTOSPIROSIS	İnsanlara, hastalığı taşıyan hayvanlardan (sığan, siğir, fare, köpek, domuz) geçer. Bu hayvanların idrarıyla ya da vajinal salgılarıyla temas edildiğinde enfekte olunur. Vücuda tahriş olmuş deri ya da ağız, burun, boğaz ve göz damarlarından girer.	Gribe benzer belirtileri (ateş, titreme, başağnsı, kas ağrıları) vardır. Daha ileri durumlarda menenjit, sarılık, böbrek yetmezliği, iç kanama ve kalpte hasara sebep olabilir.
BİLHARZIA	Bu hastalığa yavaş akan tatlısu akarsularındaki tenyalar sebep olur. Deriden girip bağırsaklara geçerler. Ayrıca tatlısu salyangozundaki parazitler de hastalık yapabilir.	Kaşıntı, döküntüler, astım krizleri, karaciğerde büyüme ve idrar yollarında tahrişe sebep olur.
Amipli Dizanteri	Lağım karışan içme suyuyla geçer.	Kanlı ishal ve bağırsak iltihaplanmasına sebep olur. Bu enfeksiyonun daha karmaşık türleri sarılık, karaciğer ve akciğerlerde apse ve bağırsak delinmesine sebep olabilir.
Çengelli Bağırsak Kurdu	Bu parazitin larvaları vücuda içme suyundan ya da doğrudan deriden girer.	Yetişkin kurtçuklar bağırsakları sararak kansızlık ve uyuşukluğa sebep olur. Kana karışan larvalar ise akciğer
GIARDİASIS	İdrar ve vajinal sıvılarla kirlenmiş sudaki Giardia paraziti sebep olur.	Ishal ve mide kramplarına sebep olur. Kuzey Amerika, Afrika ve Asya'da giderek daha sık görülmektedir.

### Su Kaynaklı Hastalıklardan Korunmanın Yolları

Tek çare suyu arıtmaktır. Eğer beraber yolculuk ettiğiniz arkadaşlarınızdan biri içtiği su yüzünden hastalanırsa onu ve ona bakmakla yükümlü arkadaşınızı karantinaya alın. Hastanın kullanacağı tabak, bardak ve aletleri ayırın. Hastalanmasına sebep olan organizmalardan bolca içeren dışkılarından ve kirlenmiş elbiselerinden uzak durun. Kamp temizliğine daha fazla özen göstererek başkalarının da hastalanmasını engelleyin.



# SU TAŞIMA VE BİRİKTİRME YOLLARI

**B**ir nehrin hemen kıyısına kamp kurmuş olsanız bile su biriktirmek için birtakım araçlara ihtiyacınız olacaktır. Yemek kaynatmak ve nehirden su almak için kap lazımdır. Ayrıca nehrin çok yakınına kamp kurmak da pek mantıklı olmayacağından günde en az iki kez kampa su taşımanız gerekir. Yiyecek



aramak, keşif yapmak ve iş görmek için çıkacağınız yolculuklarda da her zaman su bulamayabilirsiniz. Bu yüzden suyunuzu yanınızda taşımanız iyi olur.

### Su Saklamak

Su değerlidir. Bu yüzden asla ziyan etmemelisiniz. Her zaman su stokunuzu yenileme şansı bulamayabilirsiniz.

## SU KAPLARI

Hem sıcak hem soğuk içecekleri taşımak için birçok çeşit kap kullanabilirsiniz. Bu kaplar sert plastikten çeliğe kadar

değişik malzemeden yapılır. Bazıları ise içlerindeki sıvı tükendikten sonra katlanıp kaldırılabilmesi için kumaştan

yapılır. Su taşıyacağınız kaplarla içinde yakıt bulunan kapları birbirinden iyice ayırmalısınız.



### Termos

Vakumlu metal termoslar kolayca kırılmaz ve hem sıcak hem soğuk sıvıları taşımak için kullanılır.



### Plastik Şişe

Hafif ve sert plastik şişeler idealdir. Ancak ateşe çok yakın koyulursa erir.



### Çelik Şişe

Sağlam olmasına rağmen içi doluyken oldukça ağır olur.



### Bel Çantası

Bele takılabilen bir kap yolculuk yaparken suyu rahatça, ellerinizi serbest bırakarak taşımanızı sağlar.



### Bardaklı Termos

Bu termosların bardak olarak kullanılan kapakları vardır.



### Küçük Su Çantası

Bu kap kullanılmadığı zaman katlanıp kaldırılabilir. Yere koyar ya da düşürürseniz kolayca delinebilir.



### Askılı Matar

İşte geleneksel su taşıma kabı. Kapağı mataraya bağlayan parçanın kopmamasına dikkat edin, aksi halde kapağı kaybedebilirsiniz.



### Büyük Su Torbası

Büyük kamplarda kullanılan su çantası dala asılarak havadaki esinti sayesinde içindekileri serin tutar.

## SU NASIL TAŞINIR?

Su taşımak gündelik bir iş haline geldiğinde ve birçok bölgede kamp yerinin su kaynağından uzak olacağı düşünüldüğünde bu işin büyük su kaplarının doldurulup kampa taşınarak yapılması gerektiği ortaya çıkar. Taşıma sırasında kabı sırtınıza asarak ellerinizin boş kalmasını sağlamanız en iyi yoldur. Eğer mümkünse büyük kaplara ağızına kadar su doldurmak için daha küçük bir kap kullanın. Böylece yürürken suyun çalkalanmasını ve suyun ziyan olmasını engellemiş olursunuz.

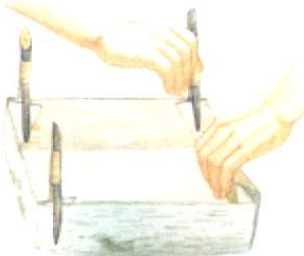


### Su Taşıma Askısı

Büyük kapları taşımak için kendinize bir askı yapın.

## AĞAÇ KABUĞUNDAN SU KABI

**1** Huş ağacı gibi bir ağacın kabuğundan kendinize bir su kabı yapabilirsiniz. Dikdörtgen bir parça kesin.

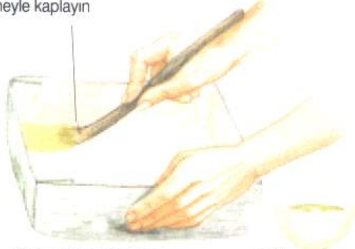


**3** İkiye ayıracağınız çubuklar ve çimen kullanarak mandal yapın ve kutunun kenarlarını reçineyle yapıştırın. Mandalları kullanarak kutunun iyice yapışmasını sağlayın.

**2** Kenarları ıslatarak yumuşamasını sağlayın ve yavaşça katlayın.

Kenarları katlayarak kutu yapın

Kutunun su geçirmez hale gelmesi için reçineyle kaplayın



**4** Kap kuruduktan sonra mandalları çıkarıp kabın içine reçine sürerek su geçirmez hale gelmesini sağlayın. Fırça olarak ucunu ezeceğiniz bir sopa kullanabilirsiniz. Kullanmadan önce kutunun iyice kurumasını bekleyin.

### UYARLAMA KAPLAR

#### Kamış Parçası

Kamışlar "duvarlarla" bölünen parçalardan oluşur. Bu parçaları kullanarak harika su kapları yapabilirsiniz. Kalın bir kamışı, halkalarından birinin bir santim kadar altından kesin ve üstteki halkaya da aynı işlemi uygulayın. Böylece ağız açık bir su kabınız olacak.



#### Su Kabağı

Su kabakları kuruduğu zaman içleri boşalır ve kap olarak kullanılabilir. Su kabağının tepesini keserek içindeki etli kısmı bir bıçak yardımıyla çıkartın ve uzun bir sopa kullanarak temizleyin.



## SU NASIL BİRİKTİRİLİR?

### DOĞADA SU KURALLARI

- Doğadan aldığınız suyu her zaman süzün ve arıtın.
- Su alırken o anki ihtiyaçlarınız haricinde taze su bulamayacağınız acil durumları da göz önüne alın.
- Yağmur yağarken bütün kaplarınızı çıkarıp kapaklarını açarak etrafa dizin. Toplayacağınız yağmur suyunun ne zaman işe yarayacağı belli olmaz.
- Suyu asla ziyan etmeyin. Ne kadar çok suyunuz olursa olsun, hiç beklemediğiniz bir anda susuz kalabilirsiniz.
- İdrar ya da deniz suyunu işlemiden geçirmeden asla içmeyin. Acil durumlarda distile edebilirsiniz.
- Soğuk havalarda da sıcak havalardaki kadar çok su için. Soğuk havada da su kaybı olur. Karda yürüyüş ve kayak terlemenize sebep olabilir.
- Eğer yeterli suyunuz yoksa yemek yemeyin. Sindirim esnasında vücut çok su kaybeder.

**1** Kurak mevsimlerde kullanmak için ya da taşıyabileceğinizden fazla suya ihtiyacınız varsa su biriktirmeniz gerekebilir. Suyun akacağı yönde bir yer seçip kil ya da kaya tabakası çıkana kadar kazın.

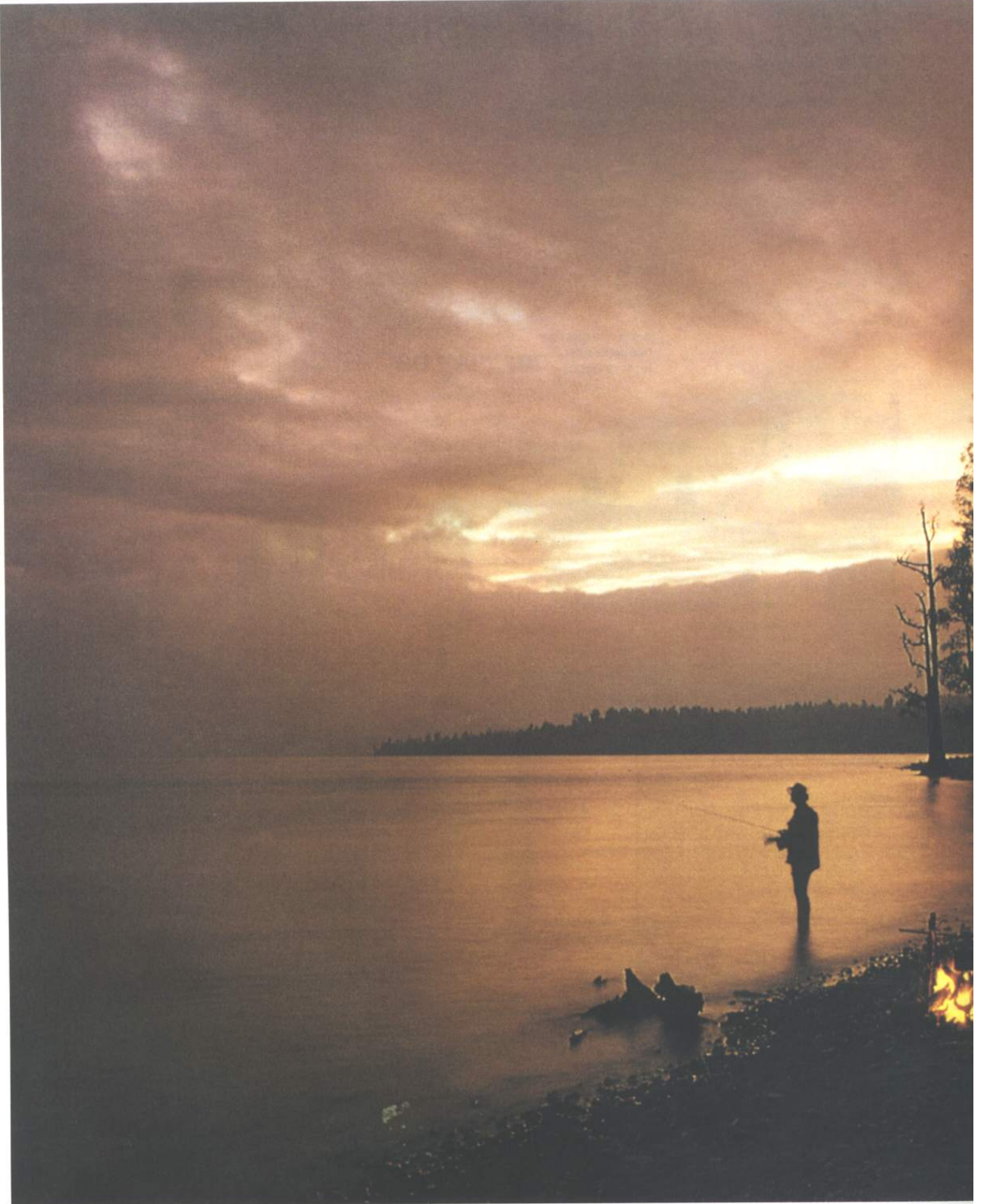


**2** Kazdığınız çukurun içine üzerine kil sıvayacağınız bir örtü serip zeminin su geçirmez hale gelmesini sağlayın. Buharlaşmayı en az indirmek için gün boyunca çukurun üzerini vinil bir örtü ya da bitkilerden öreceğiniz bir kapakla örtün. Geceleri ve yağmur yağarken bu örtüyü kaldırarak yağmur suyu ve çığın yaptığınız gölete dolmasını sağlayın. Suyu düzenli olarak kaplara doldurun.

Örtüyü üzerine koyacağınız büyükçe taşlarla sabitleyin. Ama zarar görmemesine dikkat edin.







## BEŞİNCİ BÖLÜM

# YİYECEK BULMA VE HAZIRLAMA

Buzdolapları, tencereler ve modern mutfağın tüm araç gerecinden uzakta yiyecek bulmak, saklamak ve pişirmek için farklı yollar izlemeniz gerekir. Evinizde yediğiniz tanıdık yiyeceklerin olmadığı yerlerde, vücudunuzun ihtiyaç duyduğu besinlerin özelliklerini ve bu besinleri hangi miktarlarda almanız gerektiğini bilmeniz büyük önem taşır. Gereksinim duyduğunuz vitamin ve mineralleri vahşi doğada bulmak kolay değildir. Bu yüzden et ve balık, ihtiyaçlarınızı karşılayabilmeniz için yeterli sayılabılır. Ancak bitki ve omurgasız hayvanları toplamak ve hatta balık tutmak kolay sayılsa da, diğer hayvanları avlamak oldukça zordur. Eğer tecrübeli bir avcı değilseniz herhangi bir hayvanı yakalamak için harcayacağınız enerji bir survival durumu için fazla olabilir. Birçok gıdanın hemen tüketilmesi gerekir. Aksi halde sıcak, böcekler ya da bakteriler bozulmalarına sebep olabilir. Eğer uzun süre aynı yerde kalmanız gerekirse yiyecekleri saklamak için özel bir yer oluşturmanız gerekebilir.

### DOĞADA BULUNAN GIDALAR

**Doğada bir yolculuğa çıkarken yanımıza bol bol hazır yiyecek alabiliriz ama bir survival durumunda yanımızda yiyecek olmasa bile karnımızı doyurmayı başarabiliriz. Normal şartlar altında doğada, bitkilerden böceklere kadar bolca yiyecek bulmak mümkündür. Tabağınızda görmeye alışkın olmasanız da bütün bu yiyecekler bir gün hayatınızı kurtarabilirler.**



# YOLCULUK İÇİN ERZAK

Sırt çantasıyla yolculuk yaparken yanınıza konserve, kurutulmuş ya da taze yiyecekler alabilirsiniz. Konserve yiyecekler önceden pişirilmiş olduğu için (sıcak ya da soğuk) yenmeye hazırdır, ama diğerlerine göre oldukça ağır sayılır. Suyu alınmış ya da kurutulmuş yiyecekler daha hafif olmalarına rağmen hazırlanmaları

için bol su gerekir. Özellikle bazı bölgelerde bu yüzden yemek yapabilmek için fazladan su taşımamız gerekebilir. Çok aç kalıp da iyice sulandırmadan yediğiniz suyu alınmış yiyecekler vücudunuzdaki suyu çekeceğinden rahatsızlık verir ve hatta bağırsak tıkanıklıklarına sebep olabilir.

## Yüksek Kalorili Yiyecekler

Tatlı yiyecekler fazla besleyici olmasalar da diyetin çeşitliliği açısından fayda sağlar. Özellikle dağcılar ve kutup kaşifleri hayatta kalabilmeleri için gereken bol kaloriyi depo etmek için şekerli besinlere güvenirlir.



ÇİKOLATA TOZU



SUYU ALINMIŞ  
DONDURMA



ÇİLEKLİ PUDİNG  
TOZU



MEYVALI  
BONBON

## Kahvaltılıklar

Kahvaltılık yiyecekler güne başlarken gereken enerjiyi sağlarlar. Yulaf ve müsli gibi kahvaltılıklar lifli oldukları için aynı zamanda sindirim sisteminin tıkanmasını engeller. Kuru meyvelerde de lif bulunur. Yolculuk kaşımı ise son derece besleyicidir.



YOLCULUK KARIŞIMI



MÜSLİ



KURU MEYVE



YULAF

## Fasulye ve Bakliyat

Pirinç, karbonhidrat açısından zengin olsa da kampta pilav yapmak zordur ve çok yakıt gerektirir. Fasulye ve baklagillerde bol lif ve protein vardır. Özellikle barbunyanın pişirilmeden önce iyice ıslatılması gerekir.



PIRİNÇ



MERCİMEK



BARBUNYA



KURU BEZELYE

## Yürüyüş Yiyecekleri

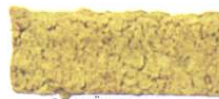
Enerji kaybını engellemek için gün boyunca hafif hafif atıştırmak ve akşam olunca bolca yemek gerekir. Böylece akşam yemeğini uykuda sindirebilirsiniz. Yürüyüş yiyecekleri şeker, çikolata, bisküvi ve kraker gibi karbonhidrat ve enerji veren yiyeceklerden oluşur.



BİSKÜVİ



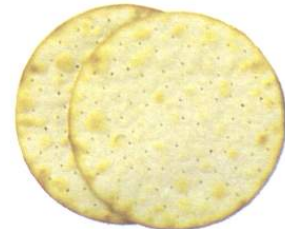
SİNDİRİME YARDIMCI  
BİSKÜVİ



GRANÜL KALIP



ÇİKOLATA



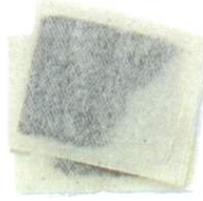
KRAKER

### İçecekler

İçeceklerin besleyici değeri azdır, ancak ısınmanızı ve rahatlamanızı sağlarlar. Süt tozu hem içerdiği kalsiyum sayesinde yarar sağlar hem içecekleri tatlandırmak için kullanılır. Kakao soğuk akşamlarda içebileceğiniz hoş bir içecektir.



KAHVE



ÇAY



KAKAO



SÜT TOZU

### Ana Yemekler

Kurutarak dondurmak besinlerin suyunu almanın bir yoludur ve yiyeceklerin, özellikle de meyvelerin şeklini bozmaz. Suyu alınmış yiyecekler çok hafiftir ve kolay taşınır. Yenilmeden önce iyice ısıtılmaları gerekir.



SOYA YEMEĞİ



KURUTULARAK DONDURULMUŞ YEMEK



SUYU ALINMIŞ YEMEK



KURUTULMUŞ VEJETARYEN YEMEĞİ

### Kanştırmalıklar

Temel hammadde olan un ve tuzu kullanarak birçok yemek hazırlayabilirsiniz. Eğer yediklerinizden gerekli yağları alamıyorsanız içyağının değeri tartışılmaz. Şeker ise doğada pişirdiğiniz yemeklerin tatlandırıcısıdır.



UN



İÇYAĞI



ESMER ŞEKER



TUZ

### Tatlandırıcılar

Özellikle doğadan toplayacağınız malzemeleri kullanacaksanız karp yemeklerini yenilebilir kılan herşey taşınmaya değerdir. Köri, sarımsak, soğan, baharat, salça ve soslar yemeklerin tadını güzelleştirebilir.



ETSUYU



SOĞAN SOSU



ÇORBA



SALÇA

### ET VE BALIK

Et ve balık gerekli proteini almamızı sağlasa da taze tutmak zordur. Bu yüzden yanınıza et alacaksanız konserveyi tercih edin. Konserveyi açtıktan sonra içindekileri hemen tüketmelisiniz. Bu nedenle bir seferde yiyebileceğiniz büyüklükte konserveyi tercih edin. Ayrıca konserve yiyecekler sırt çantasında taşınmayacak kadar ağır olabilir. Salam sosisi gibi etler daha hafif olsa da çeşidi azdır. Doğada bulacağınız et ve balığı çeşitli şekillerde saklayabilirsiniz. Konserve et ve şarküteri ürünlerinin bir alternatifi ise soya proteini yani tofu'nun yanısıra hamur ve sebzelerle hazırlanmış yemeklerdir.



SARDALYA



HAZIR HAMURUŞI



FASULYELİ SOSIS



SALAM





Bir Dorling Kindersley kitabıdır. Orijinal adı: The Commando Survival Manual  
Copyright (c) 1994 Dorling Kindersley Limited, London  
Text copyright (c) 1994 Hugh McManners



5

SURVIVAL EKI

OUTDOOR sporcuların  
okulunu aradığında

HUGH McMANNERS

Yayına hazırlayanlar: TOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA



# YENEBİLEN BİTKİLER

Eğer bir çölün ortasında değilseniz çevrenizdeki bitkilerin çoğunu yiyebilirsiniz. Tek problem hangilerinin besleyici olduğunu bilmek ve zehirli olanlarla hastalanmanıza sebep olabilecek olanları ayırabilmektir. Normalde yenebilen bazı bitkilerin üzerinde ağız ve yemek borusunu tahriş edebilecek

ince kıllar ya da dikenler olabileceği gibi tohumlar da zehirli olabilir. Ayrıca yılın farklı zamanlarında bazı bitkiler daha az yenebilir hale gelir, hatta zehir salgılamaya başlayabilirler. Yenebilen bazı bitkileri toplarken harcayacağınız enerji miktarı, alacağınızdan daha fazla olabilir.

## ILIMAN İKLİM BİTKİLERİ

Yaşlı bitki ve filizlerden uzak durun, lifli ve sert olurlar. Ayrıca tatlardan da kötü olabilir. Genç

filizler yaşlı olanlardan çok daha iyidir ve pişirmeden de yenebilir. Her zaman taze yaprakları

seçmeli ve sapıyla beraber koparmalısınız. Aşağıda yenebilen bitkilerden birkaçını bulacaksınız.



**Yabani Lahana**  
(Crambe)  
Yabani lahana ılıman deniz kıyılarında yetişir. Kalın yaprakları ve yeraltındaki uzantıları haşlanarak yenebilir. Tadı lahanayı andırır.



**Duvar Biberi**  
(Sedum)  
Duvar biberi kayalarda, duvarlarda ve damlarda yetişir. Keskin, biberi andırır bir tadı vardır. Yaprakları salata da çiğ olarak yenebildiği gibi çorbaların içinde tat versin diye de kullanılır.

### DİĞER ILIMAN İKLİM BİTKİLERİ

Leğen yosunu (Porphyria) gibi deniz yosunları haşlanabilir, fırınlanabilir ya da kurutulabilir. Karagin yosunu tatlı yapmak için jöle haline gelinceye kadar pişirilebilir. Karahindiba (Taraxacum) ve kuzukulağı (Rumex) yaprakları ıspanak gibi kullanılabilir ya da yabani sarımsak kullanarak yemekler tatlandırılabilir.



**Kurt Peçesi**  
(Polygonum)  
Bu bitki Avrupa'nın tamamında, bazı akrabaları da Kuzey Amerika'nın bazı bölgelerinde bulunur. Bir metreye kadar uzar ve ılıman bölgelerdeki otlak ve ormanlarda yetişir. Uzun, pembe çiçeklerinden kolayca tanınabilir. Yaprak ve filizleri haşlanarak yenebilir. Kavurarak yenilebile kökü pişirmeden önce suya yatacak gerekir.



**Kıştersi** (Barbarea)  
Bu bitki Avrupa, Kuzey Amerika ve Yeni Zelanda'da yetişir. Yaprakları çiğ ya da haşlanarak yenebilir.



**Yer Mürveri** (Aegopodium)  
Bu ot bütün Avrupa ve Asya'da yetişir. Taze yaprak ve sapları yaklaşık 15 santim uzunlukta çok lezzetlidir.



**Semizotu**  
(Portulaca)  
Semizotu ılıman iklimlerdeki tuzlu topraklarda yetişir. Yapraklarını yılın her anı toplamak mümkündür. Suda temizleyin ve limon suyuyla terbiye edin. Semizotunu diğer sebzelerle birlikte yiyin. Bir tek çeşitten çok fazla ve devamlı yemek beslenme bozukluğuna sebep olur.



## TROPİKAL BİTKİLER

Tropikal bölgelerin sıcak ve nemli havasında her türlü bitki yetişir. Mevsimlerin olmadığı bu bölgelerde tüm yıl boyunca

tropik bitkilere rastlamak mümkündür. Farklı çeşitteki bitkiler farklı türlerde meyve ve sebze verir. Bilmediğiniz bitkileri

yemeden önce deneyin. Aşağıda tropikal bölgelerde bulabileceğiniz bitkilerden sadece birkaçını görebilirsiniz.



**Bambu**  
(Pseudosasa)  
Genç bambu filizlerini dibinden keserek bir bıçakla ikiye ayırın. Kabuğun içindeki yumuşak, etli kısım suda kaynatılarak kuşkonmaz gibi pişirilebilir. Bambunun birçok çeşidi vardır ve dünyanın her yerinde bulunabilir.



**Amarantus** (Amaranthus)  
Bu bitki bir metre yüksekliğe ulaşabilir. Yaprak ve sapları parçalara ayırarak ıspanak gibi tuzlu suda pişirebilirsiniz. Filizleri salata yapmak için kullanılabilir ve çiğ yiyebilirsiniz.

### DİĞER TROPİKAL BİTKİLER

Bitki türleri bölgeden bölgeye değişir ve bu bitkilerin yüzlerce yenebilir. Birçoğunun lezzetli meyveleri olsa da bu meyvelerin çoğuna ağacın üst kısımlarında oldukları için yetişemeyebilirsiniz. Erişebileceğiniz bitkilerin arasında sap ve yaprakları vitamin açısından zengin olan Seylan ıspanağı (Basella) ve sapı çiğ olarak çiğnenebilen şekerkamışı (Saccharum) bulunur.

### LEZZET TESTİ

Önce bir yaprağı ikiye bölün. Eğer kötü ya da garip kokuyorsa atın. Bitkinin suyunu kolunuzun içine sürün. Deriniz kabarmaz ya da tahriş olmazsa dudaklarınıza, daha sonra da ağzınızın köşesine, dilinizin ucuna ve son olarak altına değdirin. Bunların hepsini sadece beşer saniye yapın. Eğer batma hissi oluşmuyorsa küçük bir parça yutup beş saat süreyle bekleyin ve başka hiçbir şey yemeyin. Eğer kendinizi kötü hissetmiyorsanız o bitkiyi yiyebilirsiniz demektir.



**Palmiye**  
Hindistancevizi (Cocos), şeker palmiyesi (Arenga), sago palmiyesi (Metroxylon) gibi palmiyelerin taze sürgünleri yenilir. Sago palmiyesinin gövdesi içindeki nişastalı kısım kaynatıldığında bir çeşit lapa elde etmek mümkündür. Ancak bütün palmiyeler yenmediğinden güvenli olanları ayırt etmeyi öğrenmelisiniz.



**Palmiye Sürgünü**  
Palmiyelerin büyümekte olan uçları çiğ ya da pişmiş olarak yenilir. Ancak ne çeşit palmiye olduğunu bilmiyorsanız yemeyeniz daha iyi olur.

## AĞAÇLAR

Birçok ağaç meyve ve yağlı tohumlar verir ve bunların hemen hepsi son derece besleyicidir. Çoğu ağacın filiz,

ince dal ve iç kabukları da yenilir. Bazılarının ise içilebilen özsuları vardır. Yaprak dökmeyen

ağaçların iğneleri C vitamini açısından zengindir ve sıcak suya daldırılarak çay gibi içilebilir.



**Ladin**  
(Picea)  
Ladinin iç kabuğu C vitamini açısından zengindir. Kütüğün alt kısımlarından alındığında daha da iyi olur. Dış kabuğu soyup iç kabuğu yenebilecek yumuşaklığa gelinceye kadar haşlayın. Dikenleri ise ferahlatıcı bir içecek yapmak için kullanılabilir.



**Akçaağaç** (Acer)  
Akçaağacın doğal yaralardan ya da kütüğe kesik yapılarak elde edilebilecek şekerli bir özsuyu vardır. Bu özsuyu koyulaşmaya kadar kaynatılıp enerji veren bir içecek olarak kullanılabilir.

### DİĞER AĞAÇLAR

Taze çam (Pinus) iğnelerinin tadı güzel olur ve çay gibi içilebilir. Toz ağacının (Populus) iç kabuğu oldukça besleyicidir. Huş ağacının (Betula) ise özsuyu çok lezzetlidir. Kütüğe "V" şeklinde bir yara açarak bu özsuyunu toplayabilirsiniz. Ancak ağaç çevresinin üçte birinden büyük kesikler yapmayın. Yenilebilen başka bir ağaç ise posalı bir tohum kılıfı olan keçiboynuzdur (Ceratonia).



# ZEHİRLİ BİTKİLER

Zehirli bitkilerin sayısı, özellikle ılıman bölgelerde yenebilen bitkilerin sayısından çok daha azdır. Ancak bu bitkilerin bazılarını dokunmak bile zehirlenmeye, isilik ve ciddi tahrişlere sebep olabilir. Bazıları ise yendiğinde kusma, ishal ya da ölüme yol açabilir. Zehirli bitkilerin

bazıları yenebilen bitkilerle karıştırılabildiğinden felaketten kaçınmanın yolu zehirli bitkilerin tam olarak neye benzediklerine dikkat etmektir. Bitkileri tadarken özellikle survival durumlarında azami dikkat gösterin. Gerekli tıbbi yardımı her zaman bulamayabilirsiniz.

## ZEHİRLİ ILIMAN İKLİM BİTKİLERİ

Bazı bitkilerin yaprak, sap, çiçek, kök ya da öz suları zehirli olabilir. Bu bitkilerin bir kısmına dokunmak

bile gözeneğe ya da dikenler yoluyla zehir salgılamalarına sebep olabilir. İliman bölgelerde bu

bitkilerin sayısı az da olsa ölümcül olabilecekleri unutulmamalıdır.



**Yüksükotu** (Digitalis)  
Yüksükotu digitalis adlı son derece güçlü bir kalp uyarıcı içerir. 1.5 metre yüksekliğe erişebilen bu bitkinin mor, pembe, sarı ya da beyaz çiçekleri vardır.



**Acıbakla** (Lupinus)  
Bu bitki Kuzey Amerika, Avrupa ve Asya'da yetişir. Ölümcül mide ve bağırsak yanmasına sebebiyet verir. Mor, pembe, sarı ya da beyaz çiçekleri vardır.

### DİĞER ZEHİRLİ ILIMAN İKLİM BİTKİLERİ

Zehirli bitkilerin en tehlikelilerinden biri de mor çiçekleri olan ve nemli omanlarda yetişen keşişotudur (Aconitum). Ölümcül olan baldıranotu (Conium) ve sığır baldıranı (Cicuta) şemsiyeye benzeyen beyaz çiçeklerinden tanınabilir. Hemen hepsi zehirli olduğundan üçgen yaprakları olan maydanozgillerden uzak durmak gerekir. Zehirlenme ve zehirlisumak (Toxicodendron) dokunulmaması gereken bitkilere dikkat.



**Keneotu** (Ricinus)  
Normalde bir tropikal bölge bitkisi olsa da ılıman bölgelerde de görülür. Müshil olarak kullanılan hintyağı elde etmek için tohumları ezilir ve yağı çıkarılır. Ancak doğada alındığı zaman ölümcül olabilir.



**Camas** (Zigadenus)  
Yabani soğana çok benzeyen bu çiçeğin soğanı ölümcüldür. Uzun yaprakları ve beyaz çiçekleri vardır. Bir metreye kadar büyüyebilir. Kuzey Amerika'nın otlak ve ormanlarında sık rastlanır.

**Zehirli Sarmaşık** (Toxicodendron)  
Kuzey Amerika ormanlarında bulunan zehirli sarmaşık bildiğimiz sarmaşığa çok benzer. Ancak koyu yeşil yaprakları ve beyaz meyvesiyle ayırtedilebilir. Deriye temas ettiğinde yanma hissi ve isiliğe sebep olur.



**Düğün Çiçeği** (Ranunculus)  
Bu türdeki tüm bitkiler yenirse bağırsaklarda aşırı yanma hissiye sebep olur. Dünyanın hemen her yerinde bulunur ve birbirini üzerine bina sarı taçyapraklı çiçekleri vardır.



### DİKKAT

İliman bölgelerde sık rastlanan zehirli bitkilerin çoğu yenebilen bitkilere benzediğinden bulduğunuz bitkinin ne olduğundan kesinlikle emin değilseniz yememelisiniz. Örneğin baldıranotunun bir lokması bile felce ve birkaç dakika içinde ölüme sebebiyet verebilir.

## ZEHİRLİ TROPİKAL İKLİM BİTKİLERİ

Tropikal bölgelerde o kadar çok çeşit bitki vardır ki kendi güvenliğinizi için birkaç tanesini iyice tanıyıp sadece onları yemelisiniz.

Daha önce görmediğiniz bir tür bitkiyi yemeniz gerekirse önce mutlaka lezzet testini yapın ve mümkün olduğunca az yemeye

gayret edin. Aşağıda tropikal bölgelerde rastlayabileceğiniz zehirli bitkilerden birkaçını bulacaksınız.



### Jatropha glandulosa

Jatropha familyasındaki tropikal iklim bitkilerinin çoğunun yaprakları, tohumları, özsuğu ya da meyveleri zehirlidir. Tohumları çok kuvvetli müshil etkisi gösterir.



### Sapium insigne

Özsuyu süt kıvamında ve son derece zehirlidir. Temas ederse derinizin kabarmasına sebep olur. Sütümsü bir özsuğu olan bitkiler genellikle zehirlidir.

### DİĞER ZEHİRLİ TROPİKAL İKLİM BİTKİLERİ

Isırgan ağacı (Laportea) tropikal bölgelerin hepsinde karşılaşılabileceğiniz bir bitkidir. Dokunulduğunda yanma hissi ve isliğe sebep olur, tohumları da zehirlidir. İthiyarı'nın (Hippomane) ise meyvesi ve özsuğu zehirlidir. Mucuna ormanlık alanlar ve fundalıklarda yetişir. Tohum zarfı ve çiçeklerine temas edilmesi halinde deriyi tahriş eder. Eğer göze değerse körlüğe sebep olabilir.



### Jatropha podagrica

Dibi turpa benzese de her tarafı son derece zehirlidir. Daha önce görmediğiniz bitkileri tanımanın en iyi yolu güvenilir bir bilgi kaynağı kullanmaktır. Bölge bitkileriyle ilgili bir kitaba ya da bölge sakinlerinden birine başvurabilirsiniz.



### Jatropha integerrima

Tropikal bölgelerdeki ormanlık alanlarda rastlanır. Bağırsaklarda yanma, ishal ve kusma yapar. Su kaybına sebep olduğu için survival durumunda tıbbi yardım bulamazsanız hayatınız tehlikeye girebilir.

## AĞAÇLAR

Hangi ağaçların zehirli olduğunu hangilerinin yenebileceğini anlamanın belli bir yolu yoktur. Bazı ağaçların sadece

bazı tarafları zehirli olabilir. Tropik bölgelerdeki ağaçların bir kısmının tohum ve meyveleri ölümcül

olabileceğinden dikkatli olmak gerekir. Bir kısmı ise deriyi tahriş eder ya da körlüğe sebep olabilir.



### Kör eden mangrov

(Excoecaria)  
Bu küçük ağaç Güneydoğu Asya, Afrika'nın tropikal bölgeleri ve Avustralya'daki mangrov ormanlarında bulunur. Özsuğu deriyi tahriş edeceği ve göze gelirse körlüğe sebep olabileceği için mümkünse yanına bile gitmeyin.



**California Defnesi (Umbellularia)**  
California defnesi Kuzey Amerika'da yetişir. Sert, oval ve her zaman yeşil kalan yapraklarının son derece güçlü bir kokusu vardır ve zehirlidir. San çiçekleri, yeşil ya da mor meyveleri vardır.

### DİĞER AĞAÇLAR

Sarımsak ağacının (Laburnum) tohum zarfı ve porsukağacının meyvesi ölümcüldür. Kuzey Amerika'da yetişen karasalkım ağacının kabuğunda, çiçeklerinde ve tohum zarfında toksik maddeler bulunur. Güneydoğu Asya'da yetişen rhengas (Gluta) ve Güney Amerika'da bulunan kumkutusu (Hua) ağaçlarının özsuğu deriyi tahriş eder ve körlüğe sebep olabilir. Ne olduğunu bilmediğiniz ağaçların hiçbir tarafını yememelisiniz.



# KÖKLER, YUMRUKÖKLER VE ÇİÇEK SOĞANLARI

Bazı bitkilerin kök, yumrukök ya da çiçek soğanları vitamin ve nişasta açısından çok zengin olduğundan survival durumunda yenilebilir. Bazılarını çiğ yemek zararlıdır, en iyisi yemeden önce pişirmektir. Kökleri önce soyun ve haşlayın. Daha sonra ateş üzerine koyacağınız bir metalin üzerinde pişirin. Birçok kökün

kabuğu vitamin ve mineraller açısından zengin olduğundan kabuk iyi durumdaysa soymamaya çalışın. Ancak karakafes gibi bazı bitkilerin kökleri zararlı maddelerden korunmak için soyulmalıdır. Yendiğinden emin olduğunuz birkaç kökü iyice öğrenin ve diğerlerini es geçin.

## YENEBİLEN KÖKLER

Bir kök ya da soğanın yenilebilir olup olmadığını anlamamanın tek yolu üzerindeki bitkiyi tanımdır. Farklı

bölgelerde yetişen bitkiler genellikle birbirine benzese de güvenli gözükken her kök yenilebilir değildir. Örneğin

ölümcül camas bitkisinin kökü soğana benzer. Bütün kök ve soğanlar yenmeden önce pişirilmelidir.



**Tekesakalı** (Tragopogon)  
Tekesakalı bir metre ile doksan santim uzunluğa ulaşan ve kuru bölgelerde yetişen bir bitkidir. Mor, karahindiba çiçeğine benzeyen çiçekleri vardır. Uzun yaprakları ve yabancı havuca benzeyen yumruköğü



**Su Kestanesi** (Trapa)  
Bu bitki Avrupa ve Asya'da suyun içinde yetişir. Sert tohumu da çiğ ya da ateşte pişirilerek yenilebilir.



**Nilüfer**  
(Nymphaea)  
Nilüferin kalp biçimli yüzen çiçeklerine dünyanın hemen her tarafında rastlamak mümkündür. Tohumu, yumruköğü ve sapı yenir. Ancak tohumu acıdır.



**Azakyeri**  
(Acorus)  
Rahatlıkla tanınabilen azakyeri yaklaşık bir buçuk metre uzunluğa ulaşabilir. Taze su kaynaklarının kıyısında yetişir. Kökü son derece aromatik ve yenilebilir. Önce doğranmalı ve yenmeden önce kaynatılmalıdır.



**Yerfıstığı**  
(Arachis)  
Adının aksine yerfıstığı bitkisinin üzerinde fıstık bulunmaz. Yerfıstığının tohum zarfı yeralın uzanmış filizler üzerinde olgunlaşır. Bitki küçük bir çalıya benzer. Yaprakları küçük, kalın ve oval, çiçekleri düz ve sandır.

### DİĞER YENEBİLEN KÖKLER

Karahindiba (Taraxacum), havlıcan (Cyperus) ve diğer bazı bitkiler kahve gibi içilmek için kavrulabilirler. Kalla zambağı ya da yılanıyastığı (Calla) denen bitkinin kökü kurutulup öğütülerek un olarak kullanılabilir. Karaburçak (Astragalus) kökü çiğ ya da pişmiş yenilebilir. Kuzey Amerika'da yetişen kudüsenginarı (Helianthus) da bu şekilde değerlendirilebilir.

**Temren** (Sagittaria)  
Taze su kaynaklarının kıyısında bulunur. Bir metre uzunluğa erişir. Okbaşı şeklinde dik yaprakları, küçük üç tacyapraklı çiçekleri vardır. Yumruköğü çiğ yenilse de pişirildiğinde daha iyi olur.





## ZEHİRLİ KÖKLER

Genelde bir bitkinin kökü zehirliyse yaprakları, sapı, çiçekleri ve özsuyu da zehirli olur. Dokunulduğunda bile deriyi tahriş eden basurotu bunun en iyi

örneklerinden biridir. Ancak bu kuralın da istisnaları vardır.

Bazı kökler çiğ yendiğinde ölümcül olsa bile pişirildikleri zaman

yenilebilir hale gelirler. Her zaman çok dikkatli olun. Eğer bir bitkiyi tanıdığınızdan kesinlikle emin değilseniz yemeyin.



**Manyok** (Manihot)  
Manyokun yumrukökü çiğ yendiğinde ölümcüldür. Kırksekiz saat boyunca suya yatırılmalı ve yenmeden önce iyice pişirilmelidir.

### DİKKAT

Zehirli köklerle yenebilen kökleri ayırt etmek zor olduğundan çok zor durumda kaldığınız zamanlar haricinde kök yemekten kaçınmalısınız. Eğer birkaç çeşit kökü iyice tanıyorsanız sadece onları yiyin ve tanımadıklarınıza dokunmayın.



**Yabani nergis** (Narcissus)  
Nergis çiçeğini herkes tanır. Yabani nergisin çiçeği de evcil akrabasına benzer. Eğer üzerinde çiçek yoksa bitkiyi rahat bırakmak en iyisidir.



**Calla zambağı**  
(Calla)  
Yabani Calla olarak bilinen Calla zambağının çiçeği kolaylıkla tanınabilir. Su kaynaklarının yanında yetişir. Kökleri yenilebilir ya da un haline getirilebilir. Ancak çiğ yenilirse zehirli olduklarından önce pişirilmeleri gerekir. Bitkinin diğer kısımları da zehirli olduğundan uzak durulması gerekir.



**Yabani tatlı patates**  
(Dioscorea)

Tatlı patatesin bazı türleri tropik bölgelerde yetiştirilse de soylmaz ve pişirilmezse bazı türler zehirli olabilir. Eğer elinizdeki türü çok iyi tanıyorsanız en iyisi soymak ve pişirmektir. Geniş yaprakları vardır ve geniş ağaç kütüklerinin etrafında yetişirler.



**Kulkas** (Colocasia)

Kulkas tropikal bölgelerdeki sulak alanlarda yetişir. Yaklaşık bir buçuk metre yüksekliğe ulaşabilen bitkinin uzun, yeşil, kama şekilli yaprakları ve sarımsı turuncu çiçekleri vardır. Yumrukökü çiğ zehirli olsa da pişirildiğinde yenilebilir ve tadı patatesi andırır.

### DİĞER ZEHİRLİ KÖKLER

Yabani patatesin (Solanum) kökü pişirildiği zaman yenilse de domatese benzeyen meyveleri zehirlidir. Yabani domates (Lycopersicon) ise yenilebilir olmasına rağmen patates bitkisine çok benzediğinden karıştırma riskini göze almamak daha iyidir. Camas (Zigadenus) soğanı yemeklik soğana çok benzemesine rağmen ölümcüldür. Sığırbaldranı ve kurlangıçotunun yumrukök ve kökleri de ölüme sebep olur.



**Kurlangıçotu** (Vincetoxicum)  
Sivri uçlu, kalp şekilli yaprakları, küçük, sarı - beyaz çiçekleri olan bitkinin tohum zarfı ve kökü yutulursa kusma ve dolayısıyla su kaybına sebep olur. Sütümsü özsuyu da zehirlidir. Ilman iklimlerde sık rastlanır.



**Yıldızçiçeği**  
(Ornithogalum)  
Bu ılıman iklim bitkisi otuz santim uzunluğa ulaşır. Önce pişirmek kaydıyla soğanı yenilebilir. Ancak diğer kısımları zehirlidir.



# YAĞLI TOHUM VE MEYVELER

Yağlı tohum ve meyveler survival yiyecekleri içinde en önemli kaynağı oluşturur. İliman bölgelerde meyveler yaz ortasından itibaren oluşurken yağlı tohumlar yaz sonuna doğru ve sonbaharda olgunlaşır. Reçelini yapmaz ya da uygun olanları kurutmazsanız meyvelerin saklanması

zordur. Meyve ve yağlı tohumları toplarken kuş ve bazı memeli hayvanlarla rekabete girmeniz gerektiğini unutmayın. Özellikle bazı hayvanlar için yağlı tohumlar kış hazırlığının esasıdır. Çok ham ya da fazla olgun meyveleri yemeyin. Hastalanmanıza sebep olabilirler.

## YENEBİLEN YAĞLI TOHUMLAR

Yağlı tohumlar yağ ve protein içerir. Kayın gibi özellikle yağlı olan tohumların yağlarını ayırarak yemek pişirmek

mümkündür. Yağlı tohumları kaynattığınız zaman içerdikleri yağ su yüzeyine çıkar. Daha sonra tohumları un haline de

getirebilirsiniz. Yağlı tohumlar ayrıca depolanması en kolay doğal yiyeceklerdir ve hareket halindeyken de yenebilirler.



### Ceviz

(Juglans)  
Ceviz ağaçları iliman iklimlerde yetişir. Ağaçların kabuğu kolayca tanınır. Tohumların yeşil, yumuşak kılıfı ağaçtan düştükten sonra çürür. Ceviz kalori açısından zengindir.



### Fındık

(Corylus)  
Fındık iliman iklimlerde yüksekçe, çalı benzeri bir ağaçta yetişir. Kalp şeklinde lifli yaprakları ve kahverengiyeye çalan sarı kabukları vardır.



### Fıstık (Pistacia)

Fıstık Avrupa, Asya ve Avustralya'da yetişir. Kırmızı tohumları çiğ ya da kavrulmuş olarak yenilir.

### DİĞER YENEBİLEN YAĞLI TOHUMLAR

Amerikan cevizi (Carya) Kuzey Amerika'nın sulak bölgelerinde bulunur. Herhangi bir yağlı tohum, sebze ya da meyveden daha fazla yağ içerir. Avustralya'da yetişen Makadama cevizi de yenmesi hoştur. Çamfıstığı (Pinus) da yenilebilir ancak kavruğunda tadı çok daha iyi olur.



### Kestane (Castanea)

Kestane ağaçlarının uzun lifli yaprakları ve kestanelerin dikenli kılıfları vardır. Kestaneler bu kılıfların içinde olgunlaşır. Kestaneleri yemek için önce soymalı ve haşlamalı ya da ateş üzerinde kebab yapmalısınız.

## ZEHİRLİ YAĞLI TOHUMLAR

Yağlı tohumları yemeden önce lezzet testini yaparak dikkatle denemelisiniz. Sadece birkaç çeşit yağlı tohum

zehirli olsa da bu tür tohumları pişirilmedikleri zaman ya da küflenmişlerse tehlikeli olabilir. Eğer

yağlı tohumun belirsiz, tatlı, bademe benzeyen bir kokusu varsa asit prusik içeriyor olabilir. Atın gitsin.



### Atkestanesi

(Aesculus)  
Atkestanesi iliman iklimlerde yetişir, geniş, ele benzeyen yaprakları, soluk renkli çiçekleri ve yapışkan tomurcukları vardır. Ağaç bazı bölgelerde otuz metreye yaklaşabilir. Zehirli yapraklarının tohum keseleri kestanelerden daha az dikenli ve kılıfın içindeki tohumlar kestanelerden çok daha büyüktür.



### Mahun cevizi

(Anacardium)  
Mahun cevizi yağlı tohumları soymaz ve haşlanmazlarsa zehirlidir. Buharları körlük yapabileceğinden pişirirken de dikkatli olmak gerekir. Mahun cevizi tropik bölgelerde yetişir.

### DİĞER ZEHİRLİ YAĞLI TOHUMLAR

Yenebiliyor da olsa badem, içindeki asit prusik yüzünden çok acı olabilir. Meşe ağaçlarında bulunan palamutlar (Quercus) acı oldukları için önce haşlanmaz ya da soğuk suda birkaç saat bekletildikten sonra kavrulmazsa yenmez.



## YENEBİLEN MEYVELER

Yenebilen meyveler şeker, vitamin A, B2, C gibi gerekli besinleri içerir. Kuş ve memeliler de bunun farkında olduklarından

etraftaki meyveleri toplarken onlarla rekabet etmeniz gerekecektir. Böcekler de meyvelere saldırır ama bu meyvelerin

içindeki protein açısından zengin kurtları yiyebileceğinizden işinize yarar. Hiçbir meyveden çok fazla yemeyin.



**Bulutüzümü (Rubus)**  
Bulutüzümü kuzey bölgeleri ve Kuzey Kutbu civarında yetişir. Böğürtlene benzeyen bu bitki otuz santim yüksekliğe ulaşır, beyaz çiçekleri vardır ve meyvaları ahududuya benzer.



**Çarkıfelek çiçeği (Passiflora)**  
Uzun sarmaşığa benzeyen sapsız, üç köşeli yaprakları, asma filizine benzeyen sapsızları üzerinde mor - beyaz çiçekleri olan çarkıfelek çiçeği tropikal bölgelerde özellikle Güney Amerika'da yetişir. Yenebilen mor renkli ve yumurta şekilli meyveleri son derece suludur.



**Ardıç (Juniperus)**  
Ardıç kuzey ormanlarında geniş bir fundalık ya da sıkı çalılar halinde yetişir. Kuzey Amerika'nın bazı bölgelerinde "Oregon Üzümü" olarak da bilinir. Olgun ardıç meyvası yenebilir de biraz acıdır.

### DİĞER YENEBİLEN MEYVELER

Yabani üzüm (Vitis) dünyanın ılık bölgelerinde sık rastlanan bir bitkidir. Yapraklarını pişirip yemek de mümkündür. Yabani çileğin (Fragaria) birçok türü ormanlar ve otlaklarda yetişir. Vitamin C açısından zengin, tatlı ve lezzetlidir.



**Kızılcık (Vaccinium)**  
Bu bitki kuzey kırsal, tundra ve ormanlarında yetişir.

## ZEHİRLİ MEYVELER

Meyvelerin varoluş amacı hayvan ve kuşların dikkatini çekmek olduğundan (bu şekilde tohumların yayılması mümkün olur), zehirli olan

bir çok meyve yenebilen meyvelere benzer. Eğer vahşi doğada sadece doğal besinler yiyerek sağ kalmaya çalışıyorsanız bu gerçek bir tehlike

haline gelebilir. Diğer bitki ve mantarlarda olduğu gibi emin olduğunuz birkaç meyve çeşidi belirleyip diğerlerine hiç ilişmeyin.



**Virginia sarmaşığı (Parthenocissus)**  
Bu ılıman iklim bitkisinin lacivert ya da mor meyveleri üzüme benzer. Asma filizine benzeyen filizleri olan ve sarmaşığa benzeyen hiçbir bitkinin mavi ya da mor meyvesi yenmemelidir.



**Sorbus**  
Sorbus türü bitkilerin bazılarının meyvesi yenebilir de genelde beyaz üzümler zehirli olur. Bu renkteki üzümleri yiyerek kendinizi riske atmayın. Zehirli beyaz üzüm veren diğer bitkiler zehirli üzüm ve itüzümünün bazı türleridir.



**Duchesnea**  
Yalancı çilek olarak da bilinen Duchesnea ölümcül olabilir. Asya ve Kuzey Amerika'nın tropik bölgelerinde yetişir.

### DİĞER ZEHİRLİ MEYVELER

Özellikle tropikal bölgelerde birçok zehirli meyve vardır. Bunlardan bazıları hafif zehirli olup çok fazla yenirse ishal ya da halsizliğe sebep olabilir. Bazıları ise çok zehirli olduklarından çok az bile yense öldürücü olabilir. Bir survival durumunda özellikle güçsüz düşüyorsanız durum çok daha ciddidir. Sık rastlanan zehirli meyvelerden bazıları itüzümünün (Atropa) ölümcül mor meyvası, danaayağının (Arum) aşırı sindirim problemleri yaratan kırmızı meyvası, zehirli üzümün (Actaea) kusma ve iç tahriş yapan siyah ya da beyaz meyvası, çok yendiğinde ishal yapan yaban elması (Malus) ve ölümcül tohumları olan portakala benzeyen meyvesiyle tropikal kargabükten ağacıdır.



# MANTAR VE LİKEN

Birçok insan için mantar ve liken toplamak sıradan bir işidir. Son derece lezzetli olmalarının yanı sıra yeni toplanmış yaş mantarlar mineral ve bazı proteinleri içerdiklerinden çoğu yöresel yemeğin ana maddesini oluşturur. Ancak bu yiyecekleri toplarken çok dikkat

edilmesi gerekir. Bazı ölümcül mantarlar yenebilen mantarlara çok benzer. Bu konuda tecrübeli olan kişiler bile hata yapabilir. Bazen bir bölgede yenebilen mantarlar diğer bir bölgedeki zehirli mantarlara çok benzeyebilir. Kendinizden emin değilseniz kesinlikle mantar yemeyin.

## YENEBİLEN MANTARLAR

Yenebilen mantarları ayırdetmenin mantıklı bir yolu yoktur. Mantar topladığınız zaman yanınızda mutlaka bu

işin uzmanları olmalıdır. Ayrıca zehirli çeşitleri öğrenmeli, özellikle ölümcül olanları iyi bilmelisiniz. Sadece sağlıklı

görünen, üzerinde leke olmayan mantarları yiyin. Aşağıda yenebilen mantarlardan birkaç örnek bulacaksınız.



**Beyaz mantar** (*Morchella esculenta*)  
Bu beyaz renkli mantar bahar aylarında kumlu ve kumlu - killi toprakta yetişir, ağaç altında ya da açıklıklarda bulunabilir.



**Karıbahar mantar** (*Sparasis crispa*)  
Sonbaharda kozalaklı ağaç ormanlarında, ağaç dipleri ve köklerinde oluşur. Kokusu anasona, tadı fındığa benzer.



**Kurt mantar** (*Calvatia utriformis*)  
Yazın ve sonbaharda otlaklarda bulunan kurt mantar taze ve eti beyazken yenmelidir.



**Portakal kabuğu mantar** (*Aleuria aurantia*)  
Büyüme için güneşine ihtiyacı vardır. Ormanlardaki açıklıklarda ve sonbaharda otlu bölgelerde bulunur. Yenebilir olmasına rağmen belirgin bir tadı ya da kokusu yoktur.



**Orman tavuğu** (*Grifola frondosa*)  
İlkbahardan sonbahara kadar yaprak döken ağaçların üzerinde bulunur. Sofra mantarına benzeyen bir tadı vardır ve tatlıdır.



**Biftek mantar** (*Fistulina hepatica*)  
Sonbaharda meşe ağaçlarının gövdesinde olur. Kırmızı eti çiğken acı olduğundan suya bastırılmalı ve yenmeden önce mangalda pişirilmelidir.

### DİĞER YENEBİLEN MANTARLAR

Boletus familyasından olan mantarlar sofr mantarına benzeyen şekillerine rağmen şapkalılarının altında solungaca benzeyen çıkıntılar yerine gözenekler vardır. Genellikle son derece lezzetli olurlar. Birkaç türü hafif zehirli olsa da çiğken tatları kötü olduğundan yenebilen türlerden ayrılabilirler. Ayrıca bunların kırmızımtırak ya da portakal rengi gözenekleri ve sapları vardır. Sadece sarı ya da krem rengi gözenekleri olan mantarları seçin. Ağaç kütüklerinde yetişen mantarlar genellikle yenebilir, ancak bunların da bazı türleri sert ve tatsızdır. Tüm mantarları yemeden önce pişirmelisiniz. Böylece hafif zehirleri etkisiz hale getirmek mümkündür. Ancak unutmayın ki pişirerek zehirli mantarları yenebilir hale getirmek mümkün değildir. Mantarlar dünyanın her yerinde ufak tefek farklarla birbirine benzer. Ancak gittiğiniz yer ya da kendi bölgenizdeki mantarları iyice öğrenmelisiniz.



## ZEHİRLİ MANTARLAR

Tüm zehirli mantarları karakterize edebilecek bir özellik yoktur. Amanita en zehirli mantarlar arasında yer alır ve tanınması da en kolay türdür. Ancak diğer türler çok daha farklı

görünürler. Daha kötüsü bazı zehirli mantarlar başka ülkelerdeki yenebilen mantarlara da benzeyebilir. Mantar zehirlenmesinin belirtileri de değişir. Eğer bir mantarın

yenebileceğinden emin değilseniz hiç dokunmasanız daha iyi olur. Aşağıda en zehirli mantar türlerinden birkaçını bulabilirsiniz.

### DİKKAT

Amanita mantarları en ölümcül mantarlar olsa da tüm zehirli mantarlar onlara benzemez. Belli bir tür mantarı tanımayı iyice öğrenmeli ve tüm diğer mantarlardan uzak durmalısınız.



**Panter şapkası** (Amanita pantherina)  
Genellikle ölümcüldür. Kayın ormanlarında yetişir, kahverengi beyaz benekli bir şapkası, beyaz solungaçları, sapının çevresinde bir ya da iki halka vardır.



**Katran köpüğü** (Amanita muscaria muscaria)  
Rahatça tanınan bu mantar sonbaharda özellikle kayın ve çam ormanlarında bulunur. Parlak kırmızı, beyaz benekli bir şapkası vardır.



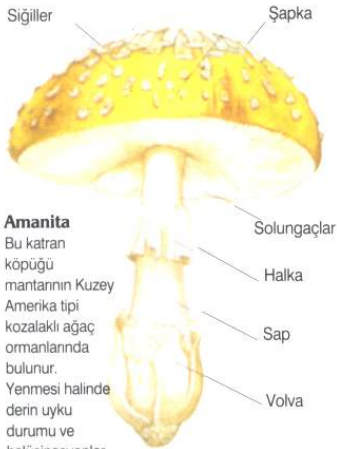
**Ölüm şapkası** (Amanita phalloides)  
En ölümcül mantar olarak bilinen ölüm şapkası ormanlık alanlarda kayın ya da meşe ağaçlarının altında yetişir. Zeytin yeşili bir şapkası, solgun bir sapı, beyaz solungaçları ve eti, geniş bir volvası vardır.

### DİĞER ZEHİRLİ MANTARLAR

Zehirli mantarların bazı türleri diğer bölgelerde yenebilen mantarlara benzer. Örneğin Agaricus türünün birçok çeşidi yenebilirken sarıleke mantarı (Agaricus xanthodermus) son derece zehirlidir. Yayıdığı güçlü iyot kokusu ve dokunulduğu zaman yaptığı sarı lekeden tanınabilir. Diğer zehirli mantar çeşitleri arasında genişyapraklı ağaçların altında bulunan beyaz bir mantar olan aptal mantarı (Amanita verna) ve bazıları ölümcül olan Cortinarius cinsi mantarlar sayılabilir.

### ZEHİRLİ MANTARLAR NASIL TANINIR?

Zehirli Amanita mantarlarını tanımak oldukça kolaydır. Saplarının dibinde bir "volva" ya da kupaları, beyaz solungaçları ve sapın etrafında halkaları vardır.



#### Amanita

Bu katran köpüğü mantarının Kuzey Amerika tipi kozalaklı ağaç ormanlarında bulunur. Yenmesi halinde derin uyku durumu ve halüsinasyonlar görülür.



#### Yıkıcı melek

(Amanita virosa)  
Ölümcül zehri olan bu mantar yazları ve sonbaharda ormanlık alanlarda bulunur. Beyaz etinin ağdalı ve tiksindirici bir kokusu vardır. Yeni çıkanları yenebilen Agaricus mantarlarına benzer.

### YENEBİLEN LİKENLER

Liken genellikle kuzey bölgelerinde ve Kuzey Kutbu civarında kayaların üzerinde yetişir. Zehirli türü yoktur

ancak yenmeden bir akşam önce suya yatırılmalı ve hazırlanırken tahriş edici asidin geçirilmesi için iyice haşlanmalıdır.



#### Rengeyiği küfü

(Cladonia rangiferina)  
Bu sert liken Kuzey Kutbu çevresinde bulunur ve adını çok benzediği Rengeyiği boynuzundan almıştır. Yenmeden önce birkaç saat suya yatırılmalı ve sindirilebilir hale gelmesi için iyice haşlanmalıdır.



#### Kaya işkembesi

Bu besleyici liken kuzey iklimlerinde ve Kuzey Kutbu bölgesinde yetişir. Yenmeden önce suya yatırılmalı ve sonrasında iyice haşlanmalıdır.



# BİTKİLERDEN YEMEK YAPALIM

**Y**emek yapmak üzere bitki toplamak, yenebilir görünen herşeyi toplayıp otlamak demek değildir. Bir yemek yapmak ya da bir yemeğin bir kısmını hazırlamak için bir ya da daha fazla çeşit bitkiden yeteri kadar toplayabilmeniz gerekir. Sadece birkaç çeşit bitki toplamak üzere hareket ederseniz topladıklarınızın

arasına zehirli ya da yenmez bir şeylerin karışmasını engellemiş olursunuz. Bulduğunuz bitkilerin hepsini toplayıp tüketmeyin ki yaşamlarını sürdürebilsinler. Böylece gerektiğinde bir yemeklik daha malzeme bulabilirsiniz. Çok çabuk bozuldukları için en iyi yol ezilmiş bitkileri bir kutu ya da çantada saklamaktır.

## KÖK NASIL ÇIKARILIR?

Bazı bitkiler kışın kullanmak üzere köklerinde nişasta biriktirir. Bu baharda şekere dönüşür ve yeni sürgünleri

besler. Bu yüzden kökler özellikle sonbaharda son derece besleyicidir. Baharda ise çok tatlı olurlar. Özellikle

baharda kök yerken dikkatli olmalısınız. Sürgünler küçük olduğundan bitkiyi tanımakta zorluk çekebilirsiniz.



Sopanın ucunu yontarak kürek şekli verin

**1** Carya gibi sert bir tahtadan sağlam bir sopa kesin ve bir ucunu kürek şeklinde yontun. Gerekirse yonttuğunuz ucu ateşte biraz daha sertleştirebilirsiniz.



Bitkinin bir kenarında çukur kazarak kökün etrafındaki toprağı gevşetin

**2** Bitkinin bir kenarında derince bir çukur kazın. Kökün etrafında toprağın gevşemesini sağlayarak tek parça halinde çıkarın.

## KÖK YEMEKLERİ NASIL HAZIRLANIR?

Kökleri çıkarttıktan sonra uzun süre beklemeden yemeğinizi hazırlamalısınız. Böylece bozulmalarını engellemiş olursunuz. Kökleri dikkatle temizleyin ancak soymayın. Kabuk genellikle değerli vitaminler içerir. Kökü parçalara bölün ve suda haşlayın. Böylece köklerin içindeki acı kimyasal maddelerden kurtulmuş olursunuz. Haşladığınız parçaları bir çatal batacak kadar yumuşadığında pişmiş demektir.

## UN NASIL HAZIRLANIR?

Birçok tohum eğer un haline getirilmezse sindirilemez. Unu yemeklere koyabilir ya da biraz

suyla karıştırarak hamur yapabilir, bu hamuru hamurışı ya da ekme yapma için kullanabilirsiniz.

Kök, çiçek ya da yağlı tohumlardan da un elde etmek mümkündür.



**1** Tohumlardan un elde etmek için işe bitkinin başağını bir torbanın içine ufalamakla başlayın. Tohumları dökmek için başağı sallayabilir ya da tek tek elinizle toplayabilirsiniz. Tohumları kurutmak için güneşe serin.



Tohum ve kabukları ayırmak için ileri geri sallayın

**2** Kabuklarını soyarak için tohumları elinize alıp ovuşturun. Daha sonra bir kabin içine koyup ileri geri sallayarak eleyin. Kabuklar daha hafif olduklarından tohumlardan ayrılacak ve kaptan dışarı uçacaktır.



Tohumları iki taşın arasında ezin

**3** Tohumları ortası çukur büyükçe bir taş ve daha küçük yumuşak bir taşın arasında ezin. Tekdüze dairesel bir hareket yapın. Elde ettiğiniz unun uçmamasına özen gösterin.

## DENİZ YOSUNU NASIL PİŞİRİLİR?

Karagin deniz yosunu (Chondrus) taze, kurutulmuş ya da jöleye benzeyen bir puding haline getirilerek yenilir. İyot,

mineral ve vitamin A, B açısından zengindir. Bahar ve yaz başında kıyı kayalarında bulunur. Leğen yosunu

(Porphyria), deniz marulu (Ulva) ve çeşitli varekleri de kaynatarak yiyebilirsiniz.

Deniz yosununu bir kayanın üzerine sererek güneşte kurutun.



**1** Deniz yosununu bıçakla keserek kayalardan ayırın. Kurutmak üzere güneşe serin. Yapraklar kurudukça renkleri açılacak ve deriye benzeyecektir.



**2** Üzerindeki pislikleri temizlemek için duruladıktan sonra parçalara ayırın.

**3** Deniz yosununu su ya da süte koyup karışım yoğunlaşmaya başlayana kadar kaynatın.



**4** Yosunları karışımından çıkardıktan sonra tatlandırmak için şeker ya da toplayacağımız meyveleri ekleyin.

**5** Karışım

soğuyunca katılaşacak ve kaşıklaşmak mümkün olacaktır. İyice soğuyuncaya kadar yemezseniz ağzınızın yanmasını engellemiş olursunuz.



## İÇKİ HAZIRLAMA

Çam (Pinus) ve ladin (Picea) gibi dört mevsim yeşil kalan ağaçların yaprakları A ve C vitaminleri açısından zengindir ve bir çeşit çay yapmak için kullanılabilir. Sadece rengi

bozulmamış taze yaprakları kullanılmalıdır. Hindiba (Chicorum) yaprakları ya da meşe palamudundan (Quercus) kahve katkısı yapmak mümkündür.



**1** Dört mevsim yeşil kalan yapraklardan çay yapmak için yaprakları bir taşla ezin. Bir bardak çay için iki çay kaşığı ezilmiş yaprak yeterlidir.



**2** Çam iğnelerini sıcak suya atın. Suyun sıcak olmasına ancak kaynamamasına dikkat edin. Ara sıra karıştırarak bu şekilde 5 - 10 dakika bekleyin.



**3** Bir kabin üzerine gereceğiniz tülbentle çayınızı süzün. Tatlandırmak için şeker ya da bal kullanabilirsiniz.

Çayı sbezden geçirek süzün

## DiĞER İÇKİLER

Avustralya'da ökaliptüs ağacının (Eucalyptus) yaprakları çaya güç verici, rahatlatıcı bir etki vermek için kullanılır. Bu karışıma "Billy Çayı" derler. Kurutulmuş yonca (Trifolium) çiçeği, ısırgan (Urtica) yaprakları ve sarmaşıktan (Glechoma) da çay yapmak mümkündür. Akçağacın özsuyu da suyla karıştırılarak içilebilir.

## DOĞAL TATLANDIRICILAR

Yabani bitkilerden yapılan yiyeceklerin tadı pek iyi olmadığından baharat ve tatlandırıcı yardımıyla daha yenir hale getirilmeleri gerekebilir. Köri, tarçın gibi baharatları çantınızda taşırsanız bu gibi durumlarda kullanabilirsiniz. Ayrıca baharatları doğal hallerinde toplayarak daha sonra kullanmak için kurutarak saklayabilirsiniz. Doğada bulabileceğiniz baharatlara örnek Doğu Endonezya adalarında yetişen yaprak dökmeyen ağaçlardan birisinin akrabası olan küçük hindistan cevizi (Myristica) ağacının meyvesidir. Bu meyve kurutulduktan sonra ufalanarak fırınlanmış yemekler ya da pudinglere eklenerek tatlandırmakta kullanılır. Ayrıca ıspanak ya da kabak gibi sebze yemeklerinde de kullanılabilir. Fesleğen ya da kekik gibi otlar da aynı amaçla kullanılabilir.



TARÇIN



KÖRİ



TOZBİBER



KARABİBER



KÜÇÜK HİNDİSTAN CEVİZİ



SARIMSAK



# OMURGASIZ HAYVANLAR

Sümüklüböcek, salyangoz ya da çekirge gibi hayvanları yemek fikri, birçok insanda aç kalmak pahasına biraz daha bekleyip daha iştah açıcı bir şeylerle karşılaşmayı umma isteği uyandırır. Ancak survival durumunda istediğiniz gibi bir yemeğin kucağınıza düşmesi pek mümkün olmadığı gibi beklemedikçe daha güçsüz düşer ve

giderek başka yiyecek aramayacak hale gelebilirsiniz. Yemeden önce denemek hayati olsa da sağ kalmak için hiçbir olası besin kaynağını reddetmemeli ve ne kadar tiksindiğinize aldırılmamalıdır. Tırtıl gibi omurgasız hayvanlar sebzelere daha çok protein içerdiklerinden toplamanıza değerlidir.

## YENEBİLEN OMURGASIZ HAYVANLAR

Çoğu omurgasız hayvan yenebilse de sümüklüböcek ya da çekirgeleri ağzınıza atıp çatır çatır çiğneyip yutamazsınız. Bu

yaratıkların sadece bazı parçaları yenebilir ve önceden çok iyi pişirilmeleri gerekir. Hatta bazılarının

özel pişirme metodları vardır. Aşağıda yenebilen birkaç omurgasız hayvan göreceksiniz.



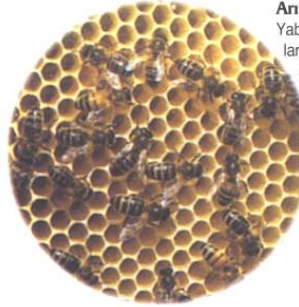
### Çekirge

Sıçrayan böceklerin çok güçlü bacak kasları vardır ve bu bacaklar yenebilir. Kavurma yoluyla parazitlerin ölmesini ve etin vahşi doğa gurme standartlarına göre lezzetli olmasını sağlayabilirsiniz.



### Karıncı

Tüm karıncalar ısırabilir ancak dikkatlice toplanırlarsa yenmeleri mümkündür. Bazı balkavanozu karıncaları karın bölgelerine nektar ve su depolar.



### An

Yabani anlar, pupaları ve larvaları yenebilir. Ayrıca anlar gerekli enerjiyi sağlayacak bal da yapar. Ancak şoka yol açan an sokmaları ölüme sebep olabileceğinden anlarla uğraşırken dikkatli olmak gerekir.



### Salyangoz

Kurtlar, sümüklüböcekler ve salyangozlar çok iyi yemeklik etlerdir. Ancak su salyangozlarını ve parlak renkli kara salyangozlarını yemeyin, zehirli olabilirler.

### Kelebek ve güveler

Kelebek ve güveler de yenebilir ancak fazla sayıda değilse pek besleyici sayılmazlar. Oysa tırtıl hem kolayca yakalandığı hem de daha etli olduğu için çok daha iyidir.



### Denizyıldızı

Kıyıya vuran tahtaların üzerinde deniz yıldızı bulmak mümkün olabilir. Ayrıca yengeç ve karidesler de yenebilir. Bu hayvanları sular çekildiğinde kayaların arasında oluşan küçük göllerde bulabilirsiniz.



### Deniz

#### kestanesi

Derisi dikenlilerden bazıları yenebilir. Ancak toplarken uzun ve sivri dikenlerine dikkat edin.



## DİĞER YENEBİLEN OMURGASIZ HAYVANLAR

Böceklerin sebzelerden daha yüksek besin değerleri vardır ve her yerde bolca bulunmaları mümkündür. Ancak siz de böceklerden besin değeri açısından en yüksek seviyede faydalanabilmek için üzerinize düşeni yapmalısınız. Böcek larvaları son derece etlidir. Bazı yerli kabileleri diyetlerini desteklemek için bu larvalardan bol bol tüketir ve toplamak için saatler harcar. Fırıldak böceği (Gyrinidae) gibi su böceklerini de unutmamak gerekir. Ancak sıkı bir ağzınız yoksa su böceklerini yakalamak çok zordur. Diğer yenebilen omurgasızlar ise termitler, tahtakurdu ve midyelerdir. Örümcek yemek üzerlerindeki tahriş edici kıllar ya da avlarını öldürmek için kullandıkları zehir sizi de etkileyebileceğinden tavsiye edilmez.

## ZEHİRLİ OMURGASIZ HAYVANLAR

Yemek için omurgasız hayvanları toplarken mantığının sesini dinlemelisiniz. Ölü ya da hasta böcekleri

yiyen, belirgin bir kokusu olan ya da parlak renkli böceklerden uzak durun, zehirli olabilirler. Diğer hayvanların

yediği omurgasızlar insanlar için zararlı olabilir. Yemeğinizi seçerken dikkatli olun.

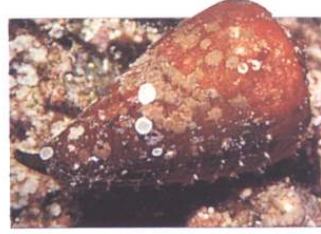


### Kırmızı böcekler

Kırmızı ya da parlak renkli böcekler etçil hayvanlara tadlanın kötü olduğunu anlatmaktadır. Bu yüzden onları rahat bırakın. Zehirli sizi öldürmese de hastalanmanıza sebep olabilir.

### Kırmızı güveler

Cinnabar güvesinin (Callimorpha) kırmızı renkleri tadının kötü olduğunu gösterir. Her ne kadar aslında zehirli olmayan bazı tür böcekler korunma için bu renkleri taklit etse de emin olmadığınız sürece parlak renkli böceklerden uzak durun.



### Konik kabuk

Konik kabukların yüzlerce çeşidinin her biri zehir içeren küçük bir zıpkın atar. Bazı türlerde bu zehir ölümcüldür. Konik kabuklar kendini kuma gömer ve kazara üzerine basabilirsiniz.

### DİKKAT

Tüm yabancı yiyeceklerde olduğu gibi omurgasız hayvanlarda da birkaç çeşidi iyice öğrenip diğerlerinden uzak durmak en iyisidir. Eğer survival durumundaysanız güçsüz düşmüş olabileceğinizden normalden çok daha az zehirden etkilenebilirsiniz.

### DİĞER ZEHİRLİ OMURGASIZ HAYVANLAR

Tüylü tırtılların ve kurtların üzerinde, dokunulduğunda tahrişe yol açan maddeler vardır. Özellikle tropikal bölgelerde yaşayan büyük çıyanların derisinde zehir bulunur. Sarı hanımböceğinin (Coccinellidae) bazı türleri de zehirlidir. Çağu ahtapot çeşidi yenebilse de Avustralya'da yaşayan mavi halkalı ahtapotun (Hapalochlaena) ölümcül bir iğnesi vardır. Bu yüzden çok emin değilseniz bu hayvanların tümünden uzak durulması gerekir. Ayrıca toprağa gömülü pupalara ve saldırganlara formik asit püskürtebilen formika karıncalarına (Formica) da dikkat edilmelidir. Sonuç olarak siz en iyisi tanımadığınız omurgasız hayvana selam vermeyin.



### Denizanası

Zehirli denizanası ılık akıntılarda bulunur. Portekiz denizanasının (Physalia) oniki metreye kadar uzanan zehirli kolları olabilir. Mümkün olduğunca denizanası ve akrabalarından uzak durun. Zehirli iğneleri zararlı olabilir.



### Eşekansı

Eşekansın her zaman sinirli yaratıklar ve ölseler bile sokmaya devam ederler. Yemek için bir eşekansına asla bakmayın bile. Eğer yüzünüzden sokarsa yol açacağı şişme nefes almanızı engelleyebilir ve ölüme yol açabilir.

### Midye

Pişirip yemek mümkün olsa da midyeler bazen tehlikeli olabilir. Beslenmek için suyu süzen bu hayvanlar atık madde ve zehir depolayabilir. Yumuşakçaların hepsi canlıyken toplanmalı ve mümkün olduğunca kısa bir sürede tüketilmelidir.

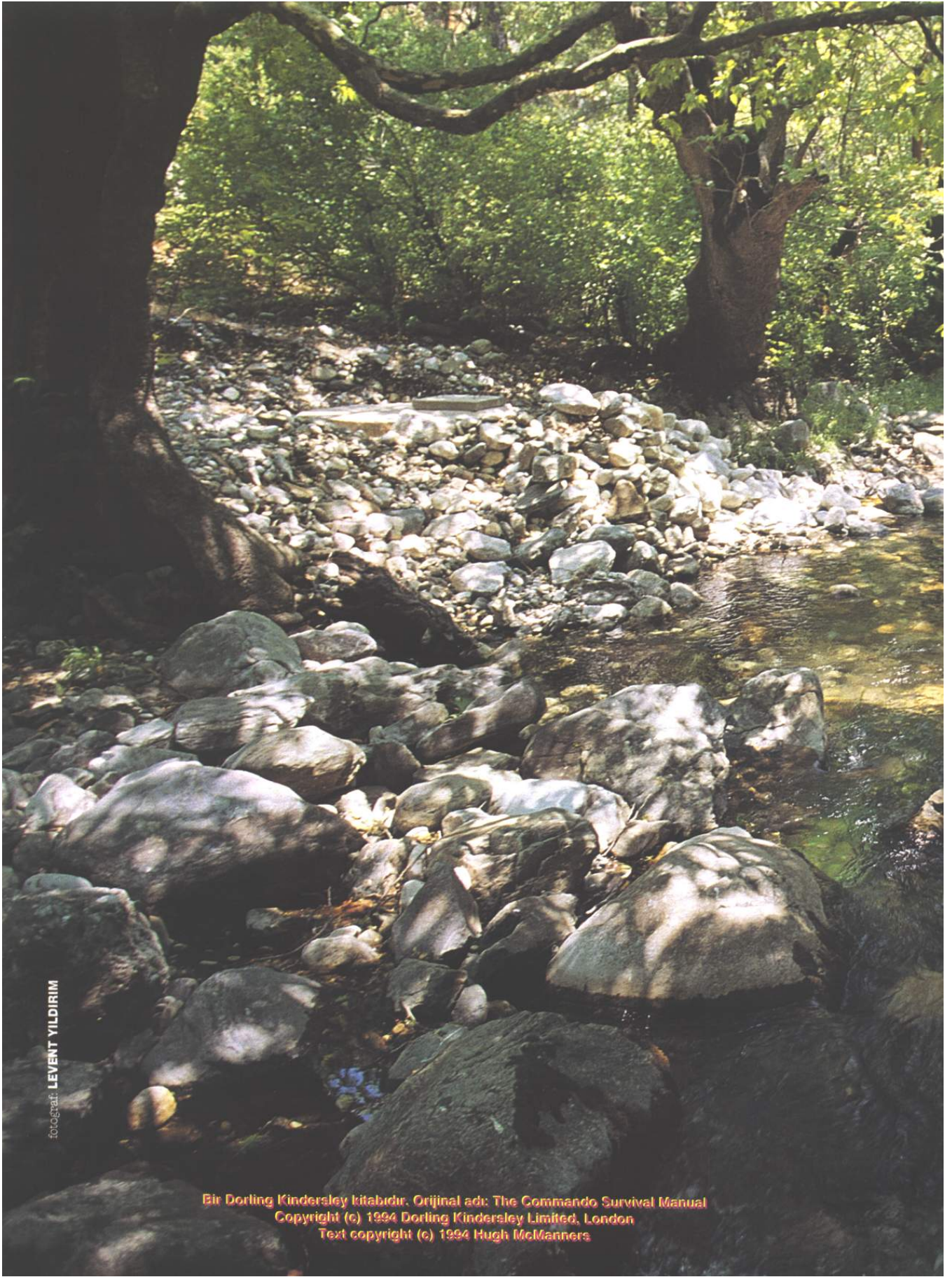


### Deniz anemonu

Bazen sular çekildikten sonra kayalarda oluşan gölcüklerde anemonlara rastlanabilir. Çoğunun tahriş edici iğneleri olan kolları vardır ve bu yüzden uzak durmak gerekir. Avlarını sokarak yakalayan hayvanların iğneleri genellikle insanlara zarar verir ve mümkün olduğunca bu iğnelere değmemek akıllıca olur.







fotograf: LEVENT YILDIRIM

Bir Dorling Kindersley kitabıdır. Orijinal adı: The Commando Survival Manual  
Copyright (c) 1994 Dorling Kindersley Limited, London  
Text copyright (c) 1994 Hugh McManners



6

**SURVIVAL EKI**

OUTDOOR tecrübesinin  
akademiya ortamında

**HUGH McMANNERS**

Yayına hazırlayanlar: TOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA



# OMURGASIZ HAYVANLAR NASIL YENİR?

Omurgasız hayvanların sayısı diğer hayvanlardan daha fazla olduğu gibi en ekstrem durum ve ortamlarda bile bulunmaları mümkündür. Böcek gibi omurgasız hayvanları toplamak balık yakalamaktan daha kolay olduğu gibi çok daha az enerji harcamanıza yol açar. Ancak

omurgasız hayvanları yeme fikri pek iştah açıcı sayılmaz. Bu durumu önlemek için önce böcekleri ezebilir ya da öğütebilir, daha sonra görünüş olarak yenmesi daha kolay bir yemeğin içine katabilirsiniz. Böylece böcekleri bütün bütün yutmaktan da kurtulursunuz.

## UÇAN BÖCEKLER

Güve gibi birçok uçan böcek yenebilse de aralarında en besleyici olan balınsıdır. Yetişkin arılar ve larvalar yenebildikleri gibi

bal da yaparlar. Ancak arılar tehlikeli olabildiklerinden başka seçeneğiniz yoksa arı yiyein.



### Anılar ve Bal

Arı ve bal toplamak için taze ot yakarak dumanını kovanın girişine tutun ve içerisi tamamen dumanla dolana kadar bekleyin. Daha sonra kovanın girişini tıkeyin ve ertesi güne kadar bekleyin. Sabah olunca girişi dikkatlice açın ve bir sopa yardımıyla ölü arıları ve balı dışarı çıkarın.

**Gece Uçuculan**  
Geceleyin iki dal arasında açık renkli bir bez asın ve alt kısmını iyice gergin tutun. Bezin arkasına yanık durumda bir de fener asın ve hemen altına da bir tas su koyun. Işık güveleri çekecek ve ışığa ulaşmaya çalışırken bezde çarpan güveler bezden aşağıya kayarak tasın içine düşecektir.



## YEMEKLİK BÖCEK

Anıların dikenini çıkarın. Bütün böceklerin bacak ve kanatlarını koparın. Böcekler çiğ yendiğinde çok daha besleyici olurlar ama kaynatarak veya kavurarak görünüş olarak daha yenilebilir hale getirebilirsiniz.

### Üfalama

Böcekleri iki taş arasında ezerek yemeklere katabilirsiniz.



Böcekleri taşların arasında ezin.

## YÜRÜYEN BÖCEKLER

Bazı böceklerin larvaları son derece besleyicidir ve çürümüş ağaç kütüklerinin içinde ya da ağaç kabuklarının altında bulunabilirler. Çürümüş odunu bir sopa yardımıyla deşerek içinde larva olup

olmadığına bakın. Tırtıllar da yedikleri bitkilerin üzerinde geniş koloniler halinde yaşarlar ama üzerlerindeki kılları dokunulduğunda derinizi tahriş edebileceğini unutmayın.



**1** Termit ya da kanınca toplamak için uzun ve düzgün bir sopa bulup kabuğunu soyun. Böylece sopa yumuşayacaktır. Sopanızı yavaşça termit ya da kanınca yuvasından içeri sokun. Yanınızda bir kap bulundurursanız dışarı çekeceğiniz böceklerin yere düşmesini engellemiş olursunuz.

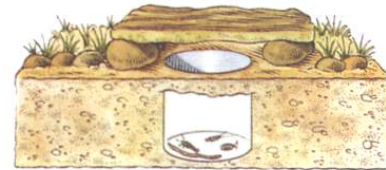


**2** Sopayı yavaşça çekip çıkarın. Termit ya da kanıncalar sopaya saldıracaklarından yumuşak sopayı ısırarak ve çeneleri sopaya saplı kalacaktır. Sopanın üzerindeki termit ya da kanıncaları kabın içine sıyırın. Daha sonra yukarıda anlatıldığı gibi hazırlayabilirsiniz.

## BÖCEK TUZAĞI

Böcekleri tuzağa düşürebilirsiniz. Tencerenizin derinliği kadar bir çukur kazın ve tencereyi kazdığınız çukura yerleştirin. Çukurun üzerine iki taş üzerinde dengede duracak bir tahta parçası yerleştirin. Bir gölge arayan böcekler tahta parçasının altındaki boşluktan girecek ve tencerenin içine düşecektir. Eğer tencerenin içine biraz su koyarsanız böceklerin ilgisi artar.

### KUYU TUZAĞI



## KABUKLU DENİZ HAYVANLARI

**K**abuklu deniz hayvanlarını hemen hemen bütün kumsallarda bulabilirsiniz ve bu hayvanlar son derece besleyicidir. Ancak öldükten

sonra etleri çok çabuk bozulduğundan toplarken sadece canlı olanları aldığınızdan emin olmalısınız. Topladığınız

kabukluları derhal pişirin ve yiyin. Kirlenmiş su kaynaklarından kabuklu deniz hayvanı toplamayın.



### Ustura Midyesi Nasıl Çıkarılır?

Bu midyeler kuma dik olarak saplı bulunur ve nefes almak için tepede bir delik bırakırlar. Bir parça tel ya da ince bir sopayı bu deliklere sokarak midyeleri çıkarabilirsiniz. Ayrıca deliklerin içine ve etrafına tuz serperseniz midyeler yukarı çıkacaktır.



Canlı yumuşakçaları kayalardan çakınızla çıkarın

### Deniz Salyangozları ve Konikkabuklar

Konikkabuk gibi yumuşakçaları deniz çekildikten sonra kayalardan çakıyla sökebilirsiniz. Sadece kayaya sıkı sıkıya yapışmış olan canlı hayvanları alın.

### DİKKAT

Kabuklu deniz hayvanlarını yerken çok dikkatli olmalısınız. Asla pişirmeden yemeyin ve yemeğinizi hazırlarken en az beş dakika kaynatın. Bu arada toplar toplamaz pişirmeye çalışın.

### MİDYE NASIL PİŞİRİLİR?

Midyeleri yemeden önce en az beş dakika pişirin. Kaynar suda açılmayan midyeleri atın, çünkü büyük ihtimalle çürümüşlerdir. Konikkabuk ve deniz salyangozlarını kaynattıktan sonra bir çatal ya da sopayla kabuklarından çıkarabilirsiniz.

### Midye Tenceresi

Zararlı maddeleri etkisiz hale getirmek için midyeleri kaynatın.



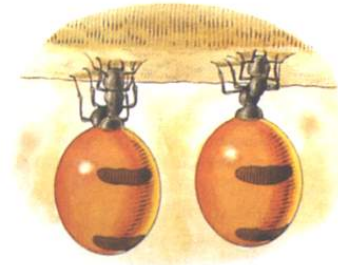
Tencere çatalı dala asılır

### DİĞER LEZZETLİ OMÜRGASIZLAR

Salyangoz, sümüklüböcek ve kurtçuklar şafakta rahatlıkla toplanır ve yenilebilirler. Salyangoz ve sümüklüböcekleri kaynar suya atarak öldürmeden önce 24 saat yeşil yapraklarla besleyin. Salyangozları haşlayın ama sümüklüböcekler kavruldukları zaman daha lezzetli olurlar. Kurtçukları tuzlu suda 24 saat bekletin ve yemeğe katmadan ya da kurutmadan önce bağırsaklarını çıkarın.

### Bal Kancaları

Bal kancaları nektar ve suyla beslenir. Aralarından bazıları yuvanın tavanına tutunur ve yaşayan kavanozlar haline gelirler.

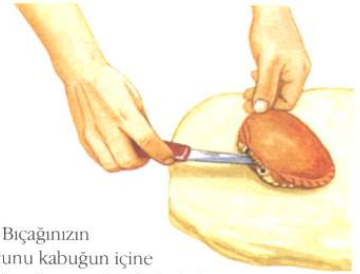


### YENGEÇ NASIL TEMİZLENİR?

Yengeç toplarken kısıkaçlarına dikkat edin. Büyük türleri topladıktan sonra aralarında kavgı etmelerini ve birbirlerini yaralamalarını engellemek için kısıkaçlarını bağlamanız gerekebilir. Öldürmek için kaynar suya atın.



**1** Yengeç temizlerken bütün zehirli organların temizlenmesine dikkat edin. Yemeği hazırlarken önce bacakları ve kısıkaçları çıkarın. İçlerinde yiyebileceğiniz et parçaları vardır.



**2** Bıçağınızın ucunu kabuğun içine sokup kanıtarak gövdeyi ikiye ayırın.

Bir bıçakla eti kabuktan kazıyın.



**3** Mide, yeşil kalıntılar ve iki solungacı çıkarın çünkü bu kısımlar zehirlidir. Daha sonra bıçağınızla eti kabuktan kazıyın. Kısıkaçları bir kayayla çatlattıp içlerindeki uzun kasları bıçağınızla çıkartın.



# TATLISU BALIKLARI

**T**atlısu balıkları nehir, dere, göller ve tatlısuyun tuzlu hale gelip denize karıştığı haliçlerde yaşar. Bazı türler nehir boyunca giderken somonbalığı gibi balıklar akıntı yukarı yüzerek daha güvenli olan iç derelerde yumurta bırakırlar. Tatlısu balıklarının

durum ve büyüklükleri, aldıkları gıdanın çeşit ve miktarıyla mevsimlere göre değişir. Bazı nehir ve göllerin derin yerleri olsa da tatlısu balıkları nisbeten sığ ve dar yerlerde, kıyılara yakın yaşamayı tercih ederler.

## YENEBİLEN BALIKLAR

Tatlısuda yaşayan balıkların hemen hemen hepsi yenir. Ancak bazıları diğerlerine göre daha lezzetli ya da

pişirilmeleri daha kolaydır. Bazı balıklar ince kılçıklı olduğundan hazırlanmaları zahmetli olur. Ayrıca bu kılçıklar

boğazınıza takılırsa tehlikeli olabilirler. Aşağıda yenebilen tatlısu balıklarından bazılarını bulacaksınız.



### Kilizbalığı (Tinca)

Kilizbalığı nehirlerin denize döküldükleri yerlere yakın kısımlardaki durgun sulara yaşar. Avrupa, Kuzey Amerika ve Avustralya'da bulunur.

### Mercan (Abramis, Pagellus)

Mercan, japonbalığı ve golyanbalığı ile aynı familyadandır (sazan). Avrupa ve Asya'daki derin ve yavaş akan nehirlerin dibinde beslenir. Bazı mercanlar çok fazla büyüyebilir.



### Sazan (Cyprinus)

Adi sazan 60 santime kadar büyür; dere ve nehirlerin ya dibinde ya da yüzeyinde beslenir. Her ne kadar efsanelere göre birkaç yüzyıl boyunca yaşayabiliyor olsalar da daha mantıklı bir tahminle ömürleri 40 yıldır. Bu yüzden çok büyük bir sazan yakalarsanız bir tarihi gömdüm diye üzülmeyin.



### Alabalık (Oncorhynchus)

Alabalık somonbalığının çok yakın bir akrabasıdır. Gökkuşuğu alabalığı İskandinavya, Kuzey Amerika, Hindicini, Afrika ve Hindistan'daki serin dere ve göllerde yaşar.

### Kızılkanat (Scardinius)

Kızılkanat, içinde bol bol bitki yetişen durgun sulara yaşar ve o bitkilerin altında saklanır. Kuzey Amerika, Avrupa ve İskandinavya'da bulunur. Yüzeyden beslenen kızılkanat çok fazla büyüdüğünde genellikle dipte yatar ve dinlenir.



## DiĞER YENEBİLEN BALIKLAR

Özellikle tropik nehir ve göllerde daha birçok yenilebilen tatlısu balığı bulunur. Bütün dünyada yaygın olan türlerin içinde kefal (Leuciscus) ve çamçabalığı (Rutilus) vardır. Balıkları gözleyerek hangilerinin yüzeyden, hangilerinin dipten beslendiğini ve deneme yaparak hangilerinin yemek için daha uygun olduğunu bulabilirsiniz. Ancak bilmediğiniz türler söz konusu olduğu zaman dikkatli olun. Eğer şüpheniz varsa ızgara yapın, derisini ve kemiklerini çıkardıktan sonra eti haşlayın.

## TEHLİKELİ BALIKLAR

Etçil balıklar çok daha saldırgandır ve kendi türlerini bile yerler. Çoğunun sivri dikenleri vardır ve bu dikenler zehirli

olabilir. Ayrıca derilerini kaplayan zehirli, sümüksü bir maddeyle de korunuyor olabilirler. Bu madde insan derisinin

kabarmasına sebep olabilir. Bu balıkları derisini soymadan yerseniz zehirlenebilirsiniz.

**Kuzey Amerika Turnası (Esox)**

Turnabalığı familyasının Kuzey Amerikalı üyesi olan bu balık bir metre uzunluğa erişebilir. İçinde bitki yetişen durgun ve duru suları tercih eder. Atlantik'e dökülen nehirlerde yaşar. Keskin dişleri vardır.

**Tandan (Tandanus)**

Kedibalığı familyasından olan tandan, Hindini ve Hint Okyanusu bölgesinde yaşar. Kedibalığı familyasının diğer üyelerine ise dünya çapında rastlamak mümkündür. Kedibalıklarının sırt ve karın yüzgeçlerinde güçlü iğneler vardır ve bazen bu iğneler zehir keseciklerine bağlı olabilir. Ayrıca zehirli, sümüksü bir maddeyle kaplıdır.

**Dere İskorpiti (Ictalurus)**

Dere iskorbütünün zehirli iğneleri vardır ve vücudunu kaplayan sümüksü madde zehirlidir. Çok dikkatli hazırlanmalı ve yenmeden önce derisi mutlaka soyulmalıdır. Bitki ve böcek yiyerek yaşar; genellikle yavaş akan, durgun derelerde bulunur. Özellikle Kuzey Amerika ve Avrupa'da yaşayan bu balık kedibalığının bir çeşididir ve bu familyanın özelliği olan bıyıklara sahiptir.

**Tatlısu Levreği (Perca)**

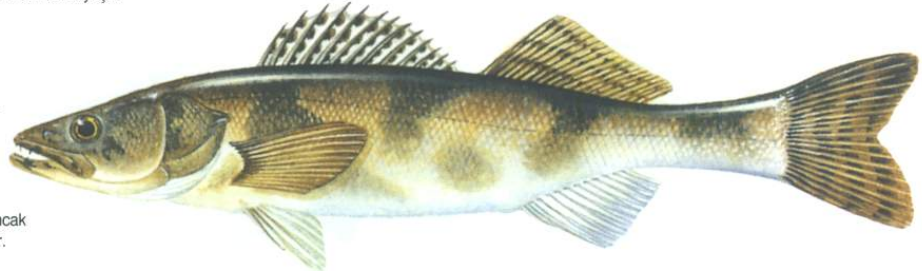
Tatlısu levreği genellikle sürüler halinde dolaşan ve o bölgedeki küçük balık miktarını oldukça azaltan ağgözlü bir balıktır. Avrupa, Asya, Kuzey Amerika ve Avustralya'daki durgun, yavaş akan akarsularda yaşar. Yenmesi hoştur, ancak sırt yüzgeci çok keskindir.

**Turnabalığı (Esox)**

Yalnız yaşayan ve jilet gibi keskin dişleriyle son derece saldırgan bir balık olan turnabalığı, ağgözlülüğü ve yırtıcılığı yüzünden bazı bölgelerde "nehir kurdü" olarak tanınır. Kendi büyüklüğündeki balıkları bile yiyebilir. Ancak bu arada kendisi de çok lezzetlidir. Avrupa ve Kuzey Amerika'da yaşar.

**Akçıl Gözlü Tirsibalığı (Stizostedion)**

Yakın akrabaları olan turna ve levreğe çok benzediğinden bazı bölgelerde "turnalevreği" olarak bilinen akçıl gözlü tirsibalığı, adını karanlıkta ışık vurduğu zaman parlayan büyük gözlerinden almıştır. Daha çok Kuzey Amerika'da bulunur ve levrek familyasına ait olduğu için yenmesi hoştur. Ancak son derece keskin olan sırt yüzgeci tehlikelidir.

**Diğer Tehlikeli Balıklar**

Yenebilen tatlısu balıklarının çoğu keskin dişleri, dikenleri ya da salgıladıkları zehirli maddeler yüzünden tehlikeli olabilir. Güney Amerika'da yaşayan ve oldukça kötü bir ünü olan piranha (Serrasalmus) ağgözlü ve tehlikeli bir balıktır. Yine Güney Amerika'da yaşayan elektrikli yılanbalığı da verdiği güçlü elektrik şokuyla yüzücülere ya da suda yürüyenlere zarar verebilir.

**DIKKAT**

Kurutma, tütsüleme ya da salamura yoluyla saklanmadıysa balık eti üzerinde bakteriler çok süratli ürer ve et bozulur. Bu yüzden eğer siz avlamadıysanız, ne kadar taze görünürse görürsünüz bulduğunuz ölü balıkları yemeyin.



## TUZLUSU BALIKLARI

Genel bir kural olarak büyük tuzlusu balıkları derin denizlerde yaşarken, küçük tuzlusu balıkları sürüler halinde sığ denizlerde yaşarlar. Buralarda güneş denizaltını aydınlatıldığından bitkiler büyüyebilir ve küçük balıklar bunlarla beslenir. Balıklar beslenmek ya da çiftleşmek için çok uzun mesafelere göç edebilirler. Bu

arada bir çok etçilin saldırısına uğrarlar. Büyük balıklar bazen sahile bir ağ ya da olta ile yakalanabilecek kadar yaklaşımlarda bir tekeden yakalanmaları daha olasıdır. Bir survival durumunda eğer tekneniz yoksa suyun sığ olduğu yerlere ya da halicilere yürüyerek girebilir ya da sular çekildiğinde derin kanallara ulaşabilirsiniz.

### YENEBİLEN BALIKLAR

Aslında yenmesi mümkün olmayan çok az balık vardır. Balık yemenin en mantıklı ve sağlıklı yolu çiğ yemektir. Bu şekilde

doğal yağlarını ve nazik gıda değerlerini kaybetmemiş olur. Eğer pişirmek isterseniz buğulama, gril ya da fırında

balık yapın. Ancak derisini asla yemeyin çünkü zehirli bir sümüksü maddeyle kaplı ya da dikenli olabilir.



#### Sombalığı (Salmo)

Atlantik Sombalığı yani "Balıkların Kralı" yumurtlamak için akıntı yukan çok uzun mesafeler kateder. Son derece lezzetli bir balıktır. Avrupa, Kuzey Amerika, Avustralya, Yeni Zelanda, Güney Amerika ve Asya'da bulunur.

#### Tarpon (Megalops)

Tarpon gelgitte oluşan küçük körfezlerde, mangrov bataklıklarında, göllerde ya da tropikal ve ilik bölgelerdeki sahillerde bulunur. Geniş ve sert pulları vardır ve olta ile yakalandıklarında çok fazla mücadele ederler.



#### Vatoz (Raja)

Vatoz gün boyunca Pasifik ya da Atlantik dibinde kum veya çamurun altında saklanır ve gece olunca kabuklu deniz hayvanları ve diğer balıkları avlamak için açığa çıkar. Bu türün bazı örnekleri 2.4 metreye kadar büyüyebilir.

### DİĞER YENEBİLEN BALIKLAR

Ringabalığı'nın (Clupea) sayısı ılıman bölgelerdeki açık denizlerde azalmaya başladıysa da halen dünyada balıkçıların bol bol avlayabildiği balıklardandır. Büyük sürüler halinde gezer ve bazen sürü kıyıya yaklaştığında ağ ya da olta ile yakalanması mümkün olur. Levrek (Morone) deniz çekildiğinde beslenmek üzere kıyıya yaklaştığında olta ile yakalanabilen orta boy bir balıktır. Tuzlusuda yaşayan ve sık rastlanan diğer balıklar ise Dubar türleri (Mullidae, Mugilidae), Derekayası (Thymallus) ve Hanibalığıdır (Serranidae).

#### Kalkan (Scophthalmus)

Yenmesi çok hoş olan bu balık Avrupa'da özellikle İskandinavya kıyılarında bulunur. Yem olarak küçük balıklar kullanarak rahatlıkla yakalanabilir.



#### Tonbalığı (Thunnus, Euthynnus)

Tonbalığı ölü ya da diri küçük balıklarla beslenen etçil bir balıktır. İliman ve tropik sularda yaşar ve kıyıya yakın sürüler halinde gezer.



## TEHLİKELİ BALIKLAR

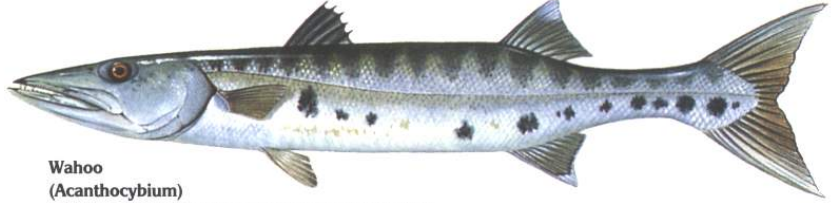
Her ne kadar büyük balıklar derin sularda yaşıyor olsalar da bazen büyük ve tehlikeli türler kolay bir av bulma umuduyla sığ sulara gelirler.

**Üyüştürangiller (Urolophus, Dasyatis)**

Bu familyanın üyelerinin kamçıya benzer bir kuyruğu ve zehirli bir iğnesi vardır. Eğer doğru tedavi yapılmazsa soktuğu zaman ölümcül olabilir. Kuzey Pasifik'te tropik sularda yaşar.

Köpekbalıklarının aç kaldıklarında sahillere gelip havvan ve yüzücülere saldırdıkları bilinmektedir. Bu hayvanlar çok uzun mesafelerden kan kokusu

alabilir ya da hareketleri sezebilirler. Bazılarının ise insan etine saplandığında çok fazla acı veren dikenleri vardır. Dişleri çok sivri olan türlerle de karşılaşılabilir.

**Wahoo (Acanthocybium)**

Wahoo oltaya yakalandığında sudan dışarı sıçradığından yakalanması zorlaşır. Jilet gibi keskin dişleri yüzünden karaya çekildiğinde de tehlikeli olabilir. Dünyanın hemen her yerinde ilik sularda bulunur.

**KAÇINILMASI GEREKEN DİĞER BALIKLAR**

Siğ, tropik sularda yaşayan Tetikbalığının (Balistidae) karnından bir tetik gibi çıkan tek bir dikenini vardır. Ayrıca eti de zehirlidir. Tropik Taşbalığı (Synanceia), Kurbağabalığı (Batrachoididae) ve Zebrabalığı (Scorpaenidae) zehirli iğneleri vardır. Avrupa açıkları ve Batı Afrika'da bulunan Çarpanbalığı (Trachinidae) kendisini kuma gömerek yatar ve iğnelerinin zehiri çok acı verir.

**Uskumru (Scomberomorus)**

Uskumru'nun yağlı, son derece besleyici ve lezzetli bir eti vardır. Bahar aylarında büyük sürüler halinde kıyılara yaklaşır ve buralarda ağla avlanabilirler. Ancak Uskumru hızlı yüzer, keskin dişleri vardır ve yakalandığında çok direnir. Dünyanın her yerinde bulunur.

**DİKKAT**

Zıpkınlı balık avlarken balığı vurur vurmaz sudan çıkın. Kan kokusu ve çırpınırken çıkardığı titreşimler suyun içinde çok uzaklara ulaşarak etçil balıkları çekebilir. Ayrıca suda çırpınmayın, etçil balıklar sizi zor durumda olan bir balık sanıp yemeye gelebilirler.

**Kılıçbalığı (Makaira, Tetrapturus)**

Kılıçbalığı ilik ve tropik sularda yaşar. Eti çok lezzetli olsa da çok hızlı yüzdüğü ve yakalandığında çok direndiği için avlanması zordur. Ayrıca burnunun ucunda sert ve keskin bir kılıca benzer bir çıkıntı vardır. Kılıçbalığı yakalamanın en kolay yolu yüzeye ya da orta derinliğe trol atmaktır.

**Barracuda (Sphyræna)**

Barracuda jilet keskinliğindeki dişleriyle zaman zaman yüzücülere saldırır. Küçükleri siğ sularında bulunur ve yenilir. Ancak onlar da ısırır. Ayrıca yakalandıklarında sıçramaya başladıklarından avlanmaları güçtür. Dünya çapında ilik ve tropik sularda bulunur.

**Köpekbalığı**

Dünyadaki yüzlerce köpekbalığı türünün çoğu oldukça saldırgandır ve yakalandıklarında mücadele ederler. Hatta bazılarının ölü numarası yaparak onları tekneye çeken balıkçıları hazırlıksız yakaladıkları bilinir. Leopar Köpekbalığı (Triakis) Pasifik sahili boyunca siğ içsularında yaşar. Köpekbalığı karaciğeri zehirli olduğundan yenmez.





# BALIKÇILIK MALZEMESİ

**B**alık tutmak bol bol deneme yanılma ve sabır gerektiren bir iştir. Eğer malzemeniz hazır ve yeterince sağlam değilse, tuttuğunuz balık kaçabilir. Balık avlamak için olta, tuzak, ağ ya da zıpkın kullanılabilir, hatta balığı ellerinizle yakalayabilirsiniz. Oltalar, yemler ve mantarlar doğal ya da insan yapısı birçok farklı malzemeden yapılabilir. Olta ipini otlardan

yapabileceğiniz gibi survival takımınızın içindeki misinayı da kullanabilirsiniz. Hatta bir sopadan kamış uydurabilirsiniz. Balık, yemi ısıracağı zaman yaptığınız malzemenin kırılmamasına dikkat edin. Bu arada yakaladıklarınızın kaçmasını engellemek için birkaç alternatifin de elinizin altında olmasını sağlamayı ihmal etmeyin.

## DİKEN OLTASI



**1** Üzerinde dikenli olan yaklaşık 2.5 santim uzunluğunda bir bögürtlen dalı parçası kesin.



Dalın etrafına çentik açın

**2** Dalın etrafına bağlayacağınız ipin kaymaması için oltanın üzerine çakınızı kullanarak çentik açın.



Misinayı çentiğin üzerinden bağlayın

**3** Misinanızı açtığınız çentiğin etrafına bağlayın ve defalarca dolayın.

**Bitmiş Olta**  
Bu oltayı yılanbalığı ya da kedibalığı gibi yemi bütün olarak yutan balıklar için kullanabilirsiniz. Ama yine de bu olta diğer balıkların ağız ya da solungaçlarına da takılabilir.

## ÇİM OLTASI VE TÜY YEM



**1** Yalancı yemin mümkün olduğunca gerçek bir ava benzemesi gerekir ki balık yemi ısrısın ve oltayı yutsun. Avlanacağınız sudaki balıkların neler yediğini gözlemleyin ve yalancı yeminizi ona göre yapın. Olta yapmak için bir çiyi bükerek ucuna misina bağlayabilirsiniz.



**2** Oltanın üzerine bir tüy bağlayarak yalancı yem yapabilirsiniz. Balıklar tüyü böceğe benzeterek yakalamaya çalışırlar. Yalancı yemi suyun yüzeyinde kaydırın ve balıklar kandırmak için devamlı suya dalıp çıkmasını sağlayın.



**Bitmiş Yem**  
Oltanın misinaya iyice bağlandığından emin olun ki balık ısırduğunda yalancı yeminizi ve oltanızı kaybetmeyin.

## KUŞÜZÜMÜNDEN MANTAR VE İĞNE OLTASI



**1** Mantar yapmak için doğal malzeme kullanabilirsiniz. Kuşüzümü kullanmak için sivri bir sopa ya da dikenle meyveyi delin.



İpi meyvenin içinden geçirin

**2** Misina ya da ipinizi meyvenin içinden geçirin. Mantar oltanızın en uygun derinlikte durmasını sağlar.



Küçük sopalar mantarın yerini sabit tutar

**3** Mantarın alt ve üstüne küçük sopalar bağlayıp kaymamasını sağlayın.



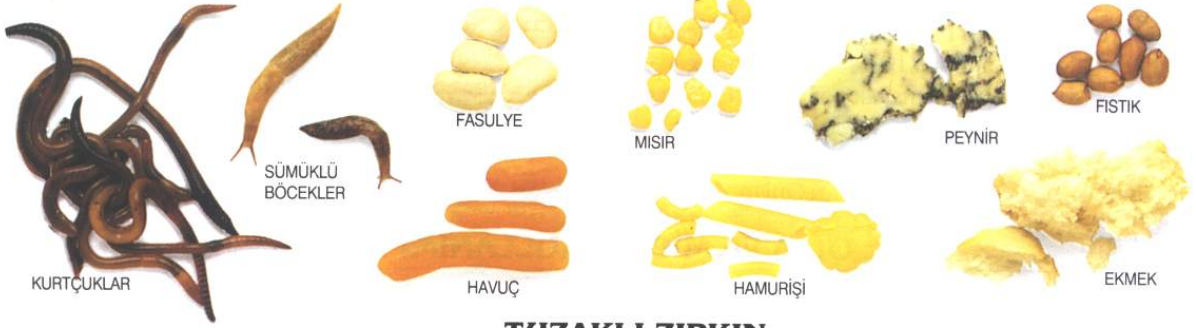
**4** Oltanızı (bu resimde bir çengelli iğne) mantarın altında istenilen mesafeye takın.

## YEMLER

Yemler suyun yüzeyine yayılabilir, oltaya takılabilir ya da tuzakların içine koyulabilir. Böcekler, kurtçuklar, meyveler, ekmek,

çiğ et ve balık parçaları yem olarak işe yarar. Canlı yemin hareketleri balıklara yaralı ve kolay bir avı çağrıştırdığından bol

balık çeker. Başarılı yemlemenin püf noktası balıklara normal menülerinden örnekler ikram etmektir.



## TUZAKLI ZİPKİN



## DİKENLİ ZİPKİN



## BALIK TUTARKEN DİKKATLİ OLUN

Yaptığınız balıkçılık malzemelerini çok dikkatli kullanın. Kolaylıkla kırılabilir, avınızı ya da denizenizi kaybetmenize sebep olabilir. Eğer suya düşerseniz boğulma tehlikesinin yanı sıra zatürre olabilir veya sudan kaynaklanan enfeksiyonlardan birini kapabilirsiniz. Destek alabileceğiniz ve basacağınız yeri yoklayabileceğiniz bir sopa olmadan çamurlu sulara girmeyin. Bazı etçil hayvanların da civarda avlanıyor olabileceğini asla unutmayın.

### Balıkçığı Avlayanlar

Hayvanların su içtiği yerlerdeki izleri kontrol edin ve kendinizi etçil bir hayvana yem olarak ikram etmediğinizden emin olun.





# BALIKÇILIK TEKNİKLERİ

Balıkçılığı spor olarak yapan modern zaman balıkçısı için bu teknikler çok ilkel gibi görünecektir. Ancak hem o modern sporcunun hem sizin bu teknikleri kullanırken başarınızın anahtarı, kullanılan malzeme değil avlanacak balık hakkında bilgili olmaktır. Balıkların günün farklı zamanlarında nerelere gittiğini gözleyin. Nerede ve ne zaman beslendiklerini, ne yediklerini öğrenin. Onları

yakalayabilmek için stratejiler geliştirin. Yaptığınız malzemeleri kırmamaya ya da kaybetmemeye özen gösterin ve her zaman önce kendi güvenliğinizi düşünün. Burada anlatılan teknikler tatlısu nehirleri ve derelerde ya da gelgitle oluşan küçük körfezlerde kullanılabilir. Bu tekniklerin bazıları dünyanın çeşitli yerlerinde kanuna aykırı olduğundan sadece ölüm kalım durumunda kullanılmalıdır.

## OLTA VE MİSİNA KULLANIMI



Yemi ısırın balık, tetiği çentikten kurtarın ve kamaş geriye doğru çekilir

### Akıntı Oltası

Suyun içinde ne kadar çok olta varsa bir şeyler tutma şansınız o kadar artar. Ama bu yöntemi uygularken avladığınız balığı diğerlerinin kemirme tehlikesi vardır. Akıntı oltasını sadece survival durumunda, tatlısu ya da küçük körfezlerde kullanın.



### Kendinden Gerilmeli Olta

Kendinden gerilmeli olta bir anlamda otomatik bir olta olarak değerlendirilebilir. Balık, yemi yuttuğunda olta çentikten kurtulur ve kamaş geriye doğru çekilir. Böylece olta balığın ağızına saplanır.

## BUZ ÜSTÜNDE NASIL BALIK AVLANIR?

Bir buz testeresi ya da bıçak yardımıyla kıyıya yakın bir yerde delik açıp buzun en az beş santim kalınlıkta olduğundan ve ağırlığınızı taşıyabileceğinden emin olun. Yaklaşık otuz santim eninde bir balık deliği açın. Deliği buzı kırarak açarsanız buzı zayıflatabilir ve ağırlığınızı taşıyamamasına neden olabilir ve dolayısıyla buzlu suya düşebilirsiniz. Ucuna yem taktığınız oltayı, deliğin üzerine koyacağınız bayraklı sopaya bağlayın.



### Yemli Olta

Oltanızı bayraklı sopaya bağlarsanız sürekli eli-nizde tutup kontrol et-mek zorunda kalmaz-sınız.



### Balık Yakalandı

Eğer bayrak dikleşirse bir balık yakalandınız demektir.

## BALIĞI GIDIKLAMAK



**1** Bu ilkel metod birçok ülkede kanuna aykırıdır. Özellikle suyun üzeri örtülüyse işe yarar. Ellerinizi avuç içi yukarı bakacak şekilde suya sokun ve kıyı boyunca balığı arayın.



**2** Dinlenen balığın altına yavaşça ellerinizi sokun. Başparmaklarınız yukarı baksın. Balığı aniden sokun ve kıyı boyunca balığı yakalayıp kıyıya atın.

## ZIPKINLA BALIK AVLAMAK



### Tuzaklı Zipkin

Bu çeşit zipkinlar balığı kavrır ve kaçmasını engeller.

### Zipkin Nasıl Kullanılır?

Zipkinla balık avlamak zaman alır ve sabır gerektirir. Zipkinınızı nehirin dibine ya da kayalara vurarak kırmamaya dikkat edin. Zipkinın ucunu suyun içinde tutarsanız vururken ses çıkarmış olursunuz. Avınızı gördüğünüzde süratli olmalısınız.

## BALIK KIYIYA NASIL ALINIR?



Oltanın yerleşmesi için yukarı doğru çekin

**1** Balık yemi yuttuğunda misinayı hızla çekin. Özellikle balığı kıyıya çekerken malzemenizi kırmamaya özen gösterin.



**2** Balığı çekerken acele etmeyin. Balığın ağırlığını almak için kepçeyi mümkün olduğunca erken kullanın. Gerekirse siz de suya girin. Ancak akıntının sizi sürüklememesine dikkat edin. Güvenliğiniz her şeyden önemlidir.

## KANCA NASIL KULLANILIR?



### Kanca Kullanımı

Kepece kullanmanın acil durumlarda kullanılacak bir alternatif olarak balığı bir kancayla da çekebilirsiniz. Balığı havaya çok fazla kaldırmayın.



Bükülmüş bir çataldan yapılan kancayla balığı çekin

## BALIK NEREDE ARANIR?

### Gizli Ödül

Balıklar türlerine, çevreye ya da saate bağlı olarak kendilerini güvende hissederek beslenebilecekleri yerlerde bulunabilir. Sakin sular (nehir yükseldiğinde), dibi oyuk kıyılar, büyük kütükler ve kayalar sığınak sağlarken sıcak ve parlak güneşli günlerde balıklar gölgeli sular ya da derin göletlere kaçarlar. Soğuk havalarda balıkları sığ yerlerde, güneşin suyu ısıttığı bölgelerde arayın.

Suyun hızlı aktığı ya da sel sularında rapidlerden sonra gelen yerleri, nehrin nisbeten yavaş aktığı kıyıya yakın kesimleri kontrol edin.

Yıkılmış ağaç serin bir sığınak sağlar

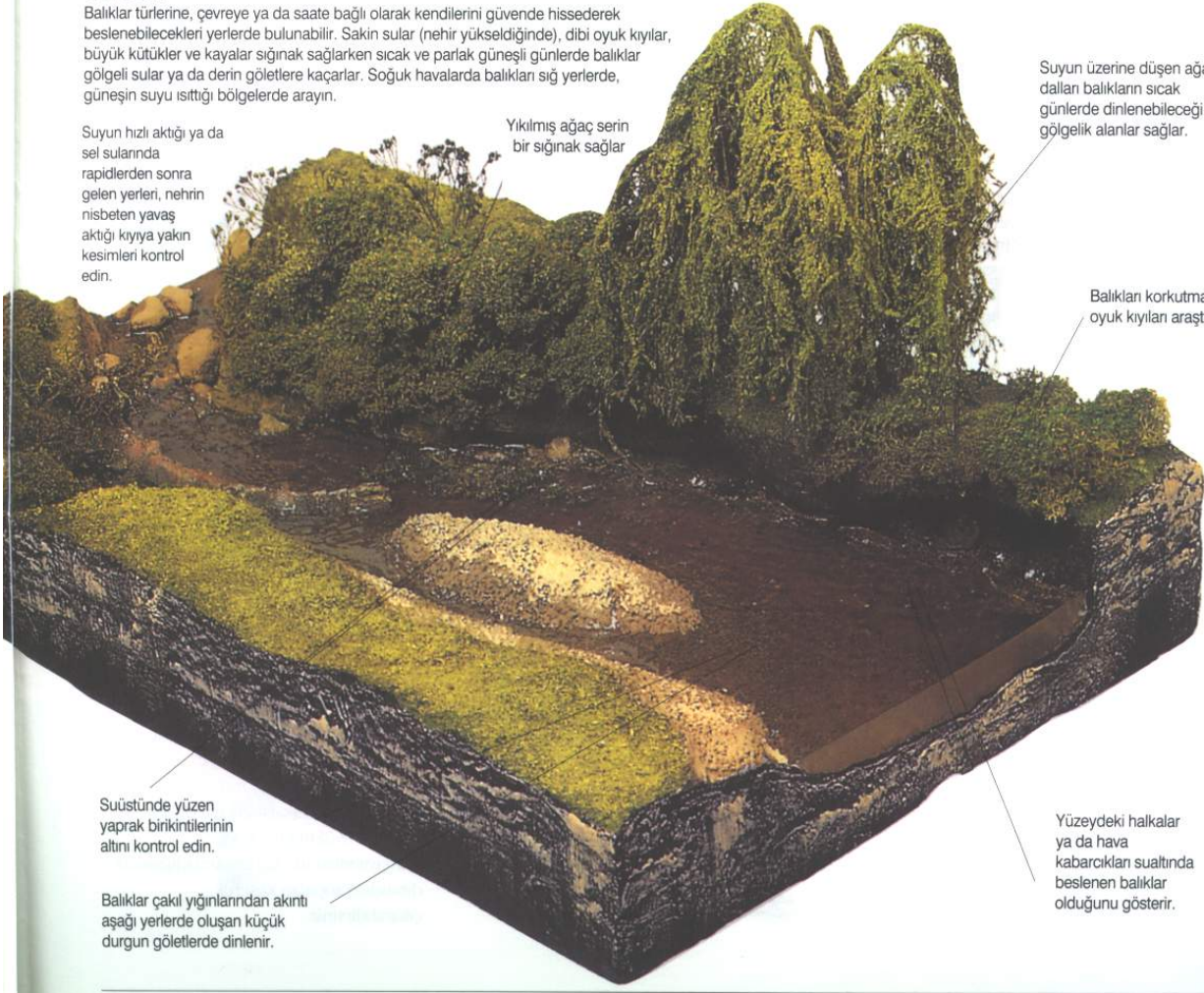
Suyun üzerine düşen ağaç dalları balıkların sıcak günlerde dinlenebileceği gölgelik alanlar sağlar.

Balıkları korkutmadan dibi oyuk kıyılar araştırın

Su üstünde yüzen yaprak birikintilerinin altını kontrol edin.

Balıklar çakıl yığınlarından akıntı aşağı yerlerde oluşan küçük durgun göletlerde dinlenir.

Yüzeydeki halkalar ya da hava kabarcıkları sualtında beslenen balıklar olduğunu gösterir.





# BALIK AĞLARI VE TUZAKLARI

Bir survival durumunda balık ağı ve tuzaklar birkaç saat ya da bütün gece bırakılabildiği ve başka şeylerle ilgilenebilmenizi mümkün kıldığı için oltalardan çok daha kullanışlıdır. Ağ yapmak için ip, halat ya da doğal bağlar kullanabilirsiniz. Ayrıca kullanılmaz hale gelmiş

elbiselerden de ağ yapabilirsiniz. Tuzak yapmak için ise ip ve sopa kullanabilir, çalı ya da otları örebilirsiniz. Veya insan yapımı malzemeler, örneğin bir şişe işinize yarayabilir. Kendi yaptığınız malzemeler çok etkili olabilir ama sadece survival durumunda kullanılmalıdır.

## KARAYA ÇEKME AĞI NASIL YAPILIR?

### ATLET KULLANABİLİRSİNİZ

**1** İnce bir dalın çatallı atletin bastırıldığı yerin içine sokun.



**2** Çatalın iki ucu birleştiğinde baskı yerine delik açın ve uçları buradan çıkarın, birbirine bağlayın ve tekrar içeri itin.



**3** Atletin dibini bağlayın. Bağladığınız yerden sarkan kumaşı kesebilir ya da ağın içine alabilirsiniz. Böylece artan parça siz ağı kullanırken suya girmez.

### İP KULLANABİLİRSİNİZ

**1** Çatalı bir dalın iki ucunu halka olacak şekilde birbirine bağlayın.

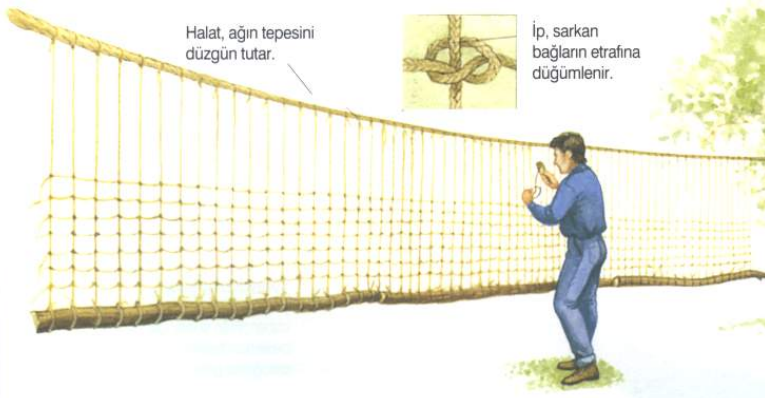


**2** İp parçalarının bir ucunu halkanın bir kenarına, diğer ucunu karşı tarafına, ipler gevşekçe aşağı sarkacak şekilde bağlayın.



**3** Sarkan iplerin arasına başka ip parçaları örün. Böylece ağa benzer bir yapı elde edeceksiniz.

## BALIK AĞI NASIL YAPILIR?



Halat, ağın tepesini düzgün tutar.



İp, sarkan bağların etrafına düğümlenir.

Balık ağı herhangi bir büyüklükte olabilir. Bir ipi iki ağacın arasına gerin ve üzerine eşit uzaklıklarla birçok ip bağlayın. İplerin alt uçlarını sopalara bağlayarak gergin durmalarını sağlayabilirsiniz. Sarkan iplerin içinden ve dışından, her bir ipe bir düğüm atmak üzere başka ip parçaları örün ve ağı sağlamlaştırın. Deliklerin büyüklüğünü yakalamak istediğiniz balığın büyüklüğüne göre ayarlayabilirsiniz. Ağı tamamladığınızda dibindeki sopalara keserek çıkarabilirsiniz.

## SEPET TUZAK NASIL YAPILIR?

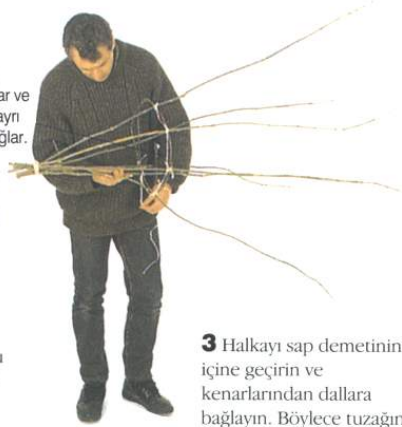


**1** Bu tuzak bir nehirde ya da gelgitle dolan bir körfezde kullanılabilir. Bir demet sopayı kalın uçlarından birbirine bağlayın.



**2** Bir dalın iki ucunu birbirine bağlayarak halka yapın.

Halka tuzağın dikmelerini tutar ve birbirlerinden ayrı durmalarını sağlar.



**3** Halkayı sap demetinin içine geçirin ve kenarlarından dallara bağlayın. Böylece tuzağın dikey çıkmalarını oluşturmuş olursunuz.



**4** İkinci bir halka yapıp tuzağın diğer ucuna bağlayın. Tuzağı ihtiyacınıza göre istediğiniz kadar uzun ve geniş tutabilirsiniz.



**5** Bir büyük bir küçük halka yapıp ikinci bir demet dalın üzerine bağlayın ve tuzağın huni şeklindeki ağzını oluşturun.

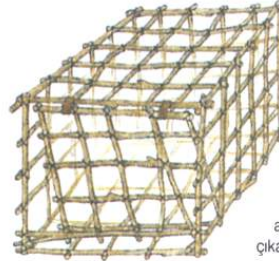
**6** Yaptığınız huniyi tuzağın açık ağzına yerleştirin ve bağlayın. Dikmelerin üzerini iplerle örerek tuzağın yanlarını oluşturun.



İpleri, dikmelere bağlayarak ağı oluşturun.

**7** Tuzağın yanlarını ördüğünüzde balıklar içeri girebilecek ama dışarı çıkamayacaktır.

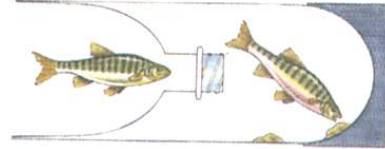
### DİĞER TUZAKLAR



#### Yengeç Kafesi

Bu tuzağın yapımı oldukça basittir. Çubukları birbirine bağlayarak bir kafes yapın. Kafesin boyutlarını, yakalamak istediğiniz yaratığın büyüklüğüne göre ayarlayabilirsiniz.

Tuzağın kapısı sadece içeri doğru açılmalıdır. Bu sayede av bir kere içeri girdi mi bir daha çıkamaz. Tuzağın içine yem koyun ve suyun dibinde sabit kalmasını sağlamak için, içine taş yerleştirin. Tuzağı deniz dibine yerleştirerek yengeç ve istakoz, nehirlere koyarak karavida yakalayabilirsiniz.



#### Şişe Tuzağı

Bir pet şişenin üst kısmını kesip ters olarak tekrar yerleştirin. Şişenin dibindeki yeme ulaşmak için içeri giren balıklar dışarı çıkamayacaktır. Tuzağı bir dereye yerleştirin ve düzenli olarak kontrol edin.



# BALIK AĞLARI VE TUZAKLARI NASIL KULLANILIR?

**G**ece nehre akıntı oltası attığımızda eğer şafakla beraber kontrol etmezseniz daha büyük balıklar avınızı yer ya da balıklar oltalarla beraber kaçabilir. Oltaların aksine, tuzakları birkaç gün boyunca oldukları yerde bırakabilirsiniz. Ancak ağları suya kısa süreler için atmalısınız. Yoksa büyük küçük bütün balıklar ağa takılıp

zarar görebilir. Eğer ağınızı suyun içinde bırakırsanız, kısa süre içinde nehrin belli bir bölümündeki yensin yenmesin bütün balıklar ağa takılıp yaralanabilir. Bu sebeple dünyanın birçok yerinde balık ağı kullanılması yasaktır. Ağları sadece survival durumlarında kullanmalısınız.

## BALIK AĞI NASIL KULLANILIR?



**1** Uzun sürecek bir survival durumunda, yaklaşan kışı geçirmek için yeterli balık stoğu yapmanız gerektiğinde, bir derenin genişleyip hızının azaldığı yerde dikine küçük bir baraj yapabilirsiniz.

Duvar akıntıya açılacak şekilde yapın



**2** Derenin tabanına yaklaşık bir metre aralıkla üç destek sütunu çakın. Sütunları akıntıya açılacak şekilde çakarsanız, suyun kütüklerden yapacağınız duvarı alıp götürmesini engelleyebilirsiniz. Sütunların akıntı yukarı tarafına kütükler yığın ve diğer tarafa üç sütun daha çakın. Çok sayıda kütük ekleyerek duvarı güçlendirin.



Balıklar açık kanaldan geçmeye çalışacak ve ağa yakalanacaktır.

**3** Duvarın yanında kalan kanalın iki yanına iki kütük daha çakın ve ağınızı bu iki kütüğe bağlayın. Balıklar yaptığınız duvar sayesinde ağa doğru gelecek ve

yakalanacaktır. Balık tutmadığınız zamanlar ağı kaldırın ve yatay kütükleri karaya çekerek duvarınızın suyun baskısı yüzünden yıkılmasını engelleyin.

## BÜZME AĞ İLE AVLANMA

İsminden de anlaşılacağı gibi bu avlanma şekli bir kesenin ağzını büzer gibi yapılır. Bir kişi ağın bir ucundaki ipi omzuna vurarak suya girerken diğeri kıyıda kalır. Birinci avcı ağ tamamen gerilene kadar yürür ve sonra bir kavis çizerek kıyıya geri döner. Böylece ağı büzülecek bir keseye benzetir. Kıyıya ulaştığında ağın içinde kalan balıklar hapsolmüş olur. Ağ kıyıya çekilir ve balıklar toplanır.

### Kıyıda Avlanmak

Şiğ sularında balık sürüleri bu yöntemle avlanabilir.



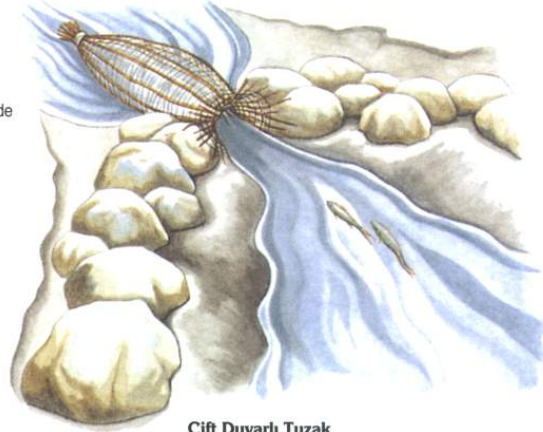
## KAYA DUVARI TUZAKLARI



Sular çekildiğinde balıklar tuzağa düşer

### Tek Duvarlı Tuzak

Gelgitte dolan körfezlerde iri kaya parçalarından iki ucu kıyıya gelecek kavisli bir duvar yapabilirsiniz. Sular çekildiğinde balık yaptığınız duvarın içine hapsolabilir. Deniz kıyısında denize dik inen bir kıyı ya da kayalık bir sahil yoksa, aynı prensibi uygulayarak iri kayalardan bir daire yapabilirsiniz. Kayaların arasında kalacak açıklıklar daha küçük taş parçalarıyla doldurulabilir.



### Çift Duvarlı Tuzak

Kayalardan iki duvar yaparak akıntı aşağıya bir huni şekli oluşturun. Akıntı aşağıya yüzerek gelen balıklar huninin ağzından geçmek zorunda kalacak ve oraya yerleştiğiniz tuzağa gireceklerdir.

## DALDIRMA AĞI NASIL KULLANILIR?



**1** Balıklar çamurlu suyu sevmezler çünkü çamurlu suyun içinde oksijen oranı düşüktür ve nefes almaları zorlaşır. Göletin dibini ayaklarınızla karıştırarak bulanmasını sağlayın. Balıklar daha rahat nefes almak için yüzeye çıkacaktır.

Balıkları yakalamak için ağı hazır tutun

Dipteki çamuru ayaklarınızla kaldırın



**2** Ağı suya yavaşça ve dikkatlice sokun, ancak balık ağa girdiğinde süratli bir hareketle çekin. Ağı sudan çıkardığınızda ağzını büzerek balığın dışarı atılmasına izin vermeyin.

Yüze çıkan balıklar ağla yakalanabilir

## YEMLİ AĞ NASIL KULLANILIR?

Bazı balıklar yemli ağ kullanılarak yakalanabilir. Atlet ya da çorabınızla yapacağınız ağın sapı olarak da çatallı bir dal kullanın. Ağın içine yem olarak hayvan pisliği ya da balık organları koyun ve suya daldırın.



### Yılanbalıklarını Yemlemek

Yem olarak hayvan pisliği ya da balık içorganları kullanarak yılanbalığı yakalamak mümkündür.

## BALIK TUTARKEN DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

- Su ister hızlı ister yavaş akıyor olsun, ister sığ ister derin olsun her zaman tehlikelidir. Islak kayaların üzerine düşmek bile ölümcül olabilir.
- Balık tutmak için kullanacağınız yöntemle ilgili her türlü ayrıntıyı hesaplayın. Kazalar olmadan ihtimalleri düşünün ve gerekli önlemleri alın.
- Balıklar suya geri kaçmaya çalışacaktır. Balığı yakaladığınız zaman güvenli bir şekilde kıyıya nasıl çekeceğinizi düşünün.
- Sualtında bekleyen tehlikeler ayaklarınıza dolanabilecek yosunlardan timsah gibi tehlikeli yaratıklara, derin çukurlardan güçlü akıntılara kadar değişir. Dibi görebiliyor olsanız bile nehir ve derelere mümkün olduğu sürece girmeyin.
- Asla suya atlamayın ve dalmayın. Yıkanmadan önce dikkatli bir keşif yapmanın hayati önemi vardır.
- Kendi yaptığınız malzemeleri kullanırken çok dikkatli olun. Zıpkınınız kırılarak suya düşmenize sebep olabilir.



fotograf: LEVENT YILDIRIM

Bir Dorling Kindersley kitabidir. Orijinal adı: The Commando Survival Manual  
Copyright (c) 1994 Dorling Kindersley Limited, London  
Text copyright (c) 1994 Hugh McManners



7

**SURVIVAL EKI**

OUTDOOR dergisinin  
okurlarına armağandır

**HUGH McMANNERS**

Tayına hazırlayanlar: TOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA



## BALIK NASIL HAZIRLANIR?

Balığı kıyıya çeker çekmez bir sopa ya da taşla kafasına sert bir darbe indirerek öldürün. Balığı öldürdükten sonra yemek üzere kızartmak ya da saklamak için kurutmadan önce ilk iş olarak iç organlarını çıkartmalısınız. Sıcak iklimlerde nemli derisi bakteri ve sinekler için ideal üreme alanı olduğundan güneş altında bırakılan balık süratle bozulur. Ama pullarını kazıyıp, derisini soyduktan ve

filetosunu çıkardıktan sonra kolay kolay bozulmaz. Soğuk iklimlerde ise filetoyu çıkarmadan önce on iki saate kadar bekleyebilirsiniz. Bu şekilde sinirler öleceğinden balığı kesmek kolaylaşacaktır. Balığın kafası, kılıcı ve derisini kaynatarak çorba yapmak da mümkündür. Çorbayı da çok fazla bekletmemeli ve hemen yemeyecekseniz mümkün olduğu kadar serin ortamda tutmalısınız.

### FİLETO NASIL ÇIKARILIR?

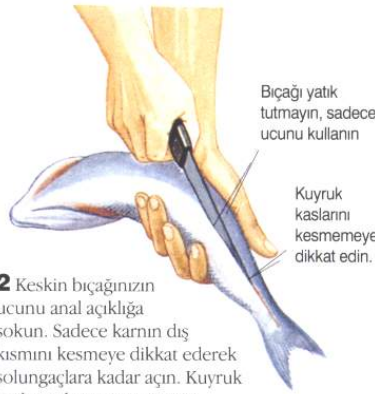
Fileto çıkarırken balığın bozulması muhtemel parçaları atılarak mümkün olduğunca çok etin saklanması sağlanır. Üstelik balığın çevresinden aldığı ve iç organlarında biriken zehirli

maddelerden de korunmuş olursunuz. Örneğin deniz suyunda az miktarda bulunan kurşun gibi zararlı maddeler balık karaciğerinde birikerek özellikle çok miktarda

yendiğinde insan sağlığını tehdit edecek boyutlara ulaşabilir. Bu gibi zararlı maddelerin balık kasları içinde yoğunlaşması çok kolay değildir.



**1** Çoğu balığı pişirmeden önce derisini yüzme gerekmez. Ancak pullarını kazımak gerekli olabilir. Pulları kuyruktan başa doğru bıçakla kazıyabilirsiniz. Yalnız hareketi elinizden uzağa doğru yapın.



**2** Keskin bıçağınızın ucunu anal açıklığa sokun. Sadece karnın dış kısmını kesmeye dikkat ederek solungaçlara kadar açın. Kuyruk kaslarını kesmemeye ve iç organlara zarar vermeye dikkat edin.



**3** İç organları dikkatle çıkarın. Balığın içini açarak herşeyi çıkardığınızdan emin olun. Balığın havayını da yemek üzere saklayabilirsiniz. Daha sonra balığın içini ve dışını iyice yıkayın.



**4** Kafayı, kuyruğu ve yüzgeçleri bıçağın ucuyla keserek çıkarın. Kılıçları balığı pişirdikten sonra çıkarmak da mümkündür.



**5** Omurgayı bıçağın ucuyla etten ayırın. Daha sonra yavaş ama sertçe çekerek tek parça halinde çıkarın. Eğer kılıçlar tek parça halinde çıkmazsa bıçağınızı kullanarak temizlemek zorunda kalabilirsiniz.

### DERİ NASIL YÜZÜLÜR?

Tüm balık türlerinin, özellikle küçük balıkların derisini yüzmeye gerek yoktur. Ancak bazı balıkların derisi zehirli ve sümüksü bir maddeyle kaplıdır. Köpekbalığı ve kedibalığı türlerinin ise derileri çok serttir. Bu yüzden yemeden önce deriyi yüzüp atmak en iyisidir.



#### Deriyi Filetodan Ayrın

Deriyi etten ayırın. Ayırdığınız deriyi bir elinizle sıkıca tutarak testere kullanır gibi etle derinin arasını kesin.

## BALIK KIYIYA NASIL ALINIR?

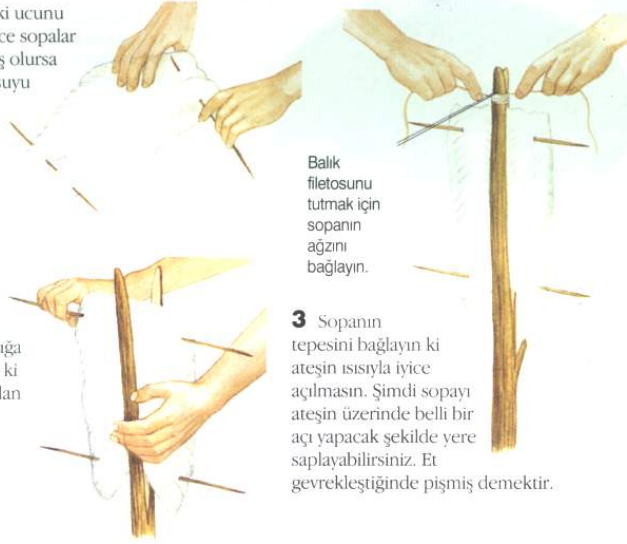
### BALIK ŞİŞE NASIL YAPILIR?

Balığı tuttuktan sonra hemen yemek en iyisidir. Aynızı pişirmenin en çabuk ve basit yollarından biri ile en

lezzetli balık yemeklerinden birini hazırlayabilirsiniz. Balık pişirmek çok zahmetli değildir. Közün üzerine yatırarak ya da şişe takarak pişirilebilir.

Tuttuğunuz tek bir balığı tavada kızartabilir, buğulamasını yapabilir ya da çamurda fırınlatabilirsiniz.

**1** Filetoyu açın ve iki ucunu desteklemek için ince sopalar takın. Bu sopalar yaş olursa geç kömürleşir. Özsuyu fazla olan sopalar kullanırsanız ateşin üzerinde patlayabilir.



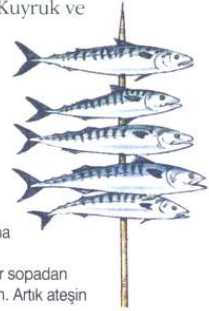
Balık filetosunu tutmak için sopanın ağzını bağlayın.

**2** Bir sopayı boylamasına ayırıp filetoyu açtığınız yanığa sokun ve iyice gerin ki sopanın arasında kalan kısım da pişsin.

**3** Sopanın tepesini bağlayın ki ateşin ısıyla iyice açılmasın. Şimdi sopayı ateşin üzerinde belli bir açı yapacak şekilde yere saplayabilirsiniz. Et gevrekleştiğinde pişmiş demektir.

### KÜÇÜK BALIKLAR NASIL PIŞİRİLİR?

Eğer tuttuğunuz balıklar 15 santimden küçükse filetosunu çıkarmadan kızartabilir, ızgara yapabilir ya da fırınlatabilirsiniz. İç organlarını temizledikten sonra yaş bir sopaya takın ve bir ateşin közleri üzerinde ızgara yapın. Tavada da kızartabilirsiniz. Kuyruk ve kafalarını kesmezseniz etin dağılmasını engellersiniz.



#### Balık Şiş

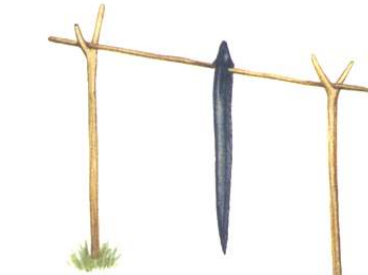
Küçük balıkların iç organlarını çıkarın ama kafayla kuyruğu kesmeyin. Balıkları bir sopadan yapacağınız şişeye takın. Artık ateşin üzerine tutabilirsiniz.

## YILANBALIĞI NASIL YÜZÜLÜR?

Yılanbalığı çok lezzetlidir ama yenmeden önce iç organları çıkarılmalı, derisi yüzülmeli ve filetosu çıkarılmalıdır. Uzun ve kaygan

olmaları yüzünden derisini öldürür öldürmez yüzmezseniz daha sonra çok zorlanırsınız. Yılanbalığını karşı sayfadaki yöntemle

temizledikten sonra derisini aşağıdaki gibi yüzebilirsiniz. Bu şekilde bütün balık türlerinin derisini yüzme mümkündür.



**1** Sağlam bir sopayı balığın solungaçlarından kafatasının hemen altından geçirin. Sopayı yere dikeceğiniz iki çatal dikmenin üzerine asın.

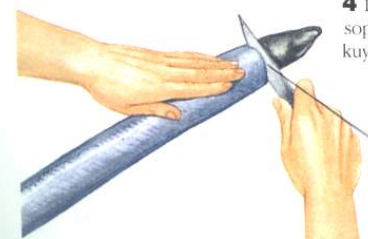


**2** Yılanbalığını bir bezle tutun ve kafasının etrafındaki deriyi kesin (Balık ölü olsa da hareket edebilir).



**3** Derinin kenarını etten ayırın. Daha sonra sert ve devamlı bir hareketle deriyi kuyruğa doğru yüzün. İki elinizi de kullanırsanız deriyi daha sıkı tutabilirsiniz.

İki elinizi de kullanarak deriyi yüzün



**4** Deriyi atın ve yılanbalığını sopadan çıkarın. Kafasını ve kuyruğunun ucunu kesin.

Yılanbalığının kafasını kesin



Bıçağı kaburgalara değdirmemeye dikkat edin

**5** Bir elinizde bez, balığın üzerine basturarak diğer elinizle aldığınız bıçakla belkemiği boyunca zemine paralel olarak kesin. Bıçağı belkemiğine çok yaklaştırmayın.



# MUTFAK MALZEMESİ

Kamplarda kullanılan temel mutfak malzemesi bir kase, küzerinde yemek pişirilecek bir ocak ya da ateş ve tahta bir kaşıktır. Yemek pişirirken kase, ocak ya da ateş rüzgârdan korunmalı ve kasenin üzerine güvenli bir kapak kapatılmalıdır. Böylece yakıt sarfiyatı azalır. Yemek pişirirken temizlik ve düzen çok önemlidir. Önce ellerinizi yıkamalı ve sadece ihtiyacınız olan malzemeyi sırt çantanızdan çıkarmalısınız. Kamp yemeklerinin çoğu bir tencere içinde

bol suyla karıştırılarak pişirilen yemeklerdir. Tecrübeli kampçılar meyve, tatlı ve ana yemeği karıştırarak hazırlar. Bu şekilde hem yakıt tasarrufu yapmış hem de çok bulaşık çıkarmamış olurlar.



**Açık Havada Yemek Pişirmek**

Ocağınızı rüzgârdan koruyun ve devrilmesini engelleyin. Sıcak bir tencereyi asla çıplak elle tutmayın.

## TENCERE VE TAVALAR

Özellikle yemeği açık ateşte pişiriyorsanız direkt olarak tencereden yemek ellerinizi, dudaklarınızı, ağzınızın içini ya da dilinizi yakmanıza sebep olabilir. Plastik tabak ve kupa kullanarak bu tehlikeyi önleyebilirsiniz. Eğer çok büyük bir grup halinde ya da bir araçla seyahat etmiyorsanız çok çeşitli çanak çömlek taşımak gereksizdir. En çok işinize yarayacak tencere tipini seçin ve yol boyunca zarar görmemesine dikkat edin.



**Kupa**

Sert plastikten bir kupanın değeri ölçülemez. Tabii kupanın sapı da sağlam olmalı.



**Tabak**

Tabak, pişirdiğiniz yemeğin bir kısmını koyup geri kalanının sıcak kalmasını sağlamanıza yarar.



**Kase**

Mısır gevreği, lapa ya da çorba gibi yemekler için kullanılır.

### ÇATAL - BIÇAK

Kampa götürdüğünüz çatal bıçağı sadece siz kullanın ve son derece temiz olmalarına özen gösterin. Kirli çatal - bıçak kullanımı ağzınızın içinde yaralar oluşmasına ve diğer enfeksiyonlara sebep olabilir. Onları temizlemek için mümkün olduğunda kaynar suya yatırın. Eğer bıçak, çatal ya da kaşığınızı kırar veya kaybederseniz odundan yenilerini oyabilirsiniz. Sopa, ağaç kabuğu, mantar ve kemiklerden kendinize mutfak malzemesi yapabilirsiniz.



ÇATAL

BIÇAK

ÇAY KAŞIĞI



ÇATAL - BIÇAK KABI



**Teflon Tava**

Kamp yemekleri yaparken teflon tava kullanmak işinizi çok kolaylaştıracaktır. Ancak teflonun çizilmemesine dikkat etmelisiniz. Yapışmaz yüzey bozulunca yemekler çok kötü yapışmaya başlar.



**Derin Teflon Tava**

Derin tavalara iki kişiden fazlası için yemek pişirmekte kullanılır.



**Çaydanlık**

Hafif bir çaydanlık diğer kaplarınızı sadece yemek pişirmeye ayırıp aynı anda su ısıtmanızı sağlayabilir.



**Tencere Seti**

Kaliteli bir tencere seti hafif olmalı ve içinde çaydanlık dahil birkaç farklı çeşit bulundurulmalıdır.



**Kızartma Tavası**

Özel yapılmış ve çok hafif kamp tavaları bulmak mümkündür. Ancak yemek yaparken tavayı tutuşturmamaya dikkat edin.



**Alüminyum Tencere**

Alüminyum tencereler çok çabuk ısınır. Ancak dikkatli olmazsanız yemeği yakabilirsiniz.

## KILDEN TENCERE YAPALIM



**1** Kilden bir daire yapın ve yapacağınız kenardan daha kalın olmasına dikkat edin. Böylece tencere daha sağlam ve dengeli olacaktır.

**2** Çubuklarla daireler oluşturarak tencerenin kenarlarını yapın.

**3** İstenen yüksekliğe ulaştığınızda en üstteki çubuğu başparmağınızla düzleştirin.

**4** Suyu kenarları düzeltin. Tencere kurduğunda iyice sertleşmesi için ateşin içine yerleştirin.

## TAHTA KAŞIK NASIL YAPILIR?



**1** İnce lifli bir tahta parçası kesip damarların uzandığı yöne doğru oymaya başlayın. Reçineli tahtaları kullanmayın, kolay kırılır.

Tahtanın bir ucuna kaşık şekli verin

**2** Bıçağın kayma ihtimalini gözünüzden alarak yontma hareketini kendinizden uzağa doğru yapın. Kaşık, ağızınıza sığabilecek büyüklükte olmalıdır. Sapının ise çok dar olmasına gerek yok.



Kaşık, ağızınıza sığacak boyutlarda olmalı

Kıymıkları temizlemek için bıçağınızı kullanın.



**3** Kaşığın içini oymak en zor ve uzun iştir. Tahtayı çok inceltmemeye dikkat edin. Kırılabilir. Kıymıkları temizlemeyi de unutmayın.

## TAHTA KASE NASIL YAPILIR?



**1** Bir tahta parçası ya da yumrudan kase yapabilirsiniz. Tahta yumruları çok sert olabileceği için oyma işlemi uzun sürebilir. Ateşinizden alacağınız korları kullanarak oyma işlemini kolaylaştırabilirsiniz.

Kasenin derinleşmesini sağlamak için yakma ve oyma işlemini sürdürün.

**2** Yanan tahtanın karbonunu oyma ve tekrar kor koyun. Hafif üfleterek gerekli yerlerin yanmasını sağlayabilirsiniz.



**3** Kasenin tamamlanmasına yakın, dibini çok inceltmemeye dikkat edin. Böylece bıçak ya da korun etkisiyle kaseyi delmemiş olursunuz.

## TENCERE VE TAVALAR



### Konserve Kutusundan Tencere

Boş bir konserve kutusuna tel ya da ip bağlayarak tencere yapabilirsiniz. Tencereyi ateşten yeterince yükseğe asmaya dikkat edin. Böylece ipten apacağınız sapın yanmasını engellemiş olursunuz.



### Balık Konservesinden Tava

Bir ip ya da doğal bağla yaş ve çatallı bir dala tutturacağınız balık konservesi kutusuyla bir tava yapabilirsiniz. Tavayı sadece hafif ateşte kullanırsanız yaş tahtanın alev almasını engellemiş olursunuz.



# OCAK VE FIRINLAR

Yemek pişirmek için kullanılan en basit yöntem açık ateş ya da belli bir süre için normal ateşle yanan katı yakıt çubuklarıdır. Eğer ateş yakmanız güvenli ve kolay değilse kolayca yanan, alevi ve yakıt sarfiyatı kontrol edilebilen bir ocağa ihtiyacınız olacak. Daha karmaşık yemekler için ise fırın ya da buhar kuyusu yapabilirsiniz. Ocak, tutuşturma tableti, kibrit,

tencere ve kapağını sırt çantanızın kolayca ulaşabileceğiniz bir gözünde taşıyın. Böylece durduğunuzda hemen yemeği hazırlamaya başlayabilirsiniz.



### Ocak Nasıl Doldurulur?

Yemek pişirme ihtiyacınıza ve bulabileceğiniz yakıtta uygun bir ocak seçin. Yakıt doldururken ocağınızın tamamen söndüğünden emin olun.

## KAMP OCAKLARI



Küçük tencere destekleri

### Mini Ocak

Bu son derece hafif ocak, butan/propan yakıt karşımı yakar. Çok büyük tencereler için uygun değildir.



Katlanabilen destekler

### Genel Amaçlı Ocak

Hızlı yanan bu ocak çok maksatlı kullanılabilir. Geniş kaplar için katlanabilen destek kolları vardır.



### Kurşunsuz Yakıtlı Ocak

Beyaz gaz ve kurşunsuz benzin yakan bu ocağın ağızının temizlenebilmesi için bir düzeneği vardır.



### Çok Yakıtlı Ocak

Dünya çapında sık rastlanan ocaklardan olan bu model gazyağı, parafin hatta uçak yakıtıyla bile çalışır.

## DIKKAT

Tüm ocaklar çok dikkatli kullanılmalıdır. Patlama riski her zaman gözönüne alınmalıdır. Ocaklar ortamdaki oksijeni tükettiği ve ölümcül karbonmonoksit gazı yaydıkları için yemek pişireceğiniz yeri iyi havalandırmalısınız. Basıncı gaz ocakları söndüklerinde en ufak kıvılcımla bile patlayabilecek bir gaz buharı oluşturur.

### Basıncısız Ocak

Çok beğenilen bu ocak modeli ispirtoyla çalışır, alevi rüzgârdan koruyan bir paravanı ve içiçe geçebilen tencereleri vardır. Kurulabilecek mekanik parçası olmadığından son derece kullanışlıdır ancak yakıt sarfiyatı çok yüksektir.



## YAKIT

Yakıt taşıdığınız şişeler, su şişelerinizden kolayca ayrılacak şişeler olmalı, üzerlerinde delik ve çatlak bulunmamalıdır. Oluşabilecek kaçaklar yiyeceklerinizi bozabilir, giysilerinizin ve malzemenizin çürümmesine sebep olabilir. Yanınıza alacağınız yakıt miktarını yolculuğa çıkmadan önce dikkatle belirlemeli ve yakıt taşıdığınız kapları nasıl atacağınızı hesaplamalısınız.



BENZİN ŞİŞESİ



GAZYAĞI ŞİŞESİ



ALKOL JÖLESİ  
KATI YAKIT

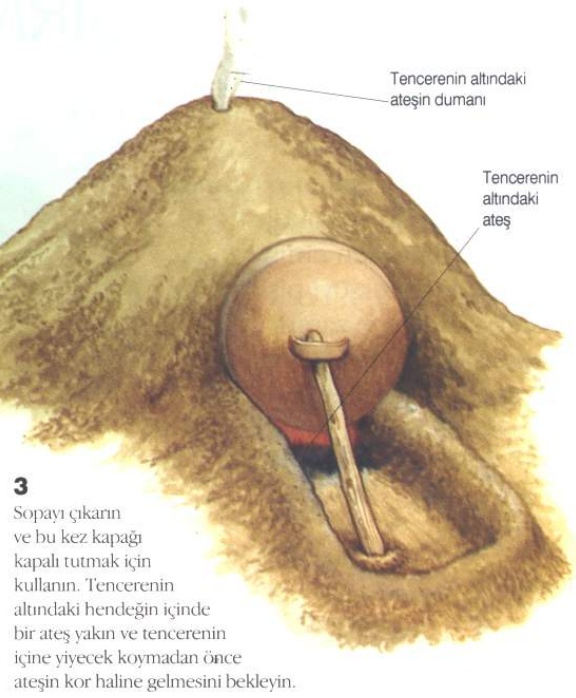


BÜTAN/PROPAN TÜPÜ

## ÇAMUR FIRIN



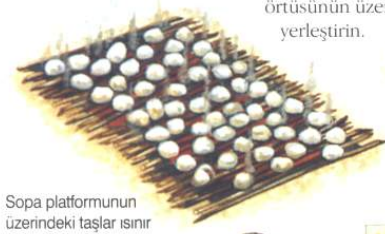
**1** Yaklaşık 20 santim derinliğinde dar bir hendek kazın. Hendekten daha geniş, kapaklı bir tencereyi hendegın üzerine yerleştirin. Tencerenin arkasına uzun bir sopa saplayın.



**3** Sopayı çıkarın ve bu kez kapağı kapalı tutmak için kullanın. Tencerenin altındaki hendegın içinde bir ateş yakın ve tencerenin içine yiyecek koymadan önce ateşin kor haline gelmesini bekleyin.

## BUHAR ÇUKURU

**1** Açağınızın bir hendegın üzerine sopalardan yapacağınız bir platformu yakın ve üzerine bir miktar taş koyun.



**2** Platform tamamen yanıp taşlar aşağıya düştüğünde hendegın içine bir sopa saplayın. Közleri süpürdükten sonra hendegın içine ot döşeyin. Yine ot içine saracağınız yiyecekleri, yaptığınız ot örtüsünün üzerine yerleştirin.



**3** Eti sıcak en yoğun olduğu orta kısma yerleştirin ve üzerini tekrar otla örtün. En üste de toprak atın.



**4** Sopayı çıkarın ve delikten içeri su dökerek buhar oluşmasını sağlayın.



**5** Çukuru toprakla iyice kapatın ve yemeğın iyice pişmesi için dört saat kadar bekleyin.

## YUKON OCAĞI

Esas olarak bir ateşin üzerine kurulmuş bacadan ibaret olan Yukon ocağı ıslak yiyecekleri bile yakabileceği gibi özellikle üst kısmında çok iyi pişirir. Önce bir tepe ateşi hazırlayın ama yakmayın. Tepenin etrafına taşlardan bir duvar örün ve duvarı çamurla sıvayın. Yapacağınız şeklin konik yapısı ateşin etrafındaki hava akımını arttıracığından daha fazla ısı yaratacaktır. Uzun bir sopanın ucunu yakarak bacanın içine sokun. Ateşi sürdürmek için bol bol kuru odun kullanmalısınız. Ateş iyice yanmaya başladığında ocağın üzerinde ıslak odunları bile kurutabilirsiniz.



**Etkili Ocak**  
Yukon ocağı yakıtı iyi yakarak bolca ısı üretir.



# YEMEK PİŞİRME YÖNTEMLERİ

**E**n basit pişirme şekli ateşin üzerinde asılan bir tencere ya da közlerin üzerine doğru eğilen bir sopadır. Bir survival durumunda yenebileceğinden emin olmadığınız herşeyi pişirmeniz gerekir. Böylece zararlı bakterileri, parazitleri ve kimyasal maddeleri gidermiş olursunuz. Ayrıca vahşi besinleri,

pişirme yoluyla çiğ halinden daha yenir ve sindirilebilir hale getirmek mümkündür.

Sıcak bir yemeğin moralinizi yükselteceğini aklınızdan çıkarmayın.



## Açık Ateşte Yemek Pişirmek

Ateşin üzerine asacağınız bir tencerede türlü pişirebilir ya da ateşin ölmesini bekleyip közleri farklı pişirme şekilleri için kullanabilirsiniz. Eğer bolca suyunuz varsa bir kısmını sıcak içecek yapmak için ayırın.

## TENCERE ASKILARI



### Şiş

Ateşin iki yanına çakacağınız iki adet çatallı dalın üzerine koyacağınız üçüncü bir dala bir "şiş" hazırlayabilirsiniz. Ateşin çok güçlenip asacağınız tencereyi sarmasını engelleyin. İşiniz bittiğinde bir sopa yardımıyla tencereyi iterek ateşten uzaklaştırın.



### Olta Askı

Bu askı daha çok türlü, güveç gibi hazırlarken pişirme ısısının ayarlanması gereken yemekler pişirmek için kullanılır. Çatallı bir dalı yere çakın ve ikinci bir dalı bir ucu ateşin üzerine gelecek şekilde çatallı dalın üzerinde dengede bırakın. Ateşin üzerindeki uca tencerenizi asın, diğer ucu ise çatallı dala bağlayın. Böylece tencereyi ateşin üzerinden kolaylıkla uzaklaştırabilirsiniz.

### Üçayak

Bu askı çok sağlam ve kullanışlıdır. Daha önce gösterildiği gibi bir üçayak hazırlayın ve üzerine çatallı bir dal asın. Tencerenizi bu dalın çatallanna takabilirsiniz. Böylece tencerenin yüksekliğini değiştirerek yemeğin ısısını kontrol edebilirsiniz. Üçayağı közlerin üzerindeki yerine koymadan önce alevlerin ölmesini bekleyin.



Çatallı sopalar tencerenin pozisyonunu ayarlamaya yarar

Pişirmeye başlamadan önce ateşin kor haline gelmesini bekleyin

## BAMBU KULLANIMI

İçi boş ve sert bambu kamışları tencere olarak kullanabilirsiniz. Sivri bir sopa yardımıyla boş bölmelerin arasındaki duvarları delin. En alttaki duvarı sağlam bırakın ve ilk halkaya kadar suyla doldurun. Kamışın tepesini çatallı bir dala yaslayarak ateşin üzerine yatırın. Ateş kamışın içindeki suyu ısıtacak ve çıkan buhar tepeye yerleştireceğiniz yiyeceği pişirecektir.

### Doğal Tencere

İçi boş olan bambu kamışları açık ateşin üzerinde tencere olarak kullanabilirsiniz.

Su dip kısmında kaynar

Pişirilecek yiyecekleri üst kısma yerleştirin

Buhar bölmelerdeki deliklerden geçerek yükselir



## SICAK TAŞ ÜZERİNDE YEMEK PIŞİRMEK



**1** Orta boy taşlardan sıkı bir tepecik yapın. Kayağantaş gibi katmanlı taşları kullanmamalısınız. Bu gibi taşlar ısındıkları zaman kırılırlar.



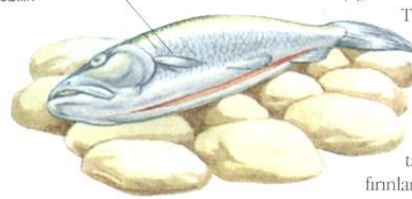
**2** Taşların üzerine kav koyun ve kavı kuru sopalarla örtün. Kavı yaktıktan sonra ateşin kül olana kadar yanmasını bekleyin. Bu arada pişirmek için yemeği hazırlayabilirsiniz.

**3** Yeşil dallardan yapacağınız bir süpürgeyle külleri taşların üzerinden süpürün. Çok sıcak olduklarından taşlara ellerinizle dokunmamaya dikkat etmelisiniz.



Yiyecekler sıcak kayaların üzerinde pişirilebilir.

**4** Yemeği taşların üzerine yerleştirin. Uzun sürede, yavaş yavaş pişirilmesi gereken yemekleri taş yığınının kenarına koymalısınız. Tepecik kenarları daha soğuk olacaktır. Taşlar soğuyana kadar pişirme işlemine devam edebilirsiniz. Soyulmamış patatesleri taşların altına gömerek fırınlamak da mümkündür.



## ÇAMUR İÇİNDE YEMEK PIŞİRMEK



**1** Balık gibi yiyecekler çamurla kaplanarak ateşin içine koyulup pişirilebilir. Önce bolca ot ve yaprak toplayın.



**2** Yemeği ot ve yaprakların içine sarın ve otları bükerek elde edeceğimiz iplerle sağlam ve düzgün bir paket yapın.



**3** Yaptığınız paketi çamurla sıvayın. Yemeğin tamamen örtüldüğünden emin olmalısınız.



**4** Paketi kızgın korların üzerine yerleştirin ve üzerine tekrar ateş yakın. Bu şekilde balığınız bir saat içinde hazır olacaktır.

## KÜLBASTI EKMEĞİ

### YEMEK PIŞİRME ÖNERİLERİ

■ Ot ve baharatlar yemeği (özellikle yabani doğada hazırlanmış yemeği) daha yenir kılmak için kullanılabilir. Taze sarımsak ve soğan da bu iş için faydalıdır.

■ Su kaynatarak herşeyi karıştıracağınız bir türlü yapmak outdoor mutfağının en kolay yemeğidir. Konserve balık ve tatlı bisküvilerden kuru meyvalara kadar herşeyi karıştırmak kulağa korkunç gibi geliyorsa da bu yemeğin içine köri koymak ve açık havada olmak herşeyi yenilebilir kılacaktır.

■ Eğer haşlama yapıyorsanız yemeğin suyunu da mutlaka içmelisiniz (Eğer zararlı maddelerden kurtulmak için kaynatmıyorsanız). Böylece yemeğin içerdiği tüm besleyici maddeleri almış olursunuz.



Hamuru yoğurarak sosis şekli verin



Hamur piştikten sonra sopadan rahatlıkla ayrılır

**1** Avustralya'da kampçilerin yaptığı bu lezzetli ekmeğin hazırlanışı çabuk ve kolaydır. Önce un ve su kullanarak şekil verebileceğiniz bir hamur hazırlayın ve uzun, kalın bir sosis şekli verin.

**2** Hamuru bir sopanın etrafına sarın ve pişene kadar közlerin üzerine tutun. Ekmeğin hazır olduğunda sopadan kolaylıkla çıkacaktır.

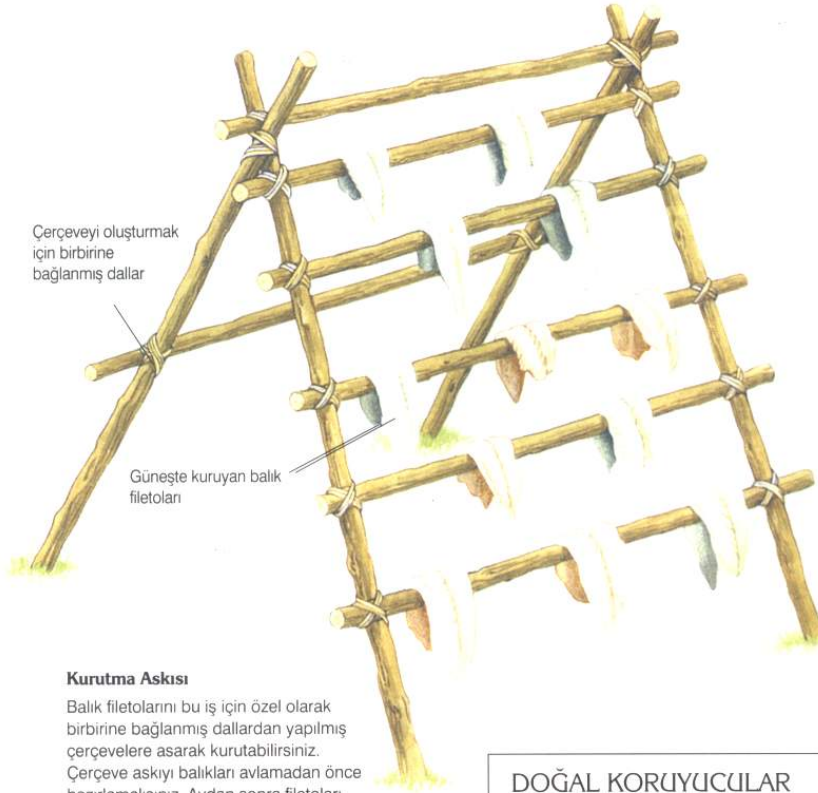


# YİYECEK NASIL SAKLANIR?

Yiyecekler toplandıktan hemen sonra bozulmaya başlarlar. Eğer buzdolabınız yoksa ve çok soğuk bir bölgede değilseniz, taze et ve balık bir gün içinde yenmeyecek hale gelir. Ayrıca ot ve sebzeler gerektiği gibi saklanmazsa besin değerini yitirir. Vahşi doğadaki orta ve uzun dönemli survival durumlarında yiyecekler bol bulunduğu zaman toplanmalı ve kılık

durumları için saklanmalıdır. Dengeli bir beslenme için günlük yiyecek toplamak yeterli olmayabilir. Arazide yapılan yiyecek araştırması bolca kalori harcanmasına sebep olur. Kısa dönemli survival durumları haricinde hemen yiyecek biriktirmeye başlamalı, yanınızdaki konserve yiyecekleri gerçek acil durum öğünü olarak saklamalısınız.

## KURUTMA



### Kurutma Askısı

Balık filetolarını bu iş için özel olarak birbirine bağlanmış dallardan yapılmış çerçevelere asarak kurutabilirsiniz. Çerçeve askıyı balıkları avlamadan önce hazırlamalısınız. Avdan sonra filetoları hemen çıkartmalı ve kurutma işlemine hemen başlamalısınız. Balıkları bozulmadan kurutabilmek için çok güçlü güneş ışığı gereklidir. Askıyı rüzgâr altına koyarsanız sinek toplanmasını engellersiniz. Filetoları birbirine çok yakın asmayın ki hava etraflarında serbestçe dolaşsın. Filetolar su tamamen uçtuğunda ve et gevrediğinde hazır demektir. Balığı iyice kuruttuktan sonra daha sonra yemek için saklayabilir ya da iki taş arasında ezerek çorba ve türlülere ekleyebileceğiniz bir çeşit un hazırlayabilirsiniz.

### DiĞER KURUTMA YÖNTEMLERİ

#### Doğal Kurutma

Sıcak ve kuru iklimlerde mantar ve bitkileri bir kayanın üzerine sererek, ot ve şifalı bitkileri de kökleri yukan gelecek şekilde başaşağı olarak kurutabilirsiniz.



#### Ateş Üzerinde Kurutma

Kurutmak için meyveyi dilimleyin ve bir şişe geçirecek ateşin üzerine koyun. Ateşin çok harlı yanmamasına ve meyveyi pişirmemesine dikkat edin.



### DOĞAL KORUYUCULAR

Yiyecekleri korurken içlerindeki doğal maddeleri de saklamalısınız. Balığı tuzla oarak, sebzeleri ise limon suyuna yatırarak veya toplama baharatlar katılmış suda kaynatarak koruyabilirsiniz. Tuzlanmış balık 11 derecelik sıcaklığa kadar bozulmadan durabilir.



TUZ

TOPLAMA BAHARATLAR



MISKET LIMON



LİMON

## TÜTSÜLEME TEZGAHI



**1** Eğer balık kurutmak için yeterli güneş ışığı yoksa bir tütsüleme tezgâhı yapabilirsiniz. İşe üç düzgün dalı birbirine bağlayarak başlayın.

Dalları birbirine bağlayın



Dikmelere yatay sopalar bağlayın

**2** Üçayağın ayaklarını yaklaşık 60 santim kadar açıp ızgaranın kenarlarını oluşturacak sopaları bağlamaya başlayın.



**3** Kurutma platformunu oluşturacak çubukların yerden en az 30 santim yüksekte olmasına dikkat edin. Böylece altında ateş yakmak mümkün olur.

**4** Önceden yaptığımız üçgenin üzerine daha küçük ve ince sopalar koyarak balığı tütsüleyeceğimiz ızgarayı oluşturun.



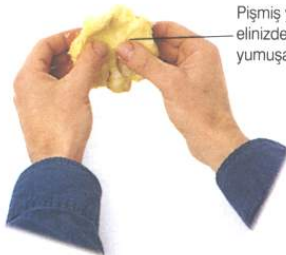
Yemek ızgaranın üzerine yerleştirilir



Desteklerin arasında koyacağımız sopalarla ızgarayı oluşturun

**5** Sopaların arasında dumanın yiyeceklerin etrafında rahatlıkla dolaşabilmesini sağlayacak kadar yer bırakmaya özen gösterin. Balık kuruyana kadar sehpayı ateşin üzerinden almayın.

## MEYVELİ PASTIRMA



Pişmiş yağı elinizde yumuşatın

**1** Pişmiş balığı saklamak için meyveli pastırma yapabilirsiniz. Pişmiş balığın donmuş yağından bir kısmını elinizde yumuşatın.



Tatlı üzüm ve baharatlarla tatlandırın

**2** Pişmiş balığı küçük parçalara bölerek ya da öğüterek yağla karıştırın. Eğer isterseniz baharat katabilirsiniz.

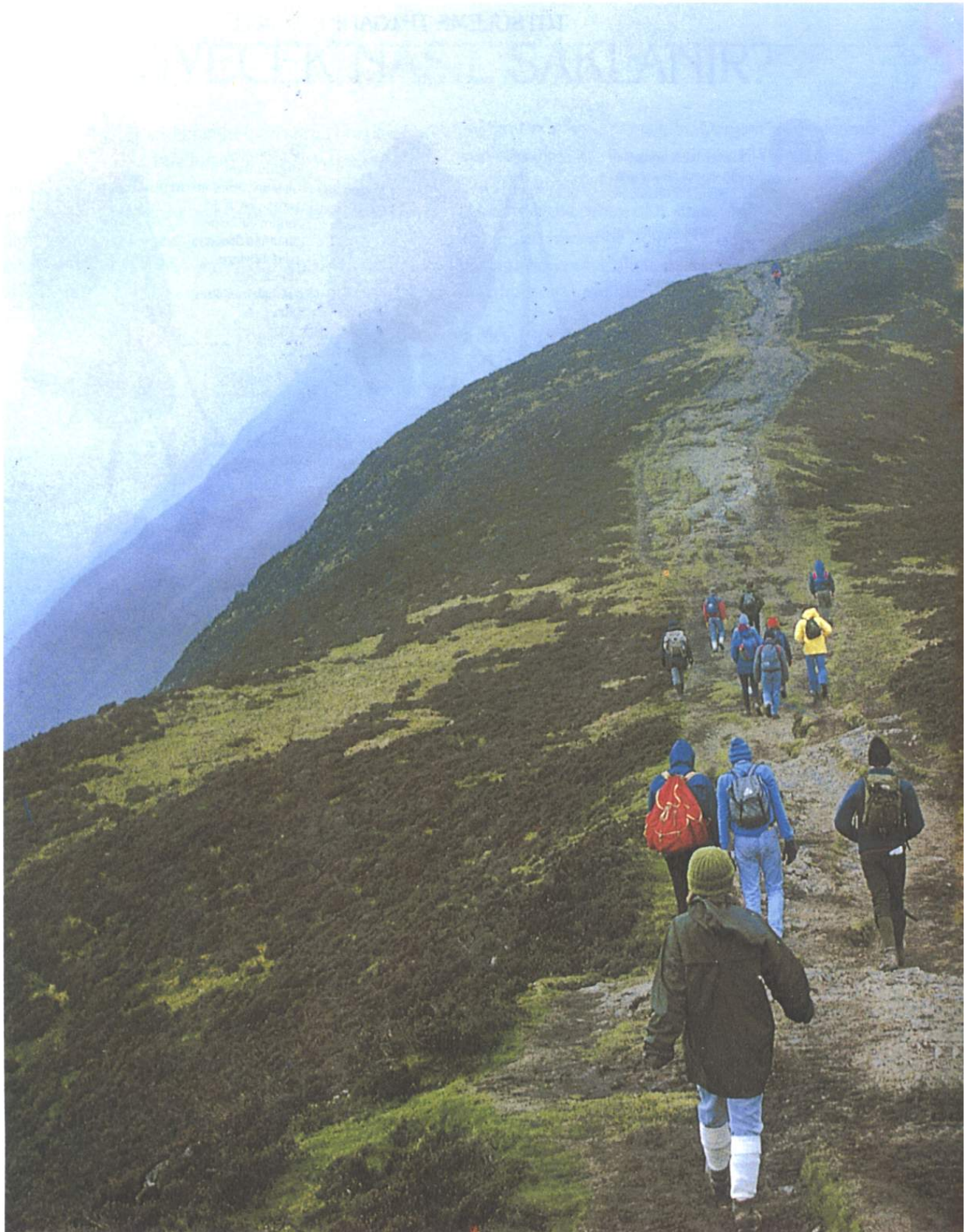


**3** Tat vermek için üzüm ve bögürtlen katıp, karışımı herbiri bir golf topu büyüklüğünde parçalara ayırın.



**4** Her parçaya sosis şekli verin ve sertleşmesi için güneşe koyun. Meyveli pastırmanız yıllarca yenilebilir ve besleyici kalacaktır.







## ALTINCI BÖLÜM

## HAREKET HALİNDE

Çoğu kişi için doğanın içinde zevkli saatler geçirmek hareket halinde olmayı, belki geceleri kamp yapıp sabah tekrar harekete geçmeyi gerektirir. Yürüyerek, bir araçla ya da bir tekneyle hareket halinde olmak vahşi dünyada yapılacak tatillerin tamamlayıcı unsurlarındandır. Doğru ekipman taşımak ve emniyeti her zaman ön plana alarak sağlam bir plan yapmak çok önemlidir. Survival durumlarında, alışkın olduğunuz ortamdaki ayrı düştüğünüz için muhtemelen pek iyi tanımadığınız bir arazide ve meçhul bir hedefe doğru tüm malzeme ve yiyeceğinizi taşımanız gerekecektir. Bu gibi durumlarda yolculuk etmek genellikle oldukça tehlikelidir. Bir daha ne zaman su bulabileceğinizi ya da medeniyetten ne kadar uzakta olduğunuzu bilemezsiniz. Ayrıca, aslında kurtarma ekiplerinin sizi bulabilmesi için yer değiştirmemeniz gerekir. Bu yüzden sağ kalmaya çalışırken eğer hareket etmek zorunda değilseniz bir yerde sabit kalmalısınız. Yer değiştirmeniz gerekiyorsa, örneğin sel suları ya da orman yangınları kamp yerinizi tehdit ediyorsa bulunduğunuz arazide yolculuk yapabilmek için gerekli ekipmana sahip olduğunuzdan emin olmadan yola çıkmamalı ve rotanızı dikkatle belirlemelisiniz.

## ARAZİDE YOLCULUK

Vahşi bölgelerde seyahat yerleşim bölgelerinde olduğundan farklıdır. Arazinin çeşidinden seyahat şekline kadar birçok belirleyici unsuru göz önüne almanız gerekir. Arazide yürürken sağlam botlara ihtiyaç vardır. Hayvanlarla yolculuk ederken de özel ekipman ve fazladan yiyecek gerekir.



# YOLCULUĞU PLANLAMA

İyi planlanmış bir araştırma gezisinde bile yolculuk sızı ve yanınızdakileri belirsiz risklere sokabilir. Bir survival durumunda bu riskler iyice açığa çıkar. İyi hazırlanmış olmak ve sağlam bir plana göre hareket etmek önem kazanır. Eğer kurtarılmayı bekliyorsanız en iyisi yer değiştirmemektir. Ancak çeşitli sebeplerden dolayı kampınızın yerini değiştirmeniz gerekebilir. Yiyeceklerinizin peşindeki

vahşi hayvanların varlığı ya da sel, orman yangını gibi doğal afetlerin çevredeki bitkileri harap etmesi gibi durumlarla karşılaşabilirsiniz.

Harekete geçmeden önce ilerlemek durumunda olduğunuz araziyi dikkatle incelemelisiniz.



## Sel

Sel bitkilere zarar verir ve her yerin kalın bir çamur tabakasıyla kaplanmasına sebep olur. Bu yüzden yiyecek bitki ya da yakacak kuru odun bulmanız veya bir bannak inşa etmeniz zorlaşabilir.

## ARAZİ ÇEŞİTLERİ

### Dağlar

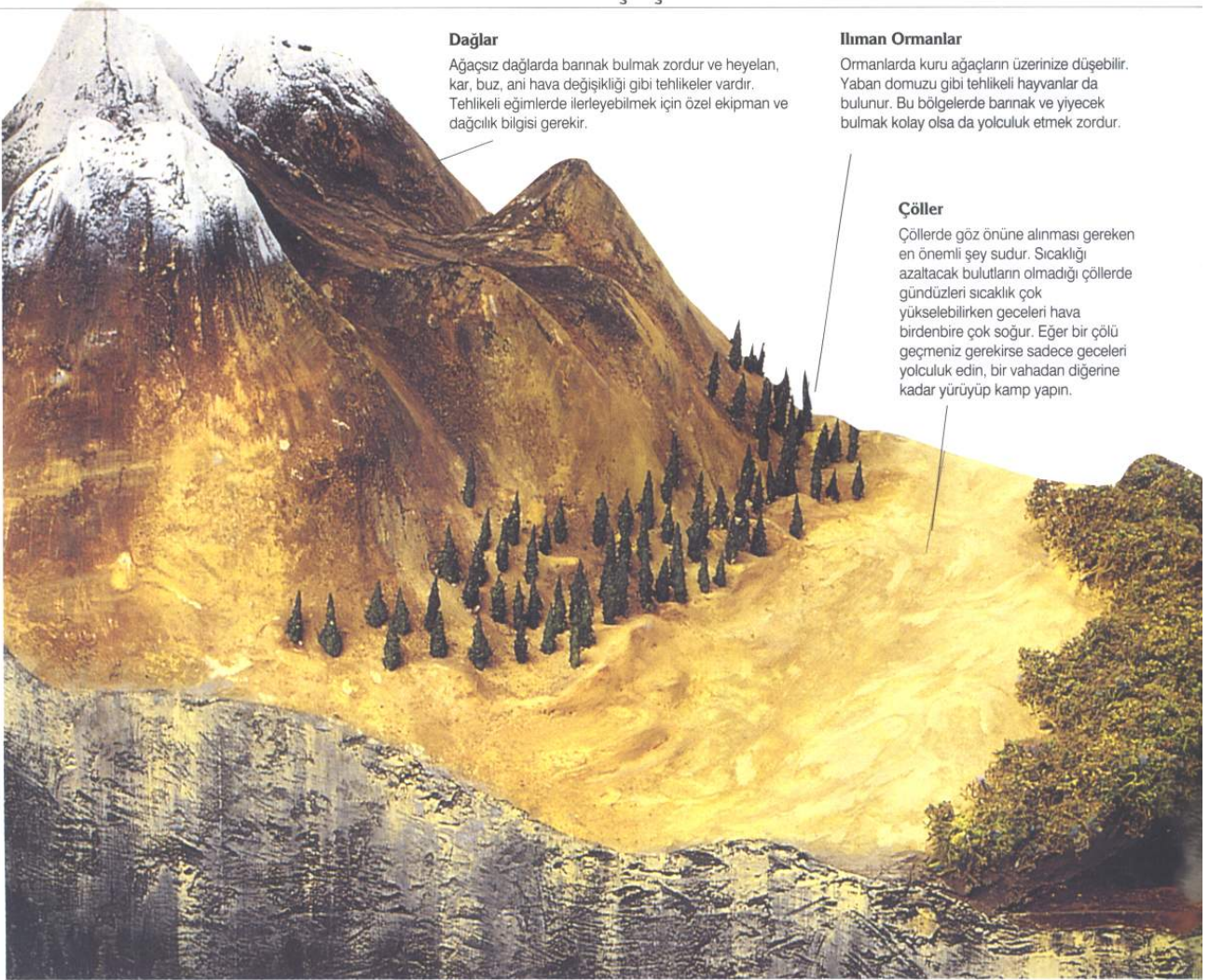
Ağaçsız dağlarda bannak bulmak zordur ve heyelan, kar, buz, ani hava değişikliği gibi tehlikeler vardır. Tehlikeli eğimlerde ilerleyebilmek için özel ekipman ve dağcılık bilgisi gerekir.

### Ilıman Ormanlar

Ormanlarda kuru ağaçların üzerine düşebilir. Yaban domuzu gibi tehlikeli hayvanlar da bulunur. Bu bölgelerde bannak ve yiyecek bulmak kolay olsa da yolculuk etmek zordur.

### Çöller

Çöllerde göz önüne alınması gereken en önemli şey sudur. Sıcaklığı azaltacak bulutların olmadığı çöllerde gündüzleri sıcaklık çok yükselebilirken geceleri hava birdenbire çok soğur. Eğer bir çölü geçmeniz gerekirse sadece geceleri yolculuk edin, bir vahadan diğerine kadar yürüyüp kamp yapın.





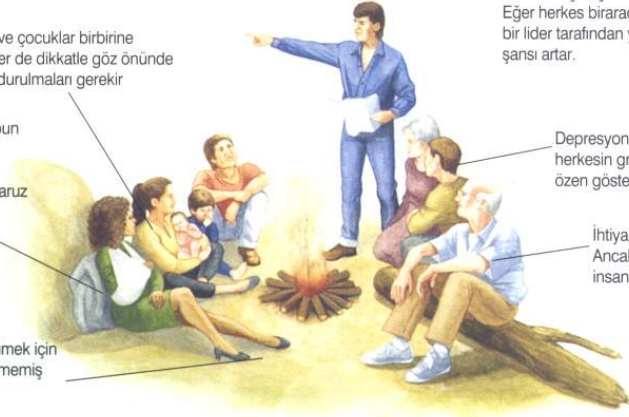
## YOL ARKADAŞLARINIZI TANIYIN

Sağ kalmaya çalışanlar bir grup oluşturduktan sonra, kendilerine bir lider seçmelidirler. Bu lider, yolculuğa çıkmadan önce herkesin özelliklerini çok iyi değerlendirebilmelidir. Tek tek herkesin güçlü ve zayıf taraflarını dikkatle ve ayrı ayrı hesaplamalı ve grubun bütün halinde neler yapabileceğini kestirerek bir plan hazırlamalıdır. Liderlik özellikle bir ölüm kalım durumunun baskısı altında ve bazı kişilerle özel olarak ilgilenilmesi gerekiyorsa çok zordur.

Anne ve çocuklar birbirine yetseler de dikkatle göz önünde bulundurulmaları gerekir

Yaralıların grubun geri kalanını yavaşlatarak tehlikelere maruz bırakabilir

Bazılar yürümek için uygun giyinmemiş olabilir



### Birlikte Çalışmak

Eğer herkes birarada kalır ve grubun hareketleri iyi bir lider tarafından yönlendirilirse hayatta kalma şansı artar.

Depresyon belirtilerine dikkat edin ve herkesin grup aktivitelerine katılmasına özen gösterin

İhtiyarlar kalp krizi tehditi altındadır. Ancak bazen gruptaki en sağlıklı insanlar onlardır

### HAZIR OLMAK

Harekete geçmeden önce geçmeyi planladığınız arazi hakkında mümkün olduğu kadar çok bilgi edinmelisiniz. Tüm haritaların doğru olduğundan emin olamazsınız. Bu durum özellikle su ararken önem kazanır. Kısa ve az malzemeyle yapılan bir dizi keşif gezisi harekete geçmeden önce yapılması gereken en önemli hazırlıklardandır.

### Nehirler

Nehirler tehlikelidir ve dikkat gerektirir. Bir nehri geçmek için devrik kütükler bulmanız ya da boyunuzu geçmeyen siğ ve dar kısımlar aramanız gerekebilir. Ayrıca nehirlerde timsah gibi tehlikeli hayvanlar da yaşar.

### Cangıllar

Cangılların sıcaklığı ve nemi insanlar için pek sağlıklı değildir. Ancak bakteri ve böceklerin rahatça yaşamasına uygundur. Bu yüzden en küçük kesik bile mikrop kapabilir, yiyecekler bozulur. Giyecekler yağmur, ter ya da her ikisi yüzünden devamlı ıslaktır. Özellikle ikinci derece cangıllarda seyahat son derece zordur.

### DÜRBÜN KULLANIMI

Dürbün kullanmak sizi bol bol yürümekten kurtarır. Görüntü belirginleşinceye kadar uzaklık ve genişlik ayarlarını yapın ve arazinin tamamını tarayın. Gözleminizi farklı noktalardan tekrarlayın. Derelerin ve ırmakların nereye aktığını ve tepelerin eğim yönünü kestirmeye çalışın.

### Tarama

Son derece yavaş ve dikkatlice, her ayrıntıyı görmeye çalışarak araziyi tarayın.



### Savanlar

Tropikal otlaklarda su göz önüne alınması gereken bir unsurdur. Ayrıca bannak bulmakta da zorlanabilirsiniz. Ayrıca bu son derece geniş arazide otlayan hayvanları avlayan büyük etçillerin sizin için de tehlike yaratabileceğini asla unutmamalısınız.

### Kumsal ve Deniz

Deniz hiçbir zaman hafife alınmamalıdır. Çünkü her zaman tehlike arzeder. Gel - git bölgelerinde, düz kumsallarda yürümek kum tepelerinde ya da kayaların üzerinde ilerlemekten daha kolaydır. Ancak sulanın yükselmesine ve akıntı yönüne her zaman dikkat etmelisiniz. Ayrıca kumsallarda tehlikeli yaratıklarla da karşılaşabilirsiniz.





8

**SURVIVAL EKİ**

OUTDOOR dersininin  
okullarına arıyagandır

**HUGH McMANNERS**

Yayma hazırlayanlar: TOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA



# YÖN BULMAK

**H**ayatta kalmaya çalışırken en önemli noktalardan biri de yön bulmak olduğu için yolculuk yaparken yanınızda güvenilir bir pusula bulunmalıdır. Akrep ve yelkovanı olan bir saat de hem yön hem de geçen zamanı gösterdiğinden yararlı olabilir. Böylece katettiğiniz mesafeyi de ölçebilirsiniz ki bu da

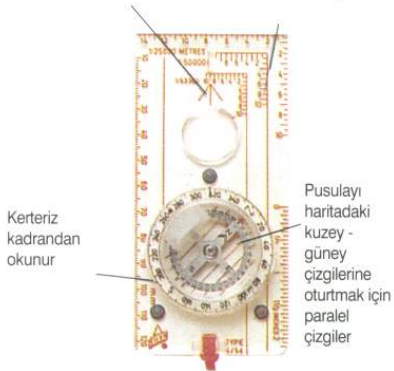
survival'in temellerindedir. Kutuplardaki manyetik alanın çektiği ibreleriyle aynı şekilde çalışan pusulaların birçok türü vardır. Eğer bir pusulanız yoksa güneş ve yıldızları kullanarak ya da hayvan ve bitkileri izleyerek de yönünüzü belirleyebilirsiniz.

## PUSULALAR

Pusula ibreleri manyetik kuzey ve manyetik güneyi, dünyanın doğal manyetik alanının kutuplarını gösterir. Dünyanın içinde dik duran dev bir mıknatıs olduğunu varsayarsak, kutuplar mıknatısın iki ucunda, manyetik akımın çıktığı yerde bulunur. Birçok farklı pusula çeşidi vardır. Yürüyüşçüler her ihtimale karşı yanlarında her zaman basit bir pusula bulundurmalıdır. Ancak temel yön bulma ve mevki belirleme için gönyeli (Silva Pusulası gibi) pusulalar kullanılmalıdır. İçlerine yerleştirilmiş prizmaların yardımıyla kerteriz okumaya yarayan prizmatik pusulalar sağlamdır ve kesin sonuç verir. Bazılarında prizmaların yerine ya da yanısıra aynalar da vardır. Ancak bu pusulalar oldukça pahalıdır. Basit bir gönyeli pusula navigasyonu doğru yapmanızı sağlarken karmaşık hesaplar gerektirmediğinden hata payını da azaltacaktır.

Ok pusulayı hangi yöne doğru yerleştireceğinizi gösterir

Farklı ölççekler için mesafe ölçümleri



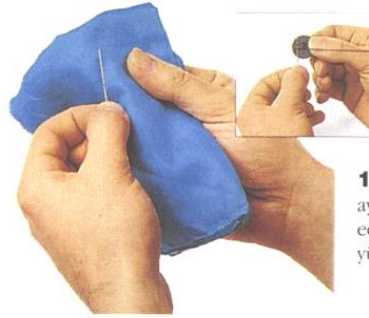
### Silva Pusulası

Gönyeli pusulalarla, pusulayı hiç kıpırdatmadan haritada kerteriz ölçümü yapabilirsiniz. Bu şekilde ayrıca bir gönyeye taşınanıza ve aklınızdan hesap yapmanıza gerek kalmaz.

## PUSULA NASIL YAPILIR?

Eğer manyetize edilmiş demir esaslı bir parça metal asılıp serbestçe sallandınlırsa kuzey güney doğrultusunu gösterene kadar salınacak ve bu pozisyonu aldıktan sonra

duracaktır. Bunun sebebi dünyanın manyetik alanının metali çekmesidir. Bir parça metali manyetize ederek, kendi pusulanızı yapmak için kullanabilirsiniz.



İğneyi manyetize etmek için ipek kullanmak yerine bir mıknatısla bu işi çok daha çabuk yapabilirsiniz.

**1** Bir parça ipek kumaş alıp bir iğneyi hep aynı yöne doğru kumaşa sürterek manyetize edin. Bu şekilde iğneye statik elektrik yükleyebilirsiniz.

İğnenin kasesinin içinde serbestçe yüzmesini sağlayın



**2** Bir kaseye su doldurun ve içinde bir parça çimen yüzdürün. İğneyi çimenin üzerine koyun. İğne kuzey güney doğrultusunu gösterecektir.



**3** İğne tam olarak durduğunda gösterdiği yönü karşı sayfadaki yöntemleri de kullanarak test edin ve iğnenin kuzeyi gösteren ucunu işaretleyin. Yeni pusulanız artık hazır.

## JİLET KULLANIMI

Acil bir durumda iğne yerine jilet kullanarak basit bir pusula yapabilirsiniz. Ancak jileti önce taş üzerinde körleştirmeli ve yukarıdaki gibi dikkatle manyetize etmelisiniz.

### Jilet Pusulası

Kör bir jileti manyetize edin ve bir ipin ucuna asarak serbestçe salınmasına izin verin, size kuzeyi gösterecektir.



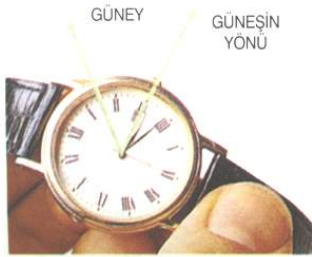


## GÜNEŞİ KULLANALIM

Güneş her zaman doğudan doğup batıdan battığı için basit bir yön göstergesi olarak kullanılabilir. Güneşi

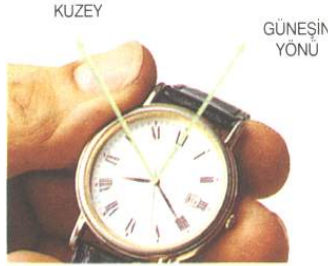
görebildiğiniz ve zamanı bildiğiniz sürece güneşe bakarak yön bulabilirsiniz. Ayrıca bir güneş saati

yaparak ya da saati gönye olarak kullanarak da yönünüzü yaklaşık olarak kestirmeniz mümkündür.



### Kuzey Yanküre

Akrebi güneşe çevirin. Akrebi 12 arasındaki hayali çizgi güneyi gösterecektir.

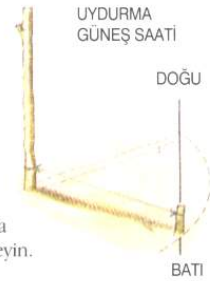


### Güney Yanküre

Güney yankürede 12'yi güneşe doğru tutun. 12'yle akrep arasındaki hayali çizgi kuzeyi gösterir.

### GÜNEŞ SAATİ

Yere bir sopa dakin. Sabah sopanın gölgesinin en ucunu işaretleyin (kuzey yankürede batı). Bir sopaya gölgenin uzunluğunda bir ip bağlayıp ilk sopanın etrafına bir ark çizin. Gölgenin öğleden sonra dokunduğu yeri işaretleyin.

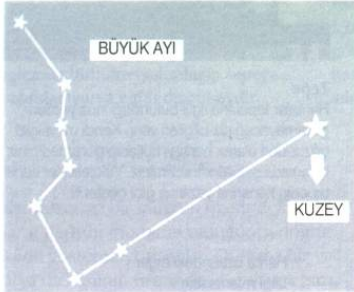


## YILDIZLARI KULLANALIM

Yıldızların gökyüzünde birbirlerine göre pozisyonu asla değişmez. Hareket ediyor gibi görünmelerinin tek sebebi dünyanın

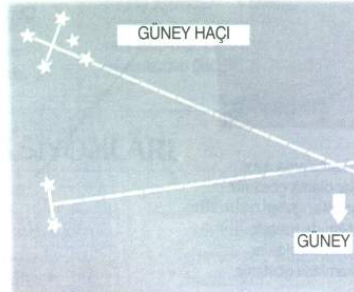
dönmesidir. Sadece tek bir yıldız hareket etmez: Kutup ya da kuzey yıldızı. Bu yıldız kuzey yarımkürede kuzeyi bulmak

için kullanılabilir. Güney yarımkürede güneyi bulmak için Güney Haçı'nı bulmanız gerekir.



### Kuzey Yanküre

Büyükayıya bakarak kasesinin ucunu oluşturan iki yıldızın arasından hayali bir çizgi geçirin ve bu çizgiyi iki yıldızın arasındaki mesafenin yaklaşık dört katı kadar uzatın. Böylece kutup yıldızını bulabilirsiniz. Kutup yıldızı her zaman kuzeyi gösterir.



### Güney Yanküre

Güney Haçı'nı kullanarak güneyi yaklaşık olarak belirleyebilirsiniz. Haçın kuyruğundan, uzunluğunun dörtbuçuk katı kadar hayali bir çizgi uzatın. Güney bu noktanın altındaki ufuktur. Haçın altında bulunan iki parlak yıldız da doğru noktayı bulmanıza yardımcı olacaktır.

## DOĞAL YÖN TABELALARI

Doğadaki yabani hayat, insanlarla karşılaştırıldığında, yerkürenin manyetik alanıyla ve yönlerle daha çok uyum içindedir. Bitkiler güneşe doğru büyür, güney yarımkürede güneye, kuzey yarımkürede kuzeye döner. Günebakan çiçekleri güneşin gökyüzündeki hareketini izler. Güney Afrika'daki Kuzey Kutbu Bitkisi her zaman kuzeye dönük durur. Ağaç halkaları güneş tarafında daha geniştir.



### Termit Yuvaları

Bazı termit yuvaları kuzey güney doğrultusunda inşa edilmiştir. Bu sayede sabah ve akşam maksimum güneşi alırken öğlen gölgede kalırlar.



### Örücü Kuşlar

Bazı kuşlar temel yön bulma aleti olarak kullanılabilir. Örneğin bazı örücü kuş türleri yuvalarını ağaçların sadece batı tarafına yapar. Bu kuşların yaşadığı Güney Afrika gibi yerlerde yuvalar güvenilir yön göstergeleridir.

# HARİTA KULLANIMI

**H**erbiri farklı amaçlar için yapılmış birçok harita çeşidi vardır. Eğer bilmediğiniz bir bölgeye girecekseniz doğru haritayı seçmeniz hayati önem taşır. Gitmeyi planladığınız bölgenin ve yürümeyi planladığınız yolun büyük ölçekli haritalarına ihtiyaç duyarsınız. 1:50.000'lik haritalar yürüyüşçüler için idealdir (Bu değer gerçek mesafenin, harita üzerindeki uzaklığın

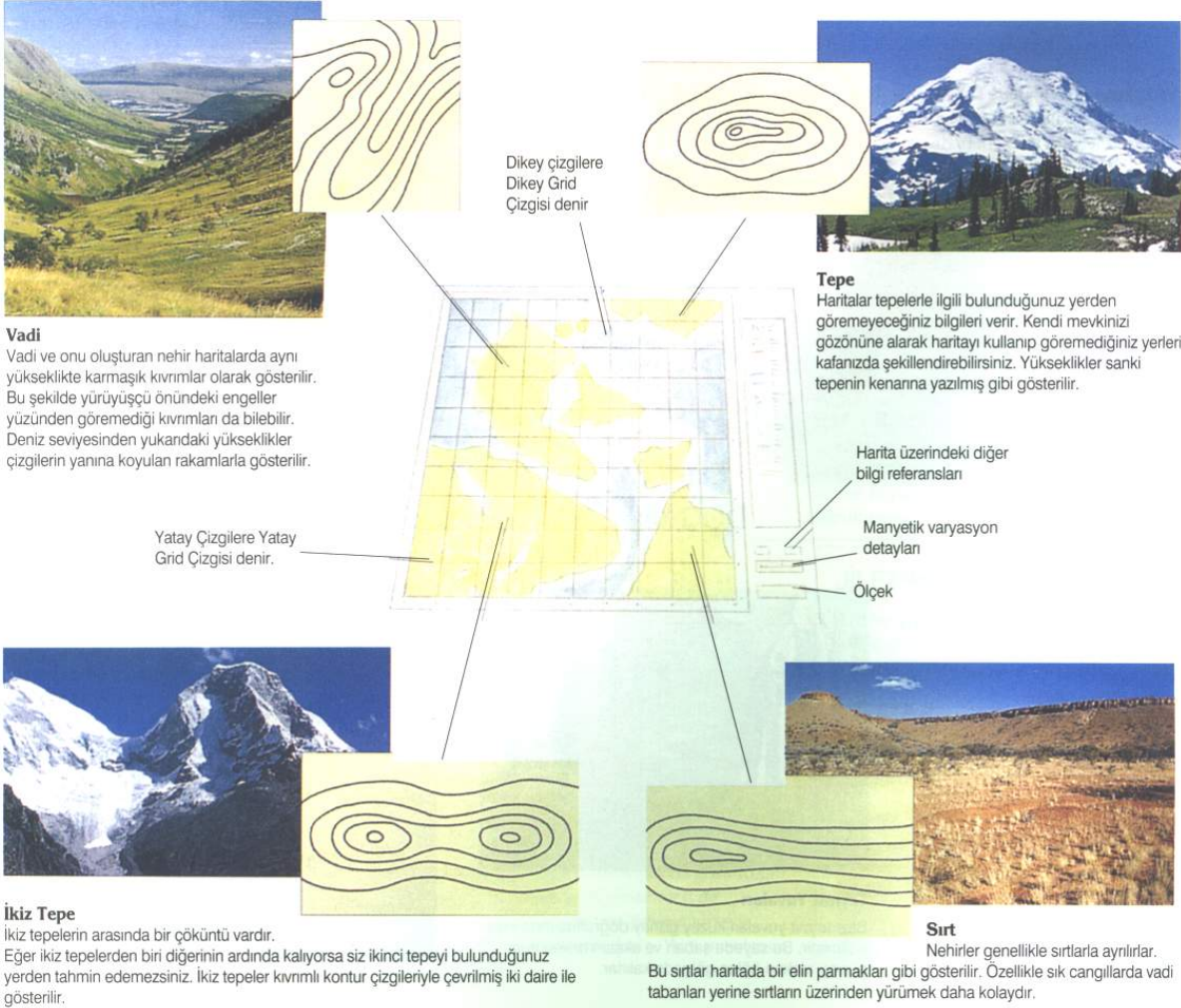
50 bin katı olduğunu gösterir). Bu haritaların üzerinde genellikle iki santim aralıklarla koyulmuş kılavuz çizgiler ve her çizgi için 0'dan 99'a kadar koordinat çizgileri vardır. Birçok sebepten dolayı bazı haritalar tam olarak doğru olmayabilir. Ancak haritayı kullandıkça oluşabilecek sapmalara göre hareket etmeyi öğrenebilirsiniz.

## HARİTALARI ANLAMAK

Arazi, akarsuların hareketleriyle oluşan sırtlar, tepeler ve vadilerle şekillenir. Yol gibi insan yapısı unsurlar çok

çabuk değişebilir. Harita kullanarak arazinin yapısını anlayabilmek için öncelikle akarsuları, ardından

vadileri ve son olarak aradaki sırtları belirleyin. Bu unsurlar kolay kolay değişmez.

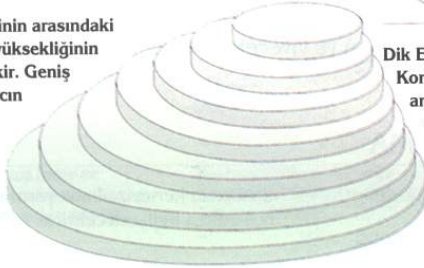




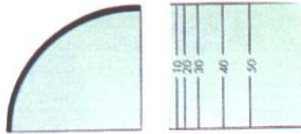
## EŞYÜKSELTİ EĞRİLERİ

Haritalardaki kontur çizgileri aynı yükseklikteki bölgeleri birleştirir. Ayrıca bazı kontur çizgilerinin yükseklikleri de işaretlenmiştir. Bu değerler sanki tepenin yanına yazılmış gibi eğim aşağı koyulur.

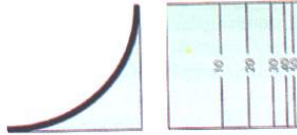
**Yamaç**  
Kontur çizgilerinin arasındaki basamakların yüksekliğinin bilinmesi gerekir. Geniş aralıklar, yamaçın dik kayalıklar şeklinde yükseldiğini gösterir.



**Dik Eğim**  
Kontur çizgilerinin arasında bir eğim vardır. Çizgilerin çok yakın olması çok dik eğimlerin göstergesidir.



**Dışbükey Eğim**  
Dışbükey bir eğimin üst tarafını göremezsiniz. Eğer kontur çizgileri tepenin başlangıcında birbirine yaklaşıp tepeye doğru uzaklaşıyorsa eğim dışbükeydir.



**İçbükey Eğim**  
İçbükey bir eğimin tepesini aşağıdan görmek mümkündür. Harita üzerinde kontur çizgileri etekte seyrek, dorukta sıkıdır.

## KOORDİNAT ÇİZGİSİ BİLGİLERİ

Kılavuz çizgiler haritanın üzerindeki bir mevkiiyi tam olarak belirlemenize yarar. Dikey çizgilere "dikey grid", yatay çizgilere "yatay grid" denir. Koordinat çizgisi bilgileri verilirken önce dikey grid bilgisi verilir. Ayrıca haritada pozisyonun bulunduğu kısım bir harfle de gösterilebilir. Bir koordinat bilgisi verilirken mevkinin bulunduğu yere en yakın dikey grid'in numarası belirlenir (04). Daha sonra mevkinin grid çizgisinden kaç ondalık birim uzaklıkta olduğu yaklaşık olarak belirlenir (5). Aynı işlem yatay koordinat bilgisi belirlenirken de yapılır (410). Gerekirse bilgilendirme harfleri de dahil edilir.



Yatay grid çizgisine göre pozisyon

Dikey grid çizgisine göre pozisyon

### Kesin Mevkii

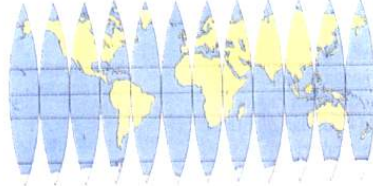
Yukarıda gördüğünüz metin altı rakamlı bir kılavuz çizgi bilgisi verir (045410). Eğer haritanızda bilgilendirme harfleri varsa, harfi rakamlardan önce koymalısınız.

## HARİTA PROJeksiYONLARI

Haritalar düzensiz bir kürenin üzerindeki detayların hepsini mümkün olduğunca doğru bir şekilde göstermeyi amaçlar. Dünyayı bir silindir ya da koninin üzerinde göstermek bazı

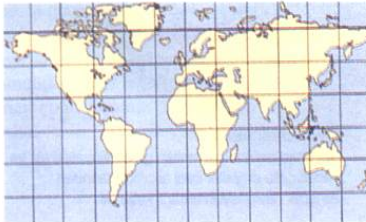
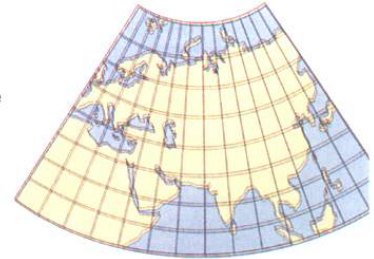
bozulma ve farklı görümlere yol açar. Bu yüzden harita hazırlanırken bunlara karşı tedbir almak gerekir. Çoğu haritada gösterilen değerler özellikle yüksek

enlemlerde tam anlamıyla kesin değildir. En çok bilinen harita şekli özellikle denizlerde kullanılan Mercator haritasıdır.



### Dünyayı "Soymak"

Dünya bir portakal gibi "soyulduğunda" kabuk düz duracak ama yüksek enlemlerde parçalar arasında boşluklar oluşacaktır. Bu boşlukları, tek parça bir harita yapabilmek için doldurduğunuzda değerlerde bozulma olur.



### Silindirik Projeksiyon

Mercator haritalarda dünya silindirik bir kağıdın üzerinde gösterilir. Bu silindir açıldığında dünya tek bir yüzeyde görülür. Harita dikdörtgen olsa da enlem ve boylamlar normalde olduğu gibi birbirini dik keser. Ancak bu yüzden kutuplara yakın kara parçaları olduğundan büyük görünür.

### Konik Projeksiyon

Farklı özellikleri olan birçok projeksiyon çeşidi vardır. Yukarıdaki harita dünya konik bir şeklin üzerinde şekillendirilerek yapılmıştır. Konik projeksiyon daha çok atlaslardaki bölgesel haritalarda kullanılan bir yöntemdir. Özellikle koninin dibine doğru bozulmalar oluyorsa da bu bozulmalar diğer bazı projeksiyon yöntemlerinde olduğu kadar değildir.

# PEKİ AMA NEREDESİNİZ?

**T**amamen kaybolmak imkansızdır. Bir uçak kazasında bile kazazedeler uçağın hangi bölge ya da ülkeye düştüğünü hemen hemen bilirler. Nerede olduğunuzu saptayabilmek için sadece olasılıkları azaltmanız ve haritada bir yer belirleyebilecek duruma gelmeniz yeterli. Telsizle nerede olduğunuzu kesin olarak bildirebilmeniz hemen kurtarılabilmeyi sağlar. Eğer hangi haritanın gösterdiği bölgede olduğunuzu biliyorsanız hiç de

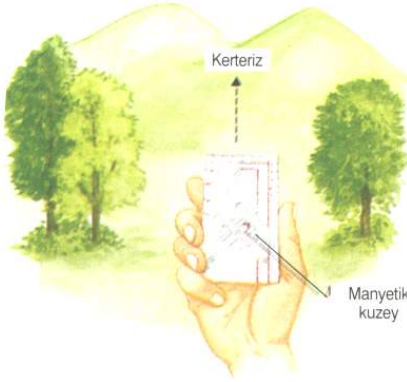
kaybolmuş sayılmazsınız. Yeryüzünün şeklini gözönüne alıp belirli işaretlere dikkat ederek çıkarımlarınızı haritadaki bilgilerle birleştirirseniz yerinizi yaklaşık olarak belirlemeniz çok uzun sürmeyecektir. Eğer bir haritanız yoksa ya da elinizdeki harita kesin veriler sunmuyorsa kendinize bir harita yapabilirsiniz. Böylesi bir harita kampınızı, su ve yiyecek kaynaklarınızı tekrar bulmanızı sağlar.

## MEVKİ SAPTAMA

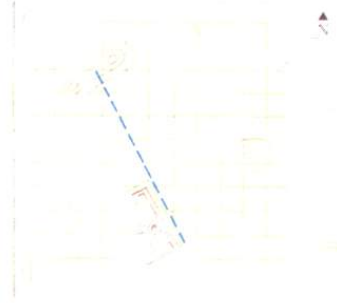
Bir harita ve pusula yardımıyla nerede olduğunuzu anlamak için haritada görebildiğiniz bazı arazi unsurlarının yerini

saptamalısınız. Kerteriz alarak gözlem noktanızdan bir unsura olan mesafeyi ölçebilirsiniz. Bir ya da birkaç

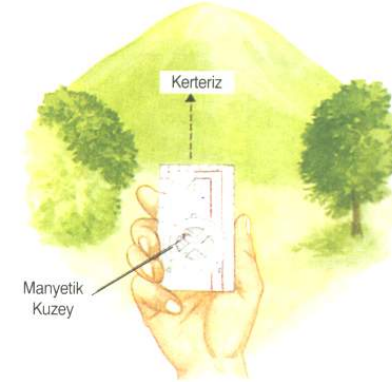
unsurdan kerteriz almak yerinizi üç aşağı beş yukarı belli edecektir.



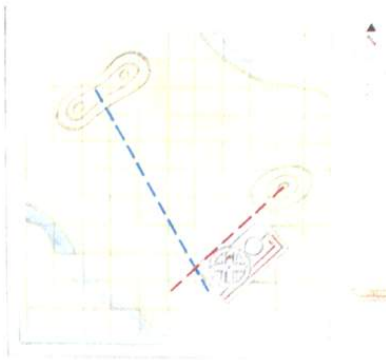
**1** Pusulayı sağ tarafınıza doğru belirli bir arazi unsuruna doğru tutun. Pusula kadranında kuzeyi gösteren oku, pusulanın kuzeyi gösteren iğnesiyle aynı hizaya getirin.



**2** Pusulayı harita üzerinde unsuru gösteren işarete doğru yerleştirin. Pusulanın kadranını haritada gösterilen kuzeyle aynı hizaya getirin. Aldığınız kerteriz boyunca bir çizgi çekin.



**3** Pusulayı bu kez başka bir unsura doğrultun. Bu unsur ilkinden aşağı yukarı doksan derece açıda ve sizden en az bir kilometre uzakta olsun. Seçebileceğiniz en iyi unsur belirgin bir tepenin zirvesi olur.



**4** İkinci unsurun haritanın üzerinde bulacağınız şekline doğru yukarıdaki yöntemi kullanarak ikinci bir çizgi çekin. Mevkiniz iki çizginin kesiştiği yerdir. Yerinizi daha kesin bulmak istiyorsanız üçüncü bir unsuru da kullanabilirsiniz.

## GPS KULLANIMI

Küresel Mevki Bulma Sistemi, denizde ve karada yapılan navigasyonda yeni bir çığır açtı. Bu sistem dünyaya radyo dalgaları yollayan 24 uydudan oluşuyor. Bir alıcı yoluyla bu sinyalleri almak ve bulunduğunuz mevkiyi oldukça kesin olarak tespit etmek mümkün. Sabit vericiler uyduların yörüngedeki pozisyonunu hesaplıyor. Alınan veriler nereye giderseniz gidin, mevkinizi hesaplamaya yarar. Hiçbir belirleyici noktası olmayan çöl ve denizlerde navigasyon, eskiden pusulayla kerteriz almak daha sonra bir sekstant ve kronometre kullanarak mevki belirlemek yoluyla yapılıyordu. Geleneksel yöntemler halen GPS'ye yardımcı olarak kullanılabilir.

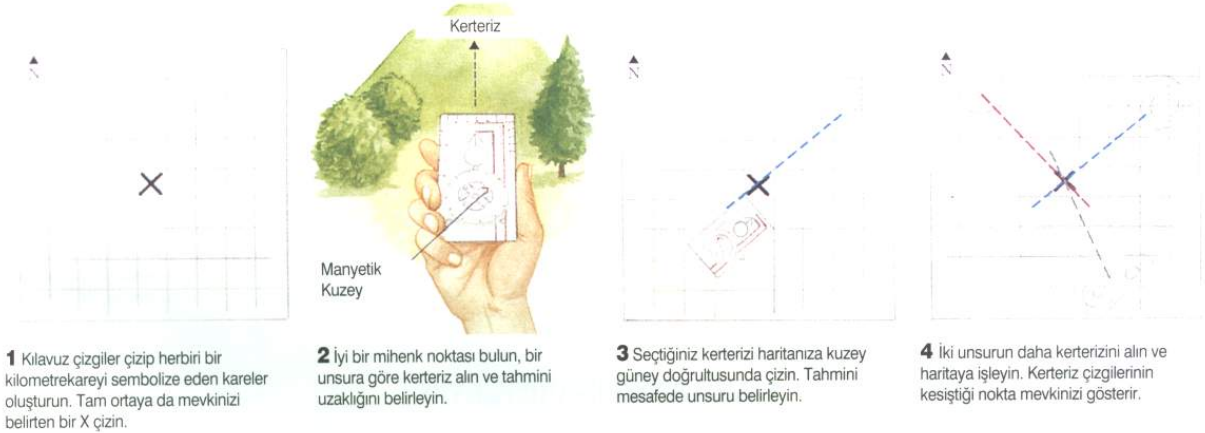


### Uydu Bağlantısı

Yer istasyonları uydulardan gelen sinyalleri alır ve yansıtır. Bu sinyaller özel alıcılar tarafından alınarak navigasyon amaçlı kullanılır.



## KENDİ HARİTANIZI KENDİNİZ YAPIN

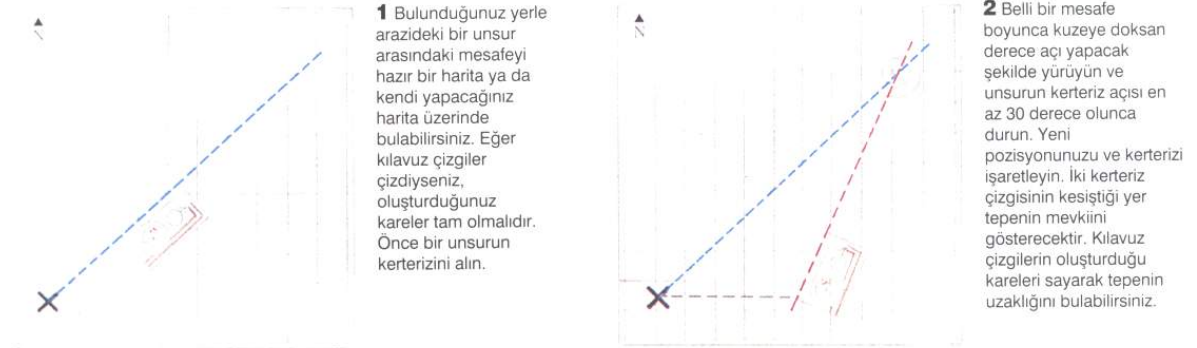


## MESAFE ÖLÇME

Bir unsuru haritanızın üzerine yerleştirebilmek için size olan uzaklığını bulmalısınız. Bunu yapmak için kerteriz alabilirsiniz. Ancak önce X

pozisyonundan uzaklaşmalısınız. Yeni pozisyonunuzdan alacağınız kerteriz, X pozisyonunuzdan aldığımız kerterizle kesişecektir.

Bu şekilde unsuru haritanızda işaretleyebilir ve uzaklığını da gerçeğe en yakın olarak hesaplayabilirsiniz.



## MANYETİK VARYASYON

Birbirinden az da olsa farklı üç kuzey bulunduğu için biraz karmaşık olabilir. Dünyanın birçok yerinde bu varyasyon o kadar azdır ki yürüyüşçülerin dikkate alması gerekmez. Ancak yüksek kuzey enlemleri gibi diğer bölgelerde manyetik varyasyon belirgin derecede artar ve pusulaları yararsız hale getirir. Bu yüzden navigasyon yaparken o bölgedeki manyetik varyasyon oranını bilmeniz gerekir. Bu değer mevkinize göre aldığınız kerterizden çıkarılmalı ya da eklenmelidir. Bölgelerin manyetik varyasyon değerleri çoğu haritada üç ok kullanılarak gösterilir.



### MEVKİ SAPTAMANIN PÜF NOKTALARI

- Altın kural: "Pusulunuza güvenin!" Çoğu insan pusula yerine hislerine güvendiği için kaybolur.
- Her zaman kerteriz ve mesafe ölçümü yapın.
- Arazinin neye benzediğini, vadilerin, tepelerin ve sırtların nerelerde olduğunu iyice öğrenin.
- Pusulanızı kullanarak haritanızı işaretledikten sonra arazideki ana işaretleri belirleyin ve kerteriz almaya başlamadan önce iyi bir plan yapın.

# YÖN BULMANIN TEMEL KURALLARI

Farklı araziler üzerinde güvenli ve kolayca seyahat edilebilmesini sağlayan harita ve pusula çalışmasına "kara navigasyonu" denir. Tek farklılaşmaların gel - git ve rüzgâr olduğu denizlerde yapılan navigasyon kadar kesin değildir. Hareket hızı genellikle arazi, kaya ve

toprak tipi, hava, iklim ve bitki örtüsünden etkilenir. Kara navigasyonu rotanın sürekli olarak düzeltilmesini gerektirir. Bu şekilde sadece tehlikelerden korunmuş olmaz, kaybolma ihtimalini de azaltırsınız.



## Göçler

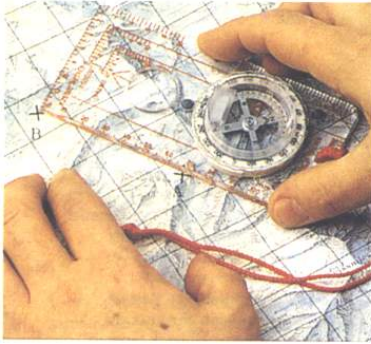
Birçok kuş, her sene aynı bölgedeki üreme alanlarına dönmelerini sağlayan özel bir navigasyon yeteneğine sahiptir. Bu şekilde dünyanın öbür tarafından yönlerini şaşırmadan her sene aynı yere dönebilirler.

## HARİTANIZI İŞARETLEYİN

Bir yolculuğa başlamadan önce pusulanızı kullanarak haritanızı işaretlemeli ve bu şekilde gerektiğinde mevkinizi ve yönünüzü kolayca

bulabilmelisiniz. Hedefinizin karteriz açısından başka size olan uzaklığını da bilmelisiniz. Bunu öğrenmek için pusulanızın kenarındaki cetveli

ya da haritanın altındaki ölçeği kullanabilirsiniz. Bir karterizde yürürken araziye haritadan kontrol edin.

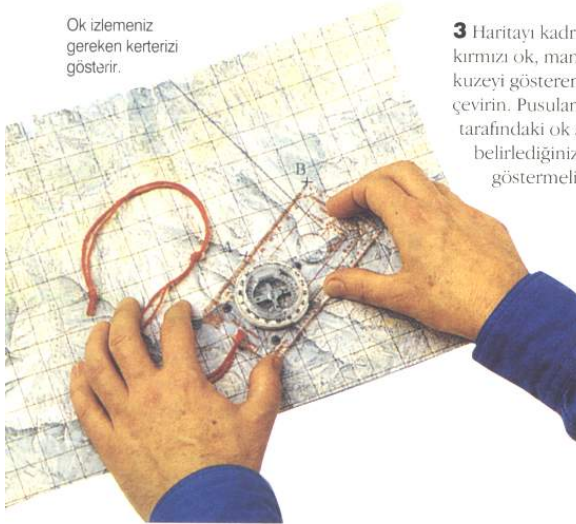


**1** A noktasından B noktasına doğru karteriz almak için pusulayı, üzerindeki ok gitmek istediğiniz yönü gösterecek şekilde A ve B arasına yerleştirin. A ve B arasındaki uzaklığı pusulanın üzerindeki cetvelden okuyun ve haritanın ölçeğine göre hesaplayın.



**2** Pusulayı kimıldatmadan kadranı çevirerek üzerindeki paralel kuzey güney çizgilerini haritanın grid çizgileriyle paralel hale getirin. Pusulanın kuzeyi gösteren (kırmızı) oku grid kuzeyiyle aynı doğrultuda olmalıdır. Böylece karterizi (AB çizgisiyle Manyetik Kuzey arasındaki açı) pusulaya oturtmuş olursunuz.

Ok izlemeniz gereken karterizi gösterir.



**3** Haritayı kadrandaki kırmızı ok, manyetik kuzeyi gösterene kadar çevirin. Pusulanın arka tarafındaki ok şu anda belirlediğiniz karterizi göstermeli.

**5** Artık pusulayı elinizde tutup yön okunu izleyebilirsiniz. Kadranın üzerindeki kuzey göstergesiyle pusula iğnesini aynı hizada tutmaya dikkat edin. Bir karterizi izlerken pusulayı her zaman yere paralel tutmalıyız.



Kadrarla manyetik iğne aynı hizada olmalı

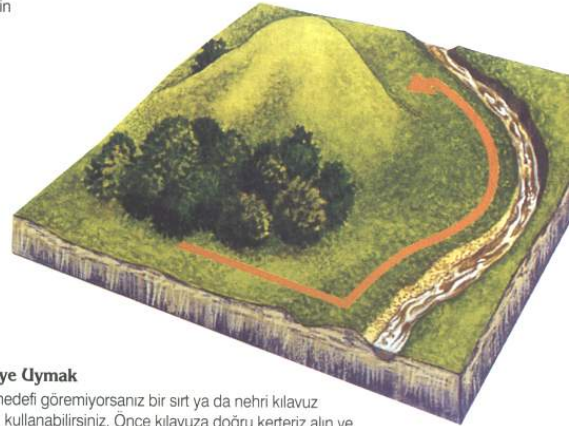
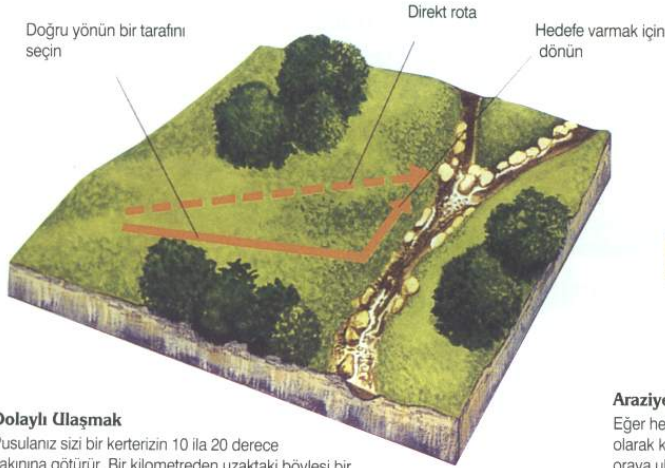


## YÖN BULMA TEKNİKLERİ

Karada ilerlerken tek bir doğrultuda gitmek her zaman mümkün ya da mantıklı olmayabilir. Aşağıda bulacağınız teknikler pusulayla

saptayacağınız kerterizi, zor arazide en kolay yolu bulmak için nasıl kullanacağınızı gösterir. Böylece mevkinizi kontrol etmek için zaman kaybetmez

ve kaybolmazsınız. Bu arada pusulanızın üzerinde sadece referans olarak kullansanız bile bir kerteriz seti bulunması gerektiğini hatırlatalım.

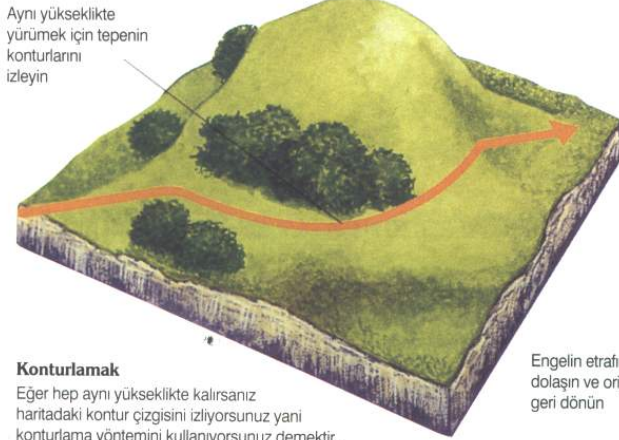


### Dolaylı Ulaşmak

Pusulanız sizi bir kerteriz 10 ila 20 derece yakınına götürür. Bir kilometreden uzaktaki bölgeyi bir çatalın yaklaşık 300 metre uzağına düşersiniz. Ayrıca çatalın hangi tarafında olduğunuzu tam olarak bilemeyebilirsiniz. Yine de siz nehre ulaşmaya bakın. Bundan sonra hangi tarafa gideceğinize karar verebilirsiniz.

### Araziye Uymak

Eğer hedefi göremiyorsanız bir sırt ya da nehri kılavuz olarak kullanabilirsiniz. Önce kılavuza doğru kerteriz alın ve oraya ulaşın. Bu örnekte tepe, nehre en yakın noktanın 250 derecesindedir. Nehri izleyin ve tepe 250 dereceye düşünce o kerterizde sola dönün.



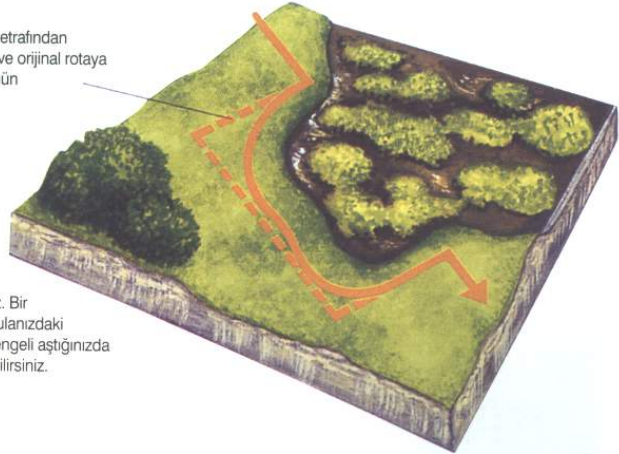
### Konturlamak

Eğer hep aynı yükseklikte kalırsanız haritadaki kontur çizgisini izliyorsunuz yani konturlama yöntemini kullanıyorsunuz demektir. Özellikle cangıllarda bu yöntem kerteriz almaktan çok daha iyi sonuç verir. Üstelik tırmanmanız ve inmeniz gerekmeyeceğinden fazla enerji harcamamış olursunuz.

### KATEDİLEN TAHMİNİ MESAFE

Yürüyerek yolculuk yaparken adımlarınızı sayabilir (attığınız her sol adımı) ya da saatinizi kullanabilirsiniz. Adımlarınız araziye ya da yolculuk hızına göre değişiklik gösterir. Bu yüzden zaman, katettiğiniz mesafeyi hesaplamak için daha iyi bir ölçüdür. İlk 10 dakikadan sonra haritanızdan yürüdüğünüz yaklaşık mesafeyi bulun ve yürüyüş hızınızı belirledikten sonra her yarım saatte bir haritanızı ve ekipmanınızı kontrol etmek için mola verin. Giderek süratınızı çok daha iyi hesaplayabileceksiniz. Zor arazide, ağır yükte saatte dört kilometre çok iyi bir sürattir.

Engelin etrafından dolaşın ve orijinal rotaya geri dönün



### Etrafından Dolaşmak

Bataklık gibi büyük engeller haritalarda tam olarak gösterilmez. Bir engelin etrafından dolaşırken ya da konturlama yaparken pusulanızdaki kerterizi kaybetmeyin ve katettiğiniz mesafeyi ölçün. Böylece engeli aştığınızda orijinal kerterize dönmek için ne kadar yürümeniz gerektiğini bilirsiniz.

# HAVA TAHMİNİ

**H**ava durumunu iklimin günlük hareketleri oluşturur. Hava basıncı ve sıcaklığındaki değişiklikler, yerel değişikliklere neden olur. Yerel hava hareketleri farklı arazi çeşitleri üzerinden gelirken yağmur ve rüzgâr oluşturur. Sahil bölgelerinde ise gündüzleri kara, geceleri deniz meltemleri eser. Kıtaların iç kesimlerinde hava oldukça



durağandır. Diğer bölgelerin ise hava durumu son derece karmaşık ve değişken olabilir. Gerçek ekvator ikliminde belirgin iklimler yoktur; yağmur ve güneş gece ve gündüz birbirini izler.

## Dünyada Hava

Hava belirli bölgelerde lokalize olurken bazen de aralarında büyük mesafeler olan bölgeleri etkileyerek dünyayı dolaşır. Kasırgalar bu duruma örnektir.

## BULUTLAR NASIL OKUNUR?

Bulutlar büyük, yoğunlaşmış su buharı kütleleridir. Varlıkları, tipleri ve büyüklükleri hava kütlelerinin sıcaklığını ve basıncını, hava

hareketlerinin yaklaştığını gösterir. Bulutlar ne kadar yüksekse hava o kadar iyi olacak demektir. Fırtına bulutları genellikle siyah,

alçak ve geniş olur. İyi hava bulutları ise beyaz ve yüksektir. Çok alçak bulutlar genellikle yüksek tepelere sis olarak çöker.



### Karakatmanbulut (Kümülonimbüs)

Karakatmanbulutlar dolu, rüzgâr ve fırtına getirir. Bu kara, yoğun bulutlar gökyüzünde kule gibi yükselir ve fırtına esnasında şimşek de oluştururlar.

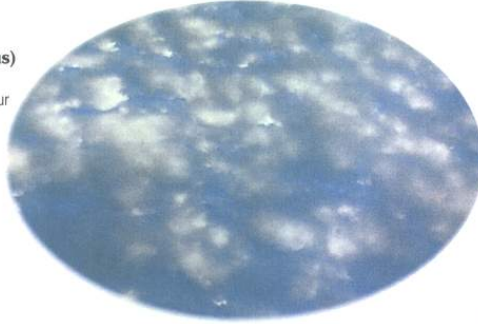


### Kümebulut (Kümülius)

Köpük köpük görünen bu bulutlar iyi hava habercisidir. Ancak bulut oluşumu çok yoğun ve rengi de koyuysa yağmurun geldiğini anlayabilirsiniz. Kümebulutlar okyanusta görüldüğü zaman kara yakında demektir.

### Yağınbulut (Stratokümülius)

Yağınbulutlar bazen kümebulutların üzerinde oluşur ve kalın bir örtü oluşturur. Genellikle akşamüzeri hafif yağışlar getirirler.



### Tüybulut (Sirrus)

Tüybulutlar çok beyazdır ve tüye benzer. İyi havalarda, çok yüksekte oluşurlar. Yüksekte atmosfer çok soğuk olduğundan bu küçük bulutlar tamamen buz kristallerinden oluşur.

## YERYÜZÜ HAVA DURUMUNU NASIL ETKİLER?

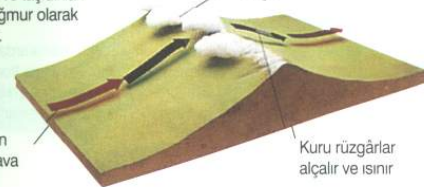
Nem yüklü rüzgârlar özellikle de deniz yönünden geliyorsa dağ sıralarından geçerken yükseldiklerinde bulut oluştururlar ve nem yağmura dönüşür. Yağmur yüklü bu bulutlar denize doğru geri dönerek dağların denize bakan taraflarına şiddetli yağmurlar halinde dökülür. Öteki tarafta ise artık nem taşımayan rüzgârlar alçalır ve karanın iç kısımlarına doğru ilerler. Artık yağmur taşımadıkları için bir "yağmur gölgesi" oluşur. Bu durum iç kısımları Doğu Avustralya'nın iç kısımlarında olduğu gibi çok kuru kılar.

### Yağmur

Nemli rüzgârlar yükselir ve taşıdığıları nem yağmur olarak dökülür.

Hava soğuyup yoğunlaşınca bulutlar oluşur

Yükselen nemli hava





## DOĞAL HAVA TAHMİNLERİ

Birçok eski deyiş gözlemlere dayanır. Örneğin "Gece kızaran gökyüzü çobanı güldürür, sabah kızaran gökyüzü çobanı

süründürür" oldukça doğru bir gözlemi anlatır. Hayvan davranışları da hava durumundaki değişiklikleri

gösterebilir. Ayrıca gökkuşağı gibi doğal olaylar da bu çeşit göstergelerdendir.



### Gökkuşağı

Gökkuşağı yağmurdan sonra havadaki su buharından süzülen güneş ışığıyla oluşur. Su buharı bir prizma gibi güneş ışığını oluşturan renkleri ayrıştırır. Özellikle öğleden sonra oluştuğunda gökkuşağı iyi hava habercisidir.



### Göç Eden Hayvanlar

Hayvanlar hava durumunda değişikliklere yol açan basınç değişikliklerini hissederler. Fırtına ya da kar yağışı yaklaşırken özellikle yüksek irtifalarda yaşayan hayvanlar grupları oluşturur ve daha güvenli alçak bölgelere inerler.



### Kızıl Gündoğumu

Gün doğarken gökyüzü kızarırsa havada çok fazla nem var demektir. Güneş bu durumda bulutlardan yansır. Bu genellikle bir fırtınanın yaklaştığına işaretir.

## BÜTÜN DOĞAL İŞARETLERİ KULLANIN

Havadaki bir değişiklik rüzgâr yönü ya da şiddetinin değişmesi ya da bulut oluşumlarının farklılaşmasından anlaşılabilir. Hakim rüzgârlar kaynaklandıkları yerdeki hava şartlarını da taşırlar. Kuru ve sürekli bir rüzgârın yön değiştirmesi ya da dinmesi yağmur gelliğinin göstergesidir. Sabah oluşan buğu ya da sis, durgun havanın belirtisiyken özellikle tepe dibi sisi ve rüzgâr yağmura sebep olabilir. Akşam karanlığı çökerken açık gökyüzü, ısıyı saklayacak bulutların varlığı olmadığından soğuk ve muhtemelen don oluşacak bir gecenin habercisidir. Yağmurdan önce artan hava basıncı romatizmalının azmasına sebep olur, bitkiler gözeneklerini açar (ve böylece daha güçlü kokular yayarlar) ve ahşap cisimler şişer. Sesler daha uzağa gider ve herkes bir şeylerin olacağını hisseder.

### Çam Kozalakları

Çam kozalakları havadaki rutubete göre değişiklik gösterir. Eğer hava kuruyrsa kabuklar gevşer ve kozalak açılır. Yağmurdan hemen önce kabuklar nemi emer ve kozalak normal durumuna döner.



NEMLİ HAVA



KURU HAVA

## BOFORT RÜZGAR ŞİDDETİ ÇİZELGESİ

Şiddet	Tanım	Hız(mil)	Etkileri
0	Sakin	1'den az	Duman dikey yükselir
1	Hareketli hava	1 - 3	Duman meyillenir ancak rüzgâr yoktur
2	Esinti	4 - 6	Rüzgâr yüzde hissedilir, yapraklar kıpırdar
3	Hafif esinti	7 - 10	Yaprak ve küçük dallar sürekli olarak hareket eder, bayraklar dalgalanır
4	Orta esinti	11 - 16	Toz ve yerdeki kağıtlar uçuşur; dallar hareket eder
5	Taze esinti	17 - 21	Yapraklı küçük ağaçlar sallanmaya başlar
6	Güçlü esinti	22 - 27	Büyük dallar bile sallanır; şemsiye kullanmak zorlaşır
7	Rüzgâr	28 - 33	Bütün ağaçlar sallanır; yürümek zorlaşır
8	Güçlü rüzgâr	34 - 40	Küçük dallar kırılır, ilerlemek büyük çapta imkansızlaşır
9	Çok güçlü rüzgâr41 - 47		Yapılarda küçük hasarlar oluşur, baca ve kiremitler uçar
10	Fırtına	48 - 55	Ağaçlar sökülür; yapılarda büyük hasar oluşur
11	Sert fırtına	56 - 63	Büyük hasar oluşur
12	Kasırğa	64+	Doğal felaket

### Bofort Rüzgâr Şiddeti Skalası

Hava durumundaki değişiklikler rüzgâr şiddetindeki değişikliklerden anlaşılabilir. Bofort Skalası'nı kullanırken rüzgârın hızı etraftaki belli başlı bazı nesnelere üzerindeki etkisi gözlemlenerek belirlenir. Bu skalada rüzgâr hızı durgundan kasırgaya kadar 12 şiddete ayrılmıştır.

# YOLCULUĞA HAZIRLANMA

**Y**olculuğa çıkmaya karar verdiğinizde her şeyi önceden hazırlamak iyidir. Malzemelerinizi yıkatin, tamir ettirin ve çantanıza yerleştirin. Gececeğiniz araziye iyice inceleyip rotanızı mümkün olduğunca kesin bir şekilde belirleyin. Ekstra su ve yiyecek bulundurun. Yol boyunca ve

bir sonraki kampta işinize yarayacak her şeyi yanınıza almalısınız. Bir survival durumunda eğer kampınızı taşıyacaksanız sizin ve yanınızdakilerin seyahat edebilecek halde olduğundan emin olmalısınız. Yolculuğa çıkmadan gerekebilecek ekipmanı inşa etmeniz gerekebilir.

## SIRT ÇANTASI KULLANIMI

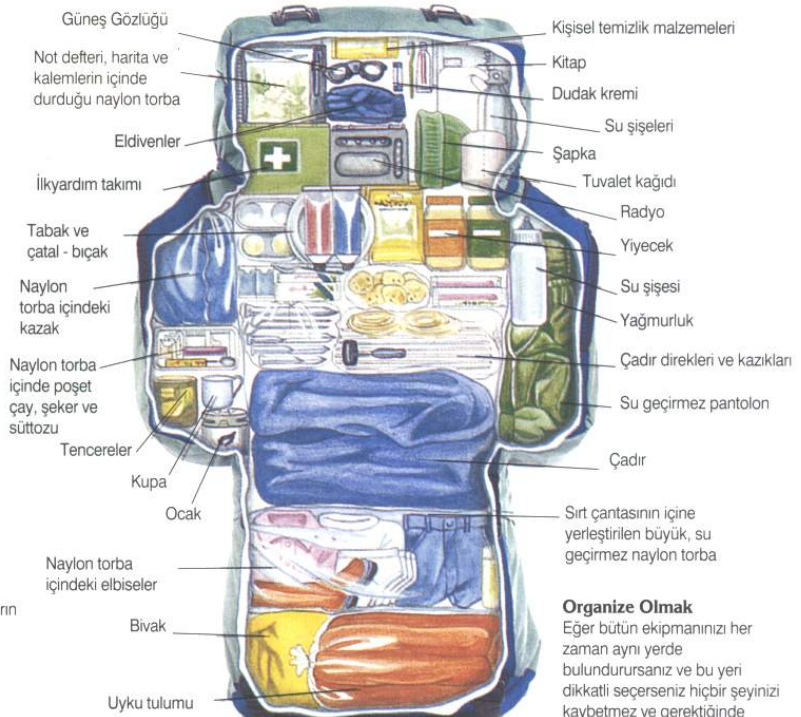
Sirt çantanız, hareket halindeyken yiyecek ve içeceğinizi bulundurabileceğiniz ve kamp gereçlerinizi taşıyabileceğiniz bir çanta olmalıdır. Çantanın dışına malzeme asmayın. Zarar görebilir ya da kaybolabilir. Acil ulaşmak zorunda kalabileceğiniz malzemeleri yan ceplerde bulundurun. Çantanın içinde hafif ama çok yer kaplayan malzemeleri su geçirmeyecek bir naylon torba içinde çantanın alt kısmına koyun. Ağır malzemeleri üstte koyarsanız sirt çantasının ağırlık noktasını mümkün olduğunca yukarıda tutabilirsiniz. Çantanın içinde giyecek, yiyecek, temizlik malzemeleri, ilkyardım çantası ve diğer ekipman ayrı ayrı su geçirmez torbalara koyulmalıdır. Kamp yaptığınızda acilen ihtiyaç duymadığınız malzemeleri çantadan çıkarmazsanız fazla dağılmamış olursunuz. Bu şekilde gerektiğinde kampı hızla terk edebilirsiniz.



Ağır omuzların üzerinde ve yüksekte taşınmalıdır.

### Sirt Çantası Nasıl Taşınır?

Sirt çantasının sizi geri çekmesini engellemek için ağırlık noktasını mümkün olduğunca yukarıda tutmaya çalışın. Çantayı taşırken yük sadece bacaklarınıza binmelidir. Desteklenmiş bir kalça kemeri ağırlığın bir kısmını omuzlardan alıp pelvis kemiğine bindirerek omurga ve omuzlardaki baskıyı bir nebze azaltır. Göğüsten geçen bantlar ağırlığı göğüs üzerinde yayar. Ayarlanabilen kayışlar sirt çantalarının mümkün olduğunca yüksekte taşınabilmesini sağlar.



### Organize Olmak

Eğer bütün ekipmanınızı her zaman aynı yerde buldurursanız ve bu yeri dikkatli seçerseniz hiçbir şeyinizi kaybetmez ve gerektiğinde her şeyi rahatlıkla bulabilirsiniz.

## GÜNLÜK GEZİLER İÇİN ÇANTALAR

Kısa geziler için yiyecek, elbise ve acil durum malzemeleri bulunan küçük bir çanta almak büyük bir sirt çantası taşımaktan daha iyidir. Kişisel temizlik eşyaları ayrı bir çantada taşınmalı, seyahat dokümanları ve kimlik belgeleri, cüzdanlar ve seyahat çekleri ayrı bir su geçirmez çantaya yerleştirilmelidir.



GÜNLÜK ÇANTA



TUVALET ÇANTASI

DOKÜMAN ÇANTASI



## BASİT BİR SIRT ÇANTASI YAPALIM



## TRAVOY YAPIMI



# YÜRÜYÜŞ

Bir ulaşım şekli olarak yürüyüş, özellikle eşya taşımak durumundaysanız şehirde yaptığımız yürüyüşlere benzemez. Grup halinde yürürken grubun en yavaş üyesinin hızına uyulmalı, planlama, organizasyon ve öngörü en ince detaya bile dikkat edilerek yapılmalıdır. Yolculuğun başında 10 dakika

yürüdükten sonra durup çoraplarınızı, botlarınızı, elbiselerinizi ve taşıdığınız eşyaları düzeltin. Ayrıca herkesin iyi olduğundan ve doğru yöne gittiğinizden emin olun. Son olarak düzenli bir yürüyüş tutturup yokuş yukarı yavaşlayın, yokuş aşağı hızlanın.

## YÜRÜYÜŞ TEKNİKLERİ

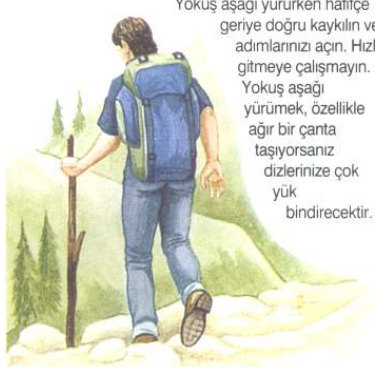
Yavaş ve sağlam hareketlerle momentum, denge ve bacaklarınızın doğal olarak ileri gitmesini sağlayabilmek için kollarınızı

sallayarak yürüyün. Sağlam ve sürekli bir tempö tutturun. Bu şekilde nefessiz kalmadan ve zarar görmeden uzun

mesafeleri yürüyebilirsiniz. Dinlenmek ve malzemenizi kontrol etmek için düzenli olarak mola verin.



**Yokuş Yukarı Yürüyüş**  
Yokuş yukarı çıkarken adımlarınızı küçültün ama ritminizi koruyun. Öne doğru eğilerek ayağınızı yere tam basın.



**Yokuş Aşağı Yürüyüş**  
Yokuş aşağı yürürken hafifçe geriye doğru kaykılın ve adımlarınızı açın. Hızlı gitmeye çalışmayın. Yokuş aşağı yürümek, özellikle ağır bir çanta taşıyorsanız dizlerinize çok yük bindirecektir.



**Kumda Yürüyüş**  
Yumuşak kumda yürürken yavaşlayın ve adımlarınızı ağırlığı yavaşça bindirerek atın. Yan yan yürürseniz parmak uçlarınızın kuma gömülmesini engellemiş olursunuz.

## GRUP HALİNDE YÜRÜME

Grup halinde yürürken grubun nisbeten sağlam üyelerini keşif yapmak, yol bulmak ve engelleri aşma yöntemlerini belirlemek için önceden yollayın. Günün sonunda öncüler kamp yeri belirleyebilir, çadır ya da barınakları hazırlar, su bulur ve ateş yakabilirler. Bu arada grupla birlikte kalacak yeterli sayıda sağlam adam da olmalıdır. Bu kişilerin görevi diğerleri kadar hızlı yürüyemeyenlere göz kulak olmak, yaralı ve hastalara yardım etmek olmalıdır.

Grubun hızı en yavaş üyeye göre ayarlanmalıdır

Sağlıksız ya da yaralı kişilerin yanında sağlam biri yürümelidir. İkili, grubun ortasında yürümeli, bu şekilde geri kalmaları engellenmelidir.

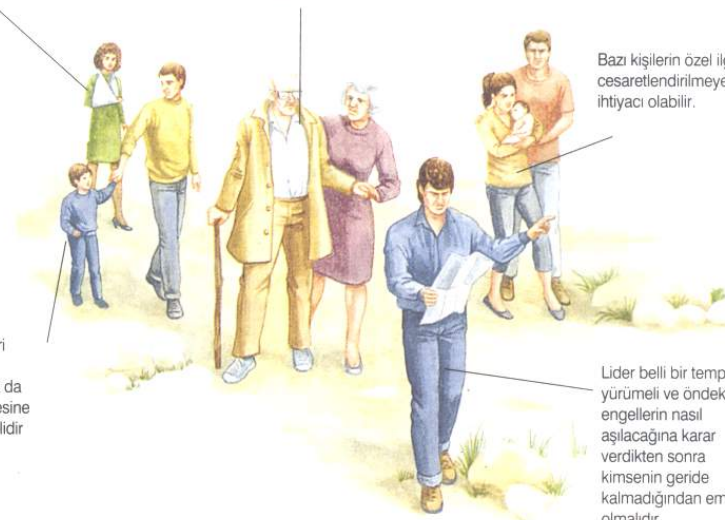
Bazı kişilerin özel ilgi ve cesaretlendirilmeye ihtiyacı olabilir.

### Birarada Kalmak

Özellikle survival durumlarında öncü ekip hariç grubun birarada yürümesi gerekir. Çocukların ya da yaralıların geri kalmasını engelleyin. Herkesin uyabileceği bir hızda ilerlemelisiniz.

Çocukların geri düşmesi, oyalanması ya da önceden yürümesine izin verilmemelidir

Lider belli bir tempoya yürümeli ve öndeki engellerin nasıl aşılacağına karar verdikten sonra kimsenin geride kalmadığından emin olmalıdır.





## ROTA PLANLAMAK

Rotayı planlamanın en iyi yolu önceden yürümektir. Yine de bu yöntem özellikle survival durumlarında pek pratik sayılmaz. Yola çıkmadan önce tepe, güvenle tırmanabileceğiniz bir ağaç gibi yüksek bir nokta bulun, dürbün ve harita kullanarak en kolay rotayı belirleyin. Cangılda tepelerin sırtları vadi tabanlarından daha az ağaçlık olduğundan buralardan gitmek daha kolay olur. Ancak su kenarlarında yerel halk tarafından açılmış yollar bulmanız da mümkün olabilir. Her zaman özellikle survival durumlarında en kolay yoldan ilerlemeye çalışın.



### Mola

Özellikle eğer grup halinde yürünüyorsanız düzenli olarak mola vermek önemlidir. Her mola için 10 dakika ayırın ama herkes mola yerine varıp oturmadan süreyi başlatmayın. Herkes dinlenirken öncüler keşif yapabilir.

## YÜRÜYÜŞ TEHLİKELERİ

Vahşi doğada yürürken yaralanmalardan, böcek ya da yılan sokmalarına kadar birçok tehlikle karşı karşıya kalabilirsiniz. Örneğin Kuzey Amerika'nın orman ve otaklarında ısırğan bir tür karasinek yaşar. Sürtündüğünüz çalılardan üzerinize geçebilecek olan keneler de dahil olmak üzere bu çeşit birçok tehlike söz konusudur. Sakatlanmalara engel olmak için yürüyüş



şeklinizi araziye uydurmalsınız. Diğer bir tehlike ise sıcak çarpmasıdır. Soğuk almamak şartıyla elbiselerinizin sizi yeterince serin tuttuğundan emin olmalısınız.

### Eşekansı

Eşekansı (Vespa) türleri özellikle ılıman bölgelerde acı veren sokmalarıyla yürüyüşçüler için tehlikeli olabilir.

## GECE YÜRÜYÜŞLERİ

Geceleri, ayağınızla basacağınız yeri yoklayarak yavaş yavaş yürüyün. Ay ve yıldızların ışığından mümkün olduğunca çok faydalanabilmek için açık alanlarda yürüyün ve ağaçlardan uzak durun. Çömelerek yukarı doğru bakarsanız gideceğiniz yolun silüetini seçebilirsiniz. Nesnelere direkt bakmaktansa kenarlarına doğru bakın. Sık sık durun ve hiç ses çıkarmadan etrafınızı dinleyin. Her zaman harita ve pusulanızı kullanın.

### Gece Görüşü Sağlamak

İnsan geceleri etrafını yaklaşık yarım saatte görmeye başlar ve bu durumu devam ettirmek zordur. Fenerinizi kullanarak pusula ya da haritanıza bakacağınız zaman bir gözünüzü kapatın. Böylece gece görüşünüzü hemen kaybetmezsiniz.

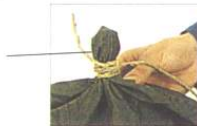


## HUDSON KÖRFEZİ ÇANTASI

**1** Eğer bir sırt çantanız yoksa kendinize uydurma bir çanta yapabilir ve malzemelerinizi bu çantanın içine taşıyabilirsiniz. Önce sağlam bir bağlama noktası oluşturmak için bir yağlı bezinin ya da pançonun köşelerine birer taş sarın.



Pançonun köşesini taşın etrafına bağlayın



**2** Malzemelerinizi pançonun içine düz bir hatta serip pançoğu dizdiğiniz malzemelerin etrafına sarın. Panço elbiselerin etrafına sarıldıktan sonra kenarları içine tikiştirin.



**3** Yaptığınız bohçayı tüm malzemenizin pançonun içine kalacağından ve eşyaların yolda düşmeyeceğinden emin olacak şekilde sıkıca bağlayın. Bir uçtan diğerine, kayış olarak kullanacağımız ipi bağlayın.



Bohça sırt çantası gibi taşınabilir

**4** Bohçayı omzunuzdan geçirin ve göğsünüzün üzerinden çaprazlayın. İpin omzunuzu kesmesini engellemek için altına ot ve yapraklardan destek yapabilirsiniz.





By Doring Kindersley Limited. Original ed: The Commando Survival Manual  
Copyright (c) 1984 Doring Kindersley Limited, London  
Text copyright (c) 1994 Hugh McManners



9

SURVIVAL EKI

OUTDOOR dergisinin  
okurlarına armağanıdır.

HUGH McMANNERS

Yayınca hazırlayanlar: FOLGA GÜNGÖR / MURAT KARA



# BUZ VE KARDA YÜRÜYÜŞ

**K**ar ve buzda yürüyüşün tehlikeleri arazinin yapısı ve soğğun insan vücuduna etkilerinden kaynaklanır. Üşümek kutup bölgelerinde terlemekten daha önemli değildir. Yürür ya da çalışırken terlersiniz. Kutup arazisine uyum sağlayabilmek için son derece zinde

olmak gereklidir. Bu arada doğru ekipmanı da unutmamak lazım. Bu ikisi olmadan uzun süre sağ kalamazsınız. Kar ve buzda yürüyüş ılıman bölgelerde bile tehlikeli olabilir. Bu yüzden son derece dikkatlice planlanması gerekir.

## KUTUP BÖLGELERİNE UYGUN GIYİM

Kutup bölgelerinin aşırı soğuğu özel elbiseler giyilmesini gerektirir. Böyle alanlarda yürürken hedik, krampon, kayak gibi malzemelere ihtiyaç duyulur. Buzulların üzerinde ise güvenli geçiş için buz baltası gerekir. Sıcaklamayı engellemek için ya fermuarları açarak ya da bir iki kat çıkararak elbiselerinizi havalandırmanız gerekebilir. Kat kat giyinme prensibine uymak ve en üste rüzgârlık giymek gereklidir. Çok düşük ısılarda ve soğuk rüzgârlarda soğuk yanğını engellemek için derinin her tarafını örtmek gerekir. Kar körlüğünü engellemek için güneş gözlüğü de takmalısınız.

### HAYATİ EKİPMAN

Kutup bölgelerinde bazı malzemelerin hayati önemi vardır. Gözlükler kar körlüğünü engeller. Kramponlar buzda kaymadan yürümenizi, hedikler ise derin karda batmanızı sağlar. Buzlu eğimleri tırmanırken buz baltası kullanmak gerekir. Kayak batonları ise dengeyi sağlamanıza yardımcı olur.



GÖZLÜK



HEDİK



KRAMPON

BUZ  
BALTASI

KAYAK BATONU

### Buz Kazmasının

**Sapı**  
Buzlu eğimleri tırmanırken buz kazmanızın sapıyla basamaklar açabilirsiniz. Ayrıca kayıp düştüğünüzde kazmanızın fren yapmak ya da tutunmak için buza saplayabilirsiniz.

### Pantolon

Pantolon ya da salopetlerde (göğüse kadar çıkan askılı pantolon) rüzgâr geçirmeyen bir dış kat olmalıdır. Ayrıca pantolonun arka tarafında fermuar olursa, çıkarmadan doğal ihtiyaçlarınızı karşılayabilirsiniz.

### Sıcak Kalmak

Soğuk iklimlerde giyeceğiniz elbiseler sıcak havayı tutmak ve vücudu yalıtılabilmek için kat kat olmalıdır.

### Kapşon

Kapşon yüzünüzü iyice kaplayacak şekilde olmalıdır. Ayrıca içine sıcak tutacak bir başlık giymek gerekir.

### Ceket

Giyecek ceketler rüzgâr geçirmez ve havalandırılabilir olmalıdır. Ayrıca altına kat kat elbise giyebileceğiniz kadar büyük olması iyi olur. Ceketin içine hafif ve yalıtım sağlayabilecek bir iç kat giyilebilir.

### Eldiven

Soğuk iklimlerde üç kat eldiven giymek gerekir. En alta derinin metallere yapışmasını engelleyecek ince bir eldiven giyilir. Onun üzerine giyeceğiniz yün eldivenler ve en üste takılacak kalın tek parmaklı eldivenler rüzgâr ve su geçirmez cinsten olmalıdır. Eldivenleri uçlarına bağlayacağınız, kolların içinden geçip omuzlardan aşıracağınız iplerle birbirine tutturmalısınız.

### Buz Çekici

Buz çekici buz duvarlarına tırmanırken tırmanma kazıklarını çakmak için kullanılır.

### Bot

Çadırın içinde ve kampa kalın iç botlar kullanmalı ve üzerine yalıtkan plastik botlar giymelisiniz. Botların içine ayrıca kat kat ince ve kalın çorap giyilmelidir.





## UYDURMA HEDİK



**1** Yeşil bir dalı dizinizde bükün ve kolayca esner hale getirin.



**2** Bıçağınızı kullanarak kavisin iç kısmını soyun. Bu odunun daha kolay bükülmesini sağlar.



**3** Dalın iki ucunu birbirine tam oturacak şekilde yontun.



**4** İki ucu birbirine oturup sıkıca bağlayın.



**5** İki sopayı ortasından birbirine bağlayın. Bu şekilde üç tane hazırlamalısınız.



**6** Üç çift sopayı önceden yaptığınız çemberin üzerine bağlayın. Bu sopalar ayağınızı taşıyacak.

Sopa çiftlerini çembere bağlayın.



**7** Sopaların içinden ve dışından geçireceğiniz bir iple hedikğin tabanını örün.

**8** Yaptığınız hedikği bir ip yardımıyla botunuza bağlayın. Hedik vücudun ağırlığını ayağınızdan daha geniş bir alana yayarak batmanızı engeller.



## KAR VE BUZ GEÇİŞ TEKNİKLERİ



### Derin Kar

Kar altındaki geniş arazileri grup halinde geçerken yapılacak en iyi şey dokunma mesafesi içinde tek sıra halinde yürümdür. Bu şekilde tipide kaybolmalar engellenir ve biri düştüğünde diğerleri hemen yardımına koşabilirler. Derin karın üzerindeki buz tabakası genellikle ağırlığınızı çeker ama dikkatli davranmalı ve buz baltanızı kullanmalısınız.

### Araziyi İncelemek

Buzlu bölgeleri ya da donmuş bir gölü geçerken çok dikkatli olmalısınız. Grubunuzun diğer üyelerine iple bağlanmalı ve buz baltanızı hem yürürken dayanmak hem de gizli yarıklar ve oyukları aramak için kullanmalısınız. Donmuş bir rezervuarın üzerinde asla yürümeyin. Eğer su başka bir yere akıyorsa su yüzeyiyle buz arasında metrelerce hava boşluğu olabilir. Böyle bir durumda buz kırılırsa kendinizi yukarı çekemezsiniz. Eğer buzlu bir eğimde kayıp düşerseniz buz baltanızın sivri ucunu yere saplayıp ağırlığınızı üzerine verin. Bir fren gibi çalışıp kayıp gitmenizi engelleyecektir.



### MUKAVEMET KAYAĞI

Mukavemet kayakları uzun ve incedir. Hep kaymalarını hem de kavramalarını sağlayabilmek için altlarına bir malzeme (wax) sürülür. Böylece geri kaymadan ilerlemek mümkün olur. Arkada kalan bacakla yere güç verip diğerini ileri kaydırarak ilerlenir. Yürümenin mümkün olmadığı toz karlı bölgelerde ilerlemek için idealdir.

### Sessizce Süzülmek

Mukavemet kayağı etkili ve neredeyse tamamen sessiz ulaşım imkanı sağlar ve yürüyerek asla ulaşamayacağınız yerlere gitmeyi mümkün kılar.



# KAR ÜZERİNDE SEYAHAT

Buz ve derin kar üzerinde hızla ilerlemek için kar motorları ve kayak kullanılır. Ancak buz üzerinde hatta çok az bir kar örtüsünde bile ilerlemek çok yorucu olabilir. Sadece çok zinde ve tecrübeli kişiler kutup bölgelerinde yolculuk edebilirler. Çünkü bu



bölgelerde soğuk iklim düşünmeyi zorlaştırır, uzun kış gecelerinde en neşeli insanların bile morali bozulabilir. En hafif rüzgârlar bile soğuk yanığı yapabilir.

### Kar Araçları

Günlük kutup yaşantısında kar motosikletleri köpeki kızakların yerini alıyor.

## İNSAN GÜCÜ KULLANMAK

Buz ve donmuş kar üzerinde özellikle kayakla ilerliyorsanız çekçek kullanmak çok rahattır. Yumuşak karda ise kayaklarla ilerlemek giderek zorlaşacağından hedik kullanmak daha akıllıca olabilir. Yine de bu şekilde ilerlemek de pek kolay sayılmaz. Sıcaklamamak ve terlememek için çok dikkatli olmalısınız. Aksi halde elbiseleriniz ıslanır. Fazla ısıyı dışarı atabilmeniz için elbiselerinizin havalandırılabilir olmalıdır.

### Çekçek Çekmek

Çekçekler sizi ağır yükleri sırtınızda taşımaktan kurtarır, buz ve donmuş karda çok iyi kayar. Ancak yokuş aşağı inilirken giderek hızlanır ve durdurulmaları zorlaşacağı gibi döndürülmeleri imkansızlaşır. Koşumdan rahatça ve süratle çıkabileceğinizden emin olun ve her ne kadar kolay olmasa da aşağı eğimler bittikten sonra durun. Çekçek her zaman kontrolünüz altında olmalıdır.



Malzemeler su geçirmez bir örtüye sarılarak çekçeğe bağlanır.

### DİKKAT

Soğuk yanığı işaretlerine dikkat edin. En az kan dolaşımı parmak, burun, ayak ve kulaklarda olduğundan bu bölgeler daha çabuk etkilenir. Deri donmaya başladığında önce batma duygusu oluşur. Daha sonra bölge hissizleşir. Balmumuna benzer lekeler belirir. Eğer bu bölge hemen ısıtılmazsa lekelerin etrafı şişer, giderek kızanır, su toplar ve ölür. Daha sonra da donan organ düşer.



## İNSANIN EN İYİ DOSTU

Kızak sürücüsü ağırlığı bir ayağından diğerine bindirerek kızığın yönünü değiştirir

Kızak esneklik ve sağlamlık için sıkıca bağlanmıştır

### Geleneksel Ulaştırma Yolları

Kızak köpekleri çok uzun zamandan beri kutup bölgelerinde taşıma amaçlı kullanılır. Günümüzde de kâşifler köpek kızaklarını kar ve buz üzerinde malzeme taşımak için en uygun araç olarak nitelendiriyor. Son derece dayanıklı, tipilerde bile ilerleyebilen, buz hariç bütün zeminlerde son derece hızlı (buz köpeklerin ayaklarını keser), bakımı daha kolay ve kar motosikletlerinden daha insancıl olduğundan kutup hayatında önemli yeri vardır.

### Uyum İçinde Çalışmak

Takım uyum içinde çalışır, en öndeki köpek de gruba liderlik eder. Onu yönlendiren ise kızığın sürücüsüdür.

Sert plastik sürtünme sağılar



## RÜZGARIN SOĞUTMA ETKİSİ

Sürat	Sıcaklık (C)														
	-4	-7	-9	-12	-15	-18	-20	-23	-26	-29	-31	-34	-37	-40	-43
Rüzgârlı Sıcaklık (C)															
8 km/s	-7	-9	-12	-15	-18	-20	-23	-26	-29	-32	-34	-37	-40	-43	-45
16 km/s	-12	-15	-18	-23	-26	-29	-32	-37	-40	-43	-45	-51	-54	-57	-59
24 km/s	-18	-20	-23	-29	-32	-34	-40	-43	-45	-51	-54	-57	-62	-65	-68
32 km/s	-18	-23	-26	-32	-34	-37	-43	-45	-51	-54	-59	-62	-65	-70	-73
40 km/s	-20	-26	-29	-34	-37	-43	-45	-51	-54	-59	-62	-68	-70	-76	-79
48 km/s	-23	-29	-32	-34	-40	-45	-48	-54	-57	-62	-65	-70	-73	-79	-82
56 km/s	-23	-29	-34	-37	-40	-45	-51	-54	-59	-62	-68	-73	-76	-82	-84
64 km/s	-26	-29	-34	-37	-43	-48	-51	-57	-59	-65	-70	-73	-79	-82	-87

Normal önlemlerle baş edilebilecek durumlar

Çok zor, termal giyim gerektiren durumlar

Deri uzun süre açık havaya maruz kalırsa donmaya başlar

Açık havada seyahat tehlikeli olabilir, açık havaya maruz kalan deri bir dakika içinde tamamen donar

Son derece tehlike durumu. Açık havaya maruz kalan deri 30 saniye içinde donar

### Rüzgâr Üşütür

Rüzgâr havayı normalde olduğundan çok daha soğuttuğu kuzey enlemlerinde öldürücü olabilir. Rüzgârın hızı arttıkça hava sıcaklığına olan etkisi de katlanarak çoğalır.

## KIZAK YAPIMI

**1** Bir kızak ya da çekçek yapmak için çatalı ve kalınca bir dal bulun. Çatalın iki ucunu diğer uca bağlayın.



**2** Yere sürtünen bağlar hemen aşınacağından bağladığınız yerlerin etrafını destekleyerek kalınlaştırın.



Çatalın iki tarafına bağlanan dallar yükü taşır



**3** Çatalın iki tarafına kızığın taşıma platformunu oluşturacak dalları bağlayın.



Bir dal ve ip kullanarak kızığın çekeceğini yapabilirsiniz



### Yüklü Kızak

Malzemelerinizi bir pançooya sararak kızığa sıkıca

**4** Platform desteklerini mümkün olduğu kadar çok tutarak kızığı daha sağlam kılabilirsiniz.



Koşumlar köpekleri birbirine bağlar ve tek vücut olarak hareket etmelerini sağlar

Kalın post kani ve soğuğu geçirmez

### Güvenilir Ulaşım

Kalın postları ve kalın kürk ayaklarıyla Haskiler kutup bölgelerinde seyahate çok uygundur



# ÇÖL GEÇMEK

Çöller sürekli yerleşimi destekleyecek su kaynağı ve bitkisel yaşamdan yoksun olduğundan genellikle insansız bölgelerdir. Uç iklim bölgeleri olduklarından gündüzleri çok sıcak, sıcaklığı saklayacak bulut olmadığında geceleri çok soğuk olur. Hava

durumu sert kum fırtınaları ve çok kısa sağanaklarla ani değişiklikler gösterebilir. Çöl son derece yabancı ve su açısından son derece fakir bir ortam olduğu için sadece en dayanıklı yaratıklar sağ kalabilir.

## ÇÖLE UYGUN GİNMEK

Çölde elbise seçerken amacınız vücut ısını sabit tutmak olmalıdır. Giysiler gündüzleri vücudu sıcaktan korurken geceleri ısı aniden düşüncü sıcak tutabilmelidir. Tüm vücut hem güneşten hem de kum fırtınalarının etkisinden korunmak için örtülmelidir. Çöllerde nem olmadığından aşırı sıcak, çok sıcak olan diğer bölgelerden daha çok rahatsız eder. Çöl giysilerinin su geçirmez özellikleri olması gerekmediğinden geçirgen olmalarında bir sakınca yoktur. Bu şekilde katmanlar arasında havalandırma da mümkün olur.

### UYDURMA EKİPMAN

Çöller çok tehlikeli olduğundan tüm gerekli ekipmanın, özellikle sizi güneşin ultraviyole ışınlarından koruyacak giysilerin varlığı elzemdir. Fotoğraf filmi kullanarak kendinize uydurma bir güneş gözlüğü yapabilir, bandana ya da havludan yapacağınız eşarpla boynunuzu koruyabilirsiniz. Gerekirse kumaşla ayakbağınızı sarmanız da mümkündür.

#### Güneş Gözlüğü

Gözlerinizi her zaman korumalısınız. Bir filmden keseceğiniz parçaya bıçakla yanklar açarak ya da iğneyle delerek uydurma güneş gözlükleri yapabilirsiniz. Film parçasını bir iple başınızın arkasından tutturun.



**Güneş Gözlüğü**  
Kalın filtrelili güneş gözlükleri güneş körlüğünü engeller.

**Ceket**  
Rüzgâr geçirmeyen ceket dikenli bitkiler, güneş, rüzgâr ve gece soğuşundan korur.

**Kemer**  
Örgü ya da kanvas bir kemer içinize kum girmesini engellediği gibi acil durumlarda ilkyardım askısı olarak da kullanılabilir.

#### Çöl Giysileri

Çölde giyilen elbiseler çok hafif olmalı, gözenekli ama dayanıklı malzemeler seçilmelidir. Gündüzleri güçlü ultraviyole ışınlarından ve güneşin sıcaklığından korunmanız, geceleri ise sıcak kalkanızı sağlayacak elbiseler giymelisiniz.

#### Şapka

Açık renkli, geniş kenarlı bir şapka sıcak güneş ışınlarını yansıtır ve geceleri başınızın üşümesini engeller.

#### Pamuklu Gömlek

Hafif, pamuklu gömleğiniz uzun kollu olmalı ve kollarınızı güneşten korumalıdır. İçinize giyeceğiniz bir tişört terin buharlaşmasını kontrol eder ve serinlemenizi sağlar.

#### Eller

Güneş kremi sürerek ellerinizin yanmasını engelleyin.

#### Pamuklu Pantolon

Sıkı pamuklu kumaştan yapılmış pantolonunuz rüzgâr geçirmez olmalı ve bacaklarınızı güneşten, kumdan ve dikenli çalılardan korumalıdır.

#### Botlar

Çölde giyilen botlar kalın ve yalıtılmış olmalı, üstleri ayakların nefes almasını sağlayabilmek için süet olmalıdır.





## ÇÖL TIPLERİ

Bir bölge yılda 25 santimden az yağmur alıyorsa çöl olarak nitelendirilir. Çöllere mevkî ve iklimlerine göre dünyanın her tarafında değişiklik gösterir. Taşlarla kaplı bir arazi, yer değiştiren kum tepeleri, kayalık dağlar ya da bitki ve hayvan yaşamını destekleyebilecek kaynaklara sahip olmayan boş araziler çöldür.



### Taşlık Çöl

Düz, taşlık, verimsiz olan bu araziler genellikle eski deniz yataklarıdır. Dünyanın her tarafında bulunan bu çöllere barınak yokluğu ve sürekli rüzgârlar yüzünden yaşanması çok zor yerlerdir.



### Kaktüs Çölü

Bazı çöllerde özel bitkiler yaşayabilir. Dokusunda su biriktirebilen kaktüsler bu bitkilerdendir. Bu gibi çöllere Kuzey ve Güney Amerika'da, Avustralya'da ve Asya'da bulunur.



### Kum Çölü

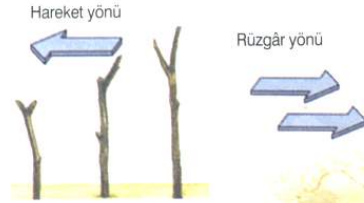
Geniş, sıcak ve kum tepeleriyle kaplı araziler kum çölü olarak bilinir. Avustralya, Kuzay Afrika ve Asya'da bulunur.



### İlman Yan - Çöl

Her tarafı odunsu çallarla kaplı olsa da bu bölgeler otlağın oluşması için fazla kurudur. İlman yan - çöllere Kuzey ve Güney Amerika'da, Orta Asya ve Avustralya'da rastlanır.

## KUM FIRTINASINDAN KORUNMAK



**1** Kum fırtınaları son derece rahatsız edici olabilir ve çölün görünümünü tamamen değiştirir. Kum fırtınası başladığında gitmekte olduğunuz yönü sopa ya da taşlarla işaretlemeniz gerekir.

**2** Bulabildiğiniz herhangi bir sığınağa girin ve yüzünüzü rüzgâr yönünün tersine dönün. Vücudunuzu tamamen örtün, yüz ve boynunuzu savrulan kumlardan koruyun. Yolucağa devam etmeden önce fırtınanın tamamen dinmesini bekleyin.

## ÇÖLDE SEYAHAT

Çölde karşılaşılabileceğiniz bir survival durumunda, gerekmedikçe yerinizi değiştirmemelisiniz. Ancak örneğin su bulmak için hareket etmeniz gerekirse ya da bulunduğunuz yerde sizi bulmaları mümkün değilse sadece havanın soğuk olduğu gecelerde, elinizden geldiğince ayışığı altında yürümelisiniz. Hiçbir işaretin olmadığı bir çölde nerede olduğunuzu kestirmeniz zor olduğundan vahaları bulmak (nerede olduklarını bilerseniz bile) pek kolay değildir.

### Çiydurma Gölgeleme

İki taş kümesinin arasına gereceğiniz ipin üzerine bir survival battanisi ya da uyku tulumu örterek bir parça gölge yaratabilirsiniz. Kum biraz kazarak örtünün altında biraz daha fazla yer kazanabilirsiniz.



## KISITLI SUYLA ÇÖLDE SAĞ KALMA SÜRESİ

Gölgede Dinlenirken				
C	SUSUZ	2 LİTRE	10 LİTRE	F
50	2 - 5 gün	2 - 5 gün	3 - 5 gün	122
30	7 gün	5 - 8 gün	14 gün	86
20	12 gün	14 gün	23 - 25 gün	68
Gece Yürürken				
50	1 gün	2 gün	3 - 5 gün	122
30	4 gün	5 gün	5 - 7 gün	86
20	9 gün	10 - 15 gün	5 - 15 gün	68

### Susuz Sağ Kalmak

İnsanoğlu bir yerden bir yere giderken güvenli bir şekilde yürüyebilmek için günde 4 - 5 litre suya ihtiyaç duyar. Çölde vücudunuz aşırı su kullandığından sadece geceleri hareket etmeli, yorgunluğu en aza indirmeli ve terlemeyi engellemelisiniz. 50 derece sıcaklıkta hiç su olmadan sadece gölgede yatarak beş gün dayanabilirsiniz. Bu süre sadece geceleri bile yürüseniz yarıya iner. Bu yüzden bir survival durumunda bolca suyunuz yoksa yapacağınız her hareketin gerekliliğini iyice düşünmelisiniz.

# CANGILLARLA SEYAHAT

Sıcak ve yapış yapış, üstüne üstlük her tarafını böcek sarmış olmasına rağmen birçok açıdan cangillar cennet bahçesi gibidir. Yiyecek boldur ve hiçbir mevsimde azalmaz. Gökten bol bol taze su yağar. Ancak cangıla alışık olmayanlar için ortam

karanlık, nemli, gürültülü, yıldırıncı ve rahatsız bir yerdir. Ortamdaki nem ve cangılda ilerlemenin gerektirdiği enerji, sıcak çarpmasını sürekli bir tehdit haline getirdiğinden bu tehlikenin önüne geçebilmek için yanınızda bol miktarda su taşımalısınız.

## CANGILA GÖRE HAZIRLANMAK

Cangılda ilerlerken her tarafınızı örtmelisiniz. Elbiseleriniz hafif ve sağlam olmalı, çabuk kuruyabilmeli. Devamlı olarak ıslak kalacağınız için elbiselerinizi her gün taze suyla yıkayarak çürümelerini engelleyebilirsiniz. Su geçirmez elbiseler giymenin bir anlamı yoktur, üstelik bu tür elbiseler sizi terletebilir. Hafif bir yelek soğuk gecelerde sizi sıcak tutacaktır. Uyumak için her zaman bir takım kuru ve temiz elbise bulundurun. Kullanmadığınız zamanlar takımlarınızı açıkta bırakmayın. İyice tutturulmamış malzemeler çalılara takılıp kaybolabilir. Değerli aletlerinizi boynunuza asmak en iyisidir.

### CANGIL İLKYARDIM TAKIMI

En küçük kesiklerin bile mikrop kapmasını engellemelisiniz. Dikenli ve keskin çalılıklarda içinde ilerlemeye çalışırken elleriniz mutlaka kesilecektir. Enfeksiyonu engellemenin en kolay yolu antibiyotik toz kullanmaktır. Papanızı kullanırken kendinizi yaralamamaya özen gösterin. Büyük yaralardan mikrop kapmasını engellemek de zordur. Küçük delik ve kesikleri kapatmak için yanınıza bolca su geçirmez yara bandı almalısınız.



#### Tropik İlaçlar

Tropik bölgeler için özel hazırlanmış ilkyardım takımları mevcuttur. Bu takımlar sıradan malzemelerin yanı sıra cangılda özel tedaviler için gerekli maddeleri de içerir.

#### Önemli Aletler

Takımlarınızın en önemli parçalarını kaybetmemek için sağlam iplerle boynunuza asın. Hareket halindeyken boynunuza asılı duran aletleri gömleğinizin içine sokabilirsiniz.

#### Su Şişesi

Su şişesi son derece gereklidir. Kemerinize takın ve asla kaybetmeyin. Topladığınız suyu içmeden önce mutlaka süzün ve dezenfekte edin.

#### Bıçak

"Kukri" ya da palanızı kaybetmemeye özen göstermeli ve kemerinize asacağınız bir kında taşımalısınız. Sadece kullanacağınız zaman elinizde taşıyın. Devamlı olarak düşüp düşmediğini kontrol edin.

#### Cangıl Malzemesi

Yoğun bitki örtüsünü yararak ilerlerken kollarınızı asla sıvamayın. Ellerinize, boynunuza ve yüzünüze böcek kovucu sürün. Ancak böcek kovucu maddeleri asla alınıza sürmemelisiniz. Aksi halde terle karşın madde gözlerinize girebilir.

#### Şapka

Giyeceğiniz pamuklu şapkanın kenar bitkilerin gözlerinize girmesini engelleyecek kadar geniş olmalıdır.

#### Sivrisinek Filesi

Sivrisinek filesi sivrisineklerin özellikle aktif olduğu şafak vakti takılmalıdır. Çok sıkı olduğu ve görüşü engellediği için hareket halindeyken kullanılmaz.

#### Gömlek

Gömleğiniz pamuklu ve uzun kollu olmalıdır. Boynu korumak için kaldırıp iliklebilecek bir yakası olması iyi olur.

#### İlkyardım Takımı

Kemerinize takacağınız ya da cebinizde taşıyacağınız ilkyardım takımını asla yanınızdan ayırmayın.

#### Böcek Kovucu Bantlar

El ve ayak bileklerinize böcek kovucu maddelere batırılmış bantlar sarın. Bu şekilde sivrisinek ve diğer parazitler içinize giremez.

#### Pantolon

Pantalonlar pamuklu, sağlam ve hafif bir kumaştan yapılmalı ve paçaları lastikli olmalıdır.

#### Bot

Botların burunları ayak parmaklarınızı ve ayak tarağınızı korumak için yeterince sert olmalıdır. Üst kısımları çabuk kuruyan kanvas gibi bir malzemeden olmalı, yürüdükçe içine giren suyu dışarı atabilmelidir.





## CANGILDA NELERLE KARŞILAŞILIR?



### Yeşil Örtü

Birinci derece cangillarda ağaçlar 61 metreye kadar büyüyerek güneşi bile geçirmeyen bir örtü oluştururlar. Örtü arazinin şeklinde ilerlese de yukarıdan baktığınızda görebileceğiniz tek şey sık bitkilerden bir damdır. Bu bölgelerde yaşayan hayvanların çoğu da bu örtünün içinde banır.



### Gölgeli Orman

Yeşil örtünün altında orman tabanında hemen hemen hiç bitki yoktur. Liana adı verilen dev bitkiler aşağı doğru uzar. Flora ve faunanın farklı üyeleri ortamın farklı yüksekliklerinde yaşamlarını sürdürür.

### Sık Bitkili Alanlar

İkinci derece cangillar insanların tarla açmak için yakıtılan alanlarda büyüyen bitkilerden oluşur. Hasattan sonra terk edilen bu arazilerde güneşi toprağa kadar inerek inanılmaz bir bitki gelişimi süreci başlatır. Bu çeşit cangillarda yön belirlemek ve keşif çok zordur. Bitkilerin arasından bir yol açmak gerekir ve bu son derece yorucu bir iştir.



## CANGILDA HAREKET

Birinci derece cangilları geçmek kolay olsa da ikinci derece cangillar sık, nefes alması ve yön belirlemesi zor yerlerdir. Bitki örtüsünü keserek ilerlemek zor ve yavaş ilerleyen bir iştir. Isıran böcekler ve etrafınızı saran tehlikeli dikenli, keskin sarmaşıklar da cabası. Eğer bir yere takılıp kalırsanız yapmanız gereken dönüp takılmanıza sebep olan hareketin tam tersini yapmaktır.



### Biraz Bekleyin

"Rattan" adı verilen ve "biraz bekle sarmaşığı" diye de anılan bir çeşit bitkinin bazı türleri elbiselerinizi lime lime edebilir. Eğer takılırsanız grup arkadaşlarınızdan biri sizi kurtarana kadar uslu uslu bekleyin.

## CANGILDA SEYAHATİN TEHLİKELERİ

Cangılın içinde vahşi hayvanlardan sıtma gibi hastalıklara kadar birçok tehlike kol gezer. Sürekli ıslaklık ayaklarınızda mantar oluşmasına sebep olabileceğinden devamlı pudra kullanmalısınız. Bot ve elbiselerinizi giymeden önce mutlaka ters çevirip sallayın; içlerine zehirli yılanlar ya da örümcekler



### Ölümcül Düşman

Dişi anofel sivrisineği ölümcül sıtma virüsü taşıyabilir.

girmiş olabilir. Sıtma aşısı olmayı asla ihmal etmeyin ve cangıla girmeden önce gerekli sıtma ilaçlarını mutlaka alın. Bolca böcek kaçırıcı sıvı kullanın ve geceleri mutlaka cımbık kurun.

## YAĞMUR ORMANINDA BİR GÜN

Ekvatora yaklaştıkça günler birbirinden farksızlaşır. Ekvator civarında gün doğumu ve batımı her gün aynı saattedir ve genellikle hava karanırken aynı zamanda yağmur yağar. Yüksek enlemlerde olduğu gibi gün batımında alacakaranlık olmaz, hava aniden kararır. Günlük hayat şafakla kalkıp, öğlene kadar çalışarak ve günün sıcak saatlerinde dinlenerek yaşanmalıdır. Eğer yolculuk yapıyorsanız en geç öğleden sonra üçte kamp yeri aramaya başlamalısınız.

### Sülük Çıkarmak

Sülükleri yapıştıkları yerden çekerek çıkarmayın. Çengelleri içeride kalıp yarının mikrop kapmasına sebep olabilir. Önce ateş ya da böcek kovucu maddelerle sizi bırakmasını sağlayıp sonra çıkartın.



Sülüğü yanan bir sopayla dürtün

# GÜVENLİ TIRMANIŞ

Sadece önünüzdeki engeli geçmenin başka bir yolu yoksa tırmanmalısınız. Ayrıca bu işi asla yalnız yapmayın. Eğer düşer ya da sıkışsanız kimse nerede olduğunuzu bilmediğinden kurtarmaya gelen olmaz. Tırmanmanın altın kuralı kayanın yüzeyiyle her zaman üç noktada temas etmektir. Bu şekilde bir üçayak gibi denge

sağlayabilirsiniz. Her hareketi önceden düşünerek ve vücudunuzun üç noktasının (ayakucu, parmaklar, topuk ya da eller ama asla dizler değil) kayayla temasını kesmeden yapın. Kayanın durumunu gözden geçirin ve elinizi ya da ayağınızı koyacağınız kayanın ne kadar sağlam olduğunu iyi belirleyin. Eğer varsa ipinizi mutlaka kullanın.

## EL VE AYAK TUTUŞLARI

El ve ayak tutuşları kaya tırmanışının temelidir. El ya da ayağınıza ağırlık vermeden önce bir tekme atarak ya da elinizle vurarak ağırlığınızı vereceğiniz yerin sağlamlığını denemelisiniz.

Tutunmak için çok ileri uzanmayın ya da parmak ucuna kalkmayın. Ağırlığınızı taşımak için kollarınızdan çok bacaklarınızı kullanın ve kendinizi yukarı itin.



### Yandan Çekiş

İki yanınızda dengeyi sağlamak için tutunabileceğiniz yerler olabilir. Bu gibi yerlere özellikle eğer kavramak için başparmağınızı da kullanabiliyorsanız tutun.



### El Sıkıştırma

Eğer tutunabileceğiniz bir yer yoksa elinizi yumruk yapıp bir yanığın içine sıkıştırarak kendinizi yukarı çekebilirsiniz.



### Büyük Tutuş

Eğer tutduğunuz yer iyi kavrayamıyorsanız, çıkıntıyı bir tuğla gibi tutmaya çalışın. Kendinizi tuttuğunuz yere doğru bu şekilde çekebilirsiniz.



### Kenardan Basış

Ayağınızın iç kısmını kayanın üzerindeki çatlaklara sokabilirsiniz. Ayak tabanınızı bileğinizin kaya yüzeyine doksan derece açı yapacak şekilde ilerletebilirsiniz.



### Büyük Cep

Kaya üzerindeki büyük deliklere "cep" denir ve bu gibi deliklere ayağınızı basabilirsiniz. Dengenizi ağırlığınızı el ve ayaklarınıza eşit olarak dağılacak şekilde ayarlamalısınız.



### Ortaboy Blok

Bir çıkıntıya bastığınızda tabanınızın tamamını yerleştirmeye çalışın. Ancak çıkıntı ayağınızın yansını basabileceğiniz büyüklükteyse topuğunuzu alçakta tutmalısınız.

## TEMEL TIRMANMA TEKNİKLERİ

Eğer acemiyseniz tecrübeli bir tırmanıcının tuttuğu bir iple güvenlik almadan tırmanmamalısınız. Ancak bir survival

durumunda başka seçeneğiniz olmayabilir. Tırmanmaya başlamadan önce en kolay ve güvenli rotayı saptayın ve tutacağınız yerleri

seçerken bir taraftan da araştırmayı sürdürün. Eğer rotanızdan emin olamıyorsanız aşağıya inin ve tekrar başlayın.

Dengenizi korumak için ellerinizi mümkün olduğunca yüksekte tutun



Fazla esnemeyi engellemek için mümkün olduğunca küçük hareketler yapın

Yukarı baktığınız kadar iki yanınızı da gözden geçirin

### Çıkış

Her zaman attığınız adımdan sonraki birkaç adımı planlayarak tırmanın. Yukarı tırmanmak kadar yanlara doğru gitmeyi de düşünün. Kendinizi yukarı itmek için bacak kaslarınızı kullanın ve kol kaslarınızda fazla güvenmeyin.

Yumuşak hareketlerle ilerleyin ve yaptığınız hamleyi başaramazsanız eski pozisyonunuza geri dönün

Ayağınızı koyacağınız yerlere dikkatlice basın. Ağırlığınızı taşıyamazsanız. Böylece durumlarda eski pozisyona geri dönmeyi gerekir



### İniş

Aşağı inmek doğal değilmiş gibi gelen hareketlerle yapılır ve tutunacak yerleri görmek daha zordur. Az eğimli yerlerde zemine arkanıza dönerek inebilirsiniz. Eğim arttıkça yüzünüz kayaya bakana kadar yana doğru dönün. Tutunacak yerlere bakın, ayağınızla hissetmeye çalışmayın.

Gidecek yeriniz kalmazsa tutunacak yerleri yukarıda ve iki yanda arayın

Ayağınızı bir yere yerleştirdiğinizde parmakucunda durmayın, topuğunuzu aşağıya doğru basın

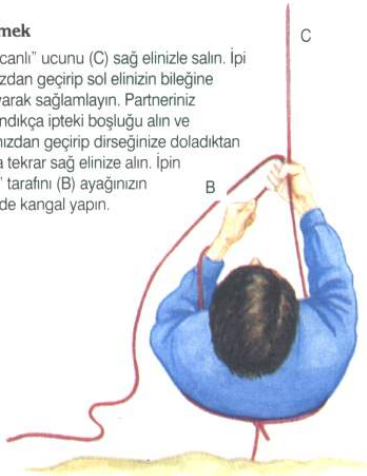


## İP VERMEK

Tırmanmakta olan birinin düşmesini engellemek için halatla destek olmak gerekebilir. Önce başlama noktasında

### Çekmek

İpin "canlı" ucunu (C) sağ elinizle salın. İpi sırtınızdan geçirip sol elinizin bileğine dolayarak sağlamlayın. Partneriniz tırmandıkça ipteki boşluğu alın ve arkanızdan geçirip dirseğinize doladıktan sonra tekrar sağ elinize alın. İpin "boş" tarafını (B) ayağınızın dibinde kangaş yapın.



bir yerde kendinizi sağlama alın. Aşağıya inen birine destek olmak için ya da tırmanmakta olan partnerinizin yükselirken

### Bırakmak

Aşağıya inen birine ip vermek için önceki işlemin tersini yapın. İpin "boş" tarafını sol kolunuza sarın, ama "canlı" tarafının kolunuza sarılmasına izin vermeyin. Aksi halde partneriniz düşerse kolunuz kırılabilir. İpi devamlı olarak iki elinizle doğru bir şekilde tuttuğunuzdan emin olun.



daha fazla ipe ihtiyacı olursa ipi aşağıda gösterildiği gibi salın.

### SIKI ALMAK

Eğer partneriniz düşerse yakalamaya hazır olun. İpi sıkılamak için sol kolunuzu vücudunuzun önünde çaprazlayın, ön kolunuzu göğsünüzde kitleyin. Geriye doğru yaslanıp başlangıç noktasında kendinizi sağlama aldığınız yere sıkıca tutun.

### Emniyet Almak

Eğer partneriniz düşerse destek olmaya hazır olun.



## HALATLA İNİŞ

Halatla iniş bir kayadan aşağı inmenin en kolay ve hızlı yollarından biridir. Halatı sağlam bir yere bağlayın ve kayadan aşağıya salın. İpe paralel durun ve iki elinizle tutarak kalçanızın altından sırtınıza, oradan da omzunuzun üzerine alın. Aşağıda kalan ucu sağ elinizle, yukarıda kalan tarafı sol elinizle tutun. Düz durarak kayadan aşağıya geri geri yürürken ipi yavaş yavaş bırakarak kaymasına izin verin.

### Halatla İniş

Süratinizi sağ elinizle ayarlayın.



## ÇOK KADEMELİ TIRMANIŞLAR

İpinizin uzunluğundan fazla olan kaya yüzeylerine çıkmak için uygun yerlerde durup ekibin geri kalanına ip vererek

- 1 Öndeki tırmanıcı kaya yüzeyindeki en kolay ve güvenli rotayı kullanarak tırmanır. Eğer tırmanışın ilk bölümü çok dik ve tehlikeliyse lider kayaya kazık çakar ve emniyet alır. İkinci tırmanıcı ise güvenli bir yerden ip verir.



yanınıza gelmelerini sağlamalı, çok kademeli tırmanış teknikleri kullanmalısınız.

- 2 Güvenli bir yere erişince lider kendisini emniyete alır ve tırmanmaya başlayan ikinci tırmanıcıya ip verir. Eğer lider kazık kullanmışsa ikinci tırmanıcı tırmanırken kazıkları toplar.



Lider ikinci tırmanıcıya ip verir

# ACİL DURUM TIRMANIŞI

**E**n kolay tırmanışlar bile bir anda zorlaşabilir. Tecrübeli tırmanıcıların bile sıkıştıkları, düştükleri ya da kurtarılmaları gereken durumlar söz konusu olabilir. Aşağıdaki daha ileri teknikler tecrübeli tırmanıcılar tarafından zor durumlardan kurtulmak için kullanılır. Bu hareketler tehlikelidir ve çizimlerde

göründüğü kadar kolay olmayabilir. Bir survival durumunda zor durumları elinizdeki tüm imkanları kullanarak aşmalısınız. Bu yüzden bu teknikleri öğrenmeli ve gerektiğinde kullanabilmelisiniz. Eğer bu teknikleri önceden denemek istiyorsanız bu işi bilen birilerinden yardım almanız en iyisidir.

## BACA TIRMANIŞI

Baca tırmanışı vücudun sığabileceği kaya aralıklarında kullanılan bir yöntemdir. Yukarı bakmalı ve kendinizi yukarı tam

olarak nasıl çekeceğinizi iyice hesaplamalısınız. Bu noktada takılıp kalmanız mümkündür.



**1** Bir aralığa girmeden diğer rotaları gözden geçirin. Kuru yüzeyli kayalarda aralığın dış tarafına yakın durun. Kendinizi yukarı iterken ellerinizi ve ayaklarınızı aynı anda kullanın.



**2** Bir ayağınızı sırtınızı dayadığınız duvara ve aynı taraftaki elinizi de karşı duvara dayayın. Bacaklarınızla iterek kalça ve sırtınızı duvarda ilerletin.

## DİNLENME ZAMANI

Baca tırmanışı kaslara çok yüklenir ve yavaş yavaş yapılmalıdır. Kol ve bacaklarınızı düz tutup sırtınızı duvara yaslayarak sık sık dinlenin.

### DİNLENME



## SET ÇIKIŞI

Aşağıdan bakıldığında özellikle tutunacak yerleri göremiyorsanız kaya yüzeyindeki setler oldukça göz korkutucu olabilir.

Set çıkış tekniği bu gibi zorlukları aşmak için kullanılır. Bu tekniği, engeli geçmenin başka hiçbir yolu yoksa

kullanmalısınız. Zor bir tekniktir ve son derece zinde olmayı gerektirir.



**1** Kendinizi iki dirseğinizi de setin üzerine koyabilecek kadar yukarı itin. Ağırlığınızın tümünü bacaklarınıza vermelisiniz.

Dirseğinize dayanırken ayağınızı setin üzerine atın



**2** Yüz ve göğsünüzü kaya yüzeyine mümkün olduğunca yakın tutarak ağırlığınızı bir dirseğin üzerine verin. Bir ayağınızı setin üzerine atın.

Ellerinize bastırırken dizinizi setin üzerine atın



**3** Ellerinize kayayı itin ve dizinizi de setin üzerine atın. Kendinizi yavaşça setin üzerine çekin.



## PRUSİK DÜĞÜM NASIL ATILIR?

Prusik düğüm yük bindiğinde sıkışan ama istendiğinde kolayca çözülebilen kayan tip bir düğümdür. Bu düğümle kendinizi halata

güvenli bir şekilde bağlayabilir ve düştüğünüz yerden çıkarken ya da bir seti aşarken prusikten yaralanabilirsiniz.

**1** Bir elinizi kullanarak halatla bir daire yapın (resimdeki sarı halat) ve diğer halatın (kırmızı) üzerinde bükün. Sarı halatın uçlarını yaptığınız halkanın içinden geçirin.



**2** İkinci olarak sarı halatı birinci resimde olduğu gibi kırmızının üzerinden bir kere daha gevşekçe geçirin ve dört halka oluşturun.



**3** Sarı halatı çekin ve kırmızı halatın üzerinde kaydırarak sıkışmasını sağlayın. Halkaların eşit olmasına ve birbiri üzerinden geçmemesine dikkat edin.



**4** Daha fazla sürtünme için ikinci ve üçüncü basamakları kırmızı halatın üzerinde dört halka oluşana kadar tekrar edin. Düğümü kıvrımlar eş ve sıkı olacak şekilde düzeltin.



## PRUSİKLEME

İki kısa halat ve tırmanma kemeriyle sabit halatlara tırmanarak ciddi tehlikelerden kurtulmak mümkündür. Acil bir durumda iyi

bir tırmanma kemeriniz yoksa halat kullanarak bir tane yapabilirsiniz. İçine oturacağınız bir çember yapın ve

belinizden geçirip çifte denizci düğümü atacağınız ikinci bir halatla emniyet alın.

Üstteki düğüm erişemeyeceğiniz kadar yüksekte olmamalıdır



**1** Kemer olarak kullanacağınız halatı (yeşil) prusik düğümle (A) emniyete alın. İkinci bir kısa halatı (mavi) yine prusik düğümle (B) sabit halata bağlayın. İkinci kısa halatın aşağıya bakan ucuna bir halka yapıp ayağınızla içine basın.

Düğümü yukarı itmeden önce bükün



Ayağınızın etrafındaki halka ağırlığınızı çeker

**2** Tırmanmak için bacaklarınıza kuvvet verip doğrulun ve bacağınızı düzleştirin. Üstteki düğümü (A) hareket ettirmek için sabit halatı aşağıya doğru çekin. Düğümü bükerek gevşetin ve erişebileceğiniz kadar yukarıya çıkartın.



Dengenizi sağlamak için kaya yüzeyine dayanın

**3** Yavaşça oturma pozisyonuna geçin ve ağırlığınızı, yaptığınız kemerdeki çifte denizci düğümüne bindirin. Sabit halatın aşağıdaki düğümün (B) altında kalan kısmını sabitleyerek düğümü yukarı itin. Şimdi tekrar yukarı doğru hareket etmek için doğrulun.

## KARABİNALAR

Karabinalar halat birleştirmek ya da malzeme takmak için kullanılan eklemlerdir. Yaylı karabinalar daha çabuk açılrsa ve kilitli karabinadan daha kolay takılrsa da kilitli karabinalar özellikle ip verme, halatla iniş gibi durumlar için daha güvenilirdir.

### Kilitli

### Karabina

İp verme ve halatla inme gibi çok güvenli bağlantılar gerektiren durumlarda her zaman kilitli karabina kullanın.



# SU NASIL GEÇİLİR?

Nehir ve dereler dar, sıg ve süratli aktıkları kaynaklarından, geniş, derin ve yavaş aktıkları deltalara kadar binbir tehlikeyle doludur. Su sakın ve yavaş akıyormuş, sıg ve güvenliymiş gibi görünse de gizli tehlikelerle dolu olabilir. En duru sularda bile suyun altındaki herşeyi görmek mümkün değildir. Kaynakları geçmek derin yerleri geçmekten daha kolay

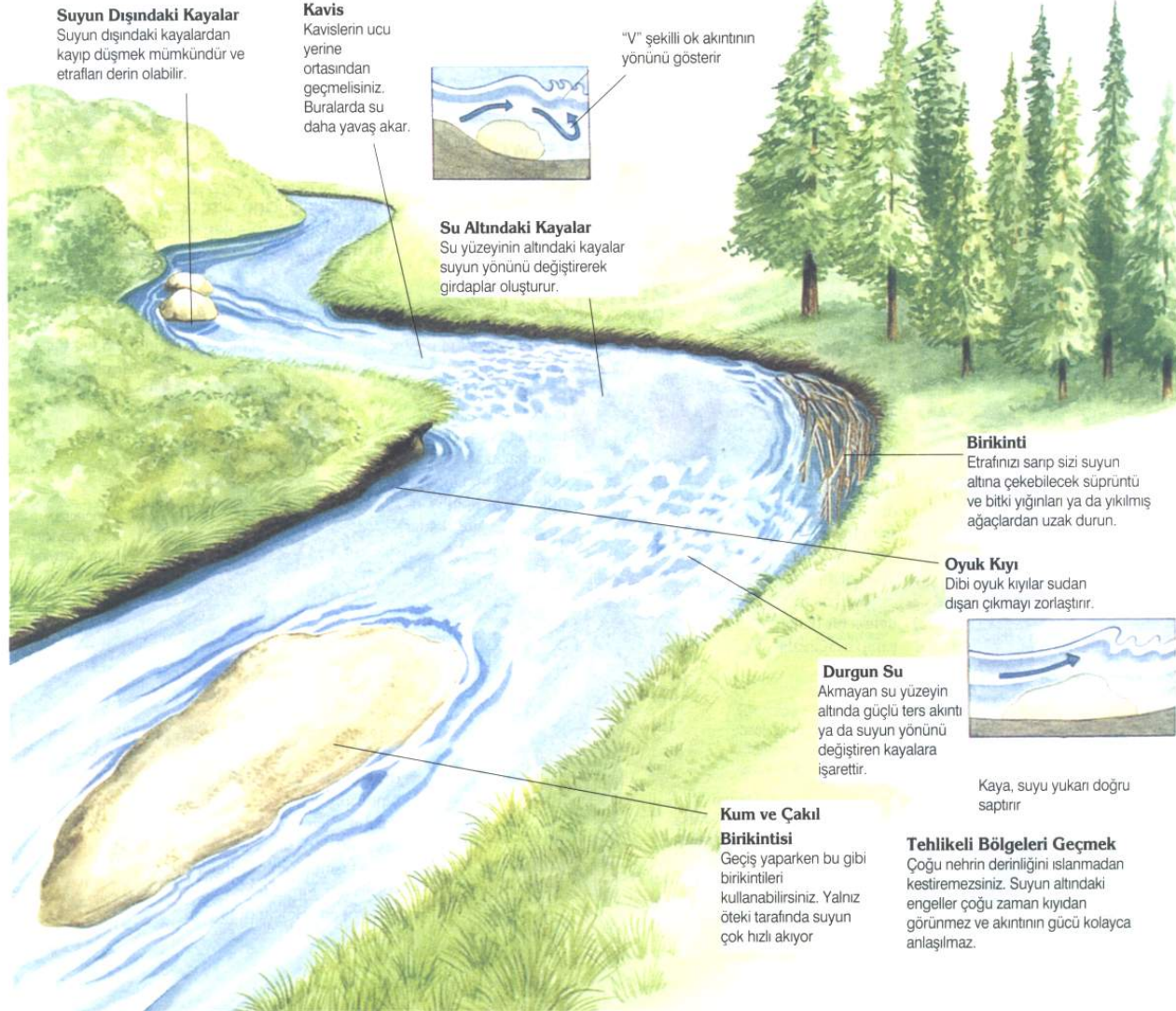
olsa da akıntının hızlı olduğu yerlerden geçiş yaparken son derece dikkatli olmalısınız. Yavaş akan nehirler genellikle hızlı akanlardan daha derindir ve ayağınıza dolaşabilecek otlar, balçık ve birçok tehlike engel içerirler. Daha güvenli ihtimaller varsa bir nehri yüzerek ya da yürüyerek geçmeye çalışmayın. Gerçekten de geçmeniz gerekiyor mu?

## NEREDEN GEÇELİM?

Herhangi bir suyu geçmenin en iyi yolu köprü, sal ya da teknedir. Bu yüzden ıslanmadan önce nehir boyunu araştırıp böyle

bir seçeneğiniz olup olmadığına bakın. Bir köprü bulabilir ya da nehir yatağının düzgün ve sağlam olduğu ve güvenli geçiş

yapabileceğiniz bir yere varabilirsiniz. Karşı tarafta kıyının çok dik olmamasına dikkat edin.





## SUYUN İÇİNDE YÜRÜMEK

Ayağınızı koruyacak ve kaymayı engelleyecek bir ayakkabı giymelisiniz. Derin balçığa, bitkilere ya da derinlikteki

ani değişikliklere hazırlıklı olun. Suya girmeden önce gerekli incelemeleri yapın. Dalgaların oluşumuna ya da suyun

altındaki engellerin işaretlerine (karşı sayfada) bakın. Her zaman çok yavaş ilerleyin.

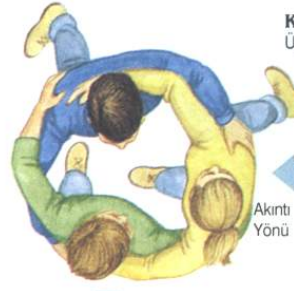


Sırt çantanızın kayışlarını gevşeterek düşerseniz kolayca çıkmasını

Destek için sağlam bir sopa kullanın

İlerleme Yönü

Akıntı Yönü



### Kucak Geçişi

Üç kişi nehir geçişi için bir üçayak şekli oluşturabilir. Kollarınızı birleştirin ve vücudunuzu belden hafifçe bükerek ortaya doğru yaslanın. En güçlü kişi, akıntı yukarı durmalı ve ilk hareketleri yapmalıdır. Lider düşerse diğerleri ona destek olmalıdır. Bu çok sağlam bir şekildir ve sıg, hızlı akan suların geçmek için idealdir.

Akıntı Yönü

İlerleme Yönü



Akıntı Yönü

İlerleme Yönü

### Yalnız Geçişi

Bir sopayı dibi araştırmak için bir sondaj mili ve suyun içindeyken üçüncü bir bacak gibi kullanarak her zaman açık bir "T" şeklinde yürüyün. Böylece bir üçayak gibi dengede durabilirsiniz. Sopayı akıntı yukarı koyun ve öne atacağınız ayağı yerden keserken ağırlığınızı sopaya verin. Adımınızı akıntı yukarı, çapraz atın ve yere sağlam bastığınızdan emin olun. Kısa adımlar atın ve böylece akıntının ayağınızı geri iterek dengeyi bozmasına engel olun.

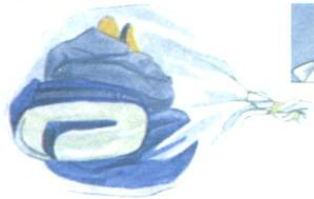
### Halay Geçişi

Birçok kişi aynı anda bir sıra oluşturarak, en güçlü olan kişi, akıntı yukarı kalacak şekilde geçiş yapabilir. Diğerleri dengeyi korur ve düşen olursa kaldırır. Lider nereden geçileceğine karar verir ve ilk hareketleri yapar. Diğerleri kollarını birleştirir. En güçlü kişi sıranın ortasında durur. Yavaşça ve dikkatlice geçmek, dengeyi korumak ve adımlara dikkat etmek gerekir.

## YÜZME

Eğer su yürüyerek geçmek için derinse yüzmek zorunda kalabilirsiniz. Geçiş yapmanıza yardımcı olacak bir tulum

yapın. Suya girmeden önce karşı kıyıda rahatlıkla çıkabileceğiniz bir nokta belirleyin.



Torbanın ağzını sıkıca bükün, katlayın ve güvenli bir şekilde bağlayın.

**1** Elbiselerinizi çıkartıp diğer eşyalarınızla birlikte su geçirmez bir survival torbasına yerleştirerek kuru kalmalarını sağlayın.



**2** Suya dikkatlice girin. Kıyıya çıkacağınız noktadan bir süre akıntı yukarıya yürürseniz akıntının sizi sürüklemesinde bir sakınca olmaz. Vücut ağırlığınızı torbaya vermeyin ama sıkıca tutun. Ayaklarınızı çırparak ilerleyin.

## HİPOTERMİ (Donma)

Suya girmeden önce ayakkabılarınızı hariç bütün elbiselerinizi çıkarın. Su ya da rüzgâr geçirmez elbiseleriniz varsa bir miktar koruma sağlamları için giyebilirsiniz. Soğuk uyuşukluk hissetmenize sebep olabilir. Geçiş tamamla tamamla kurulanın, kuru elbiselerinizi giyin ve mümkünse sıcak şekerli bir şeyler için. Titreyenlere yardımcı olun. Çiftler halinde çalışın. Lider grubu kontrol ederek hipotermi tehlikesi olanları belirlemeli, gerekli tedaviyi yapmalıdır. Eğer risk altında olanlar hemen ısıtmazsa üşümekten ölebilir. Birini ısıtmanın en iyi yolu onu başka bir kişiyle birlikte bir uyku tulumuna koymak, ona sıcak içecekler ve onu sıcak tutacak elbiseler vermektir. Teskin etmek ve güven vermek de vücut ısısının yükselmesinde etkili olur. Hipotermi belirtileri genellikle aşağıdaki sırayla ortaya çıkar:

- Titreme, tüylerin diken diken olması, soluk ve hissiz deri.
- Kayıtsızlık, kafa karışıklığı, garip davranışlar, hafıza kaybı, tutarsızlık, kavgacılık.
- Uyuşukluk ve arada coşkun enerji patlamaları.
- Bilinç kaybı, yavaş ve hafif solunum, düzensiz kalp atışı.
- Yavaş ve zayıflayan nabız. Bu durum kalbin durmasıyla sonuçlanabilir.





Bir Dorling Kindersley kitabıdır. Orijinal adı: The Commando Survival Manual  
Copyright (c) 1994 Dorling Kindersley Limited, London  
Text copyright (c) 1994 Hugh McManners



10

SURVIVAL EKI

OUTDOOR dergisinin  
okurlarına armağandır.

HUGH McMANNERS



# TEHLİKELİ SULAR

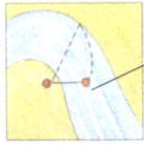
Tüm su geçişleri tehlikeli sayılır. Yağmur sonrası artan debi herhangi bir geçiş noktasını sakıncalı hale getirebilir. Geçiş yapılacak yerdeki akıntı ve derinliği keşfetmenin en güvenli yolu kıyıya sabitlenmiş bir halatı beline bağlayan birinin önce tek başına geçmesidir. Eğer

yüzmek zorunda kalırsanız suyun üzerinde kalabilmek için her zaman güvenilir bir araç kullanın. Rapidlerden, kayaların arasından ve hızlı akan sulardan geçiş yapacaksanız daima parlak renkli bir kask takın.

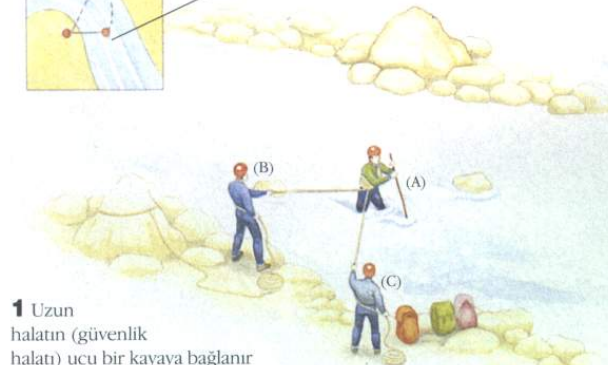
## GÜVENLİK İÇİN İP KULLANIMI

Eğer tehlikeli bir nehri tek başınıza geçmeniz gerekiyorsa kendinizi çabuk ve uzaktan açabileceğiniz düğümlerle bir kaya ya da ağaca bağlayarak güvenlik alın. İki ya da daha fazla kişi geçiş yapacaksa

kontrollü güvenlik halatları kullanılabilir ve bu seçenek tehlikeyi oldukça azaltır. Her zaman güvenlik halatı kullanılmalı ama ipin boştaki ucunun sudaki halatlara dolaşmamasına dikkat etmelisiniz.



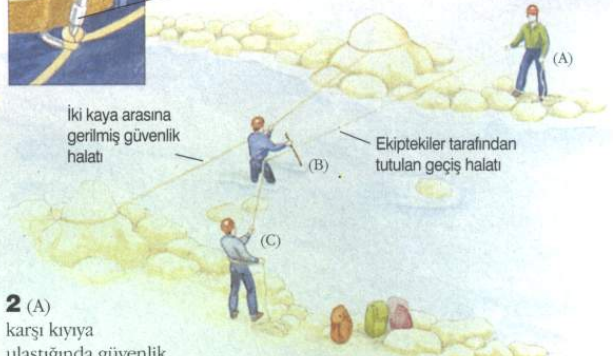
Eğer düşerseniz akıntı sizi karşı kıyıya doğru sürükler



**1** Uzun halatın (güvenlik halatı) ucu bir kayaya bağlanır ve bir kişi bu halatı verir (B). Gruptaki en güçlü kişi (A) halatın diğer ucunu alarak nehri geçer. Ayrıca grubun başka bir üyesi (C) tarafından tutulan ikinci bir halatın (geçiş halatı) da ucunu karşıya geçirir. Bu ikinci halatın ortasına düğümlenmiş bir karabina vardır. A, bir kask takar, ayaklarındaki botları çıkarmaz ve bir sopayı baston olarak kullanır.



Ekstra güvenlik için bir karabina kullanarak güvenlik halatına bağlanın



**2** (A) karşı kıyıya ulaştığında güvenlik halatını bir kayaya bağlar. Karabinayı güvenlik halatına takar ve geçiş halatının ucunu vücuduna sarar. Böylece geçiş yapacak ikinci kişiyi desteklemiş olur. (A) karabinayı geri yollar ve sıradaki kişi geri yollanan karabinayı beline takar. Güvenlik halatına tutunarak halatın akıntı yukarı tarafından yavaş yavaş geçer. (C) geçiş halatını verirken (A) toplar.



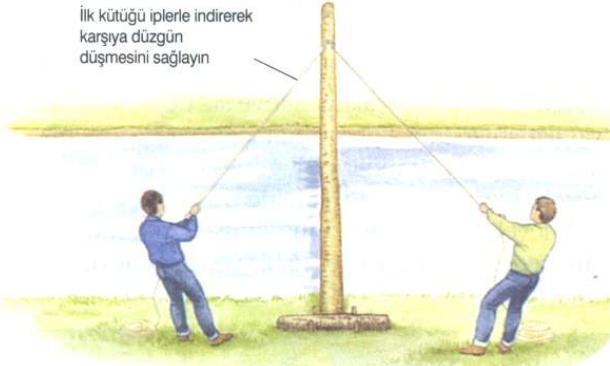
**3** Geçiş yapan karşı kıyıya geçtikten sonra karabinayı belinden çıkarıp emniyet halatına takarak tekrar karşıda sırasını bekleyen arkadaşına yollar. Sırt çantaları da kayışlarından karabinaya takılarak aynı şekilde karşıya geçirilebilir. Sırt çantaları karşıya geçirilirken ıslanmalarını için güvenlik halatını biraz daha germek gerekebilir.



**4** Karşıya geçecek son adam (C) güvenlik halatını kayadan çözer. Halatın ucunu beline bağlar ve bir bastonun da yardımıyla karşıya geçer. Ekibin diğer üyeleri halatı çekerek ona yardımcı olur.



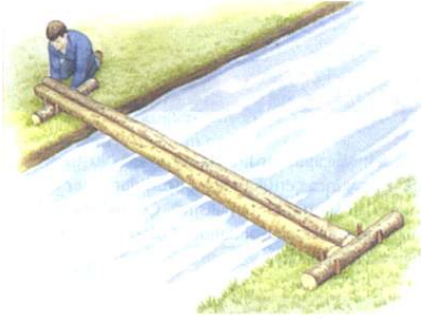
## KÖPRÜ NASIL YAPILIR



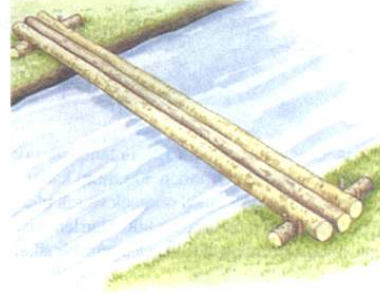
**1** Bir köprü yapmak için önce ip yardımıyla bir kütüğü karşı kıyıya indirin. Kütüğün sizin durduğunuz kıydaki ucu kısa sopalarla sabitlenmiş başka bir kütüğe dayanmalıdır.



**2** İlk kütük yerleştirildikten sonra ikinci bir kütüğü ilkinin üzerinden kaydırarak karşı tarafa geçirin. Bunu yaparken ikinci birincinin üzerinden yuvarlayabilirsiniz. İki kütüğün birbirine mümkün olduğunca yakın olmasına dikkat edin.



**3** Yerleştirdiğiniz kütüklerin üzerinden dikkatle karşıya geçin ve karşıdaki uçların toprağa gömülmesini engellemek için altına kısa bir kütük yerleştirin. Kütüklerin etrafına kaymaları engellemek için kısa sopalar çakmalısınız.



**4** Üçüncü bir kütüğü daha karşıya kaydırın. Kütüklerin işe başladığımız taraftaki uçlarının altına da üçüncü resimde olduğu gibi kısa bir kütük yerleştirin. Köprüyü istediğiniz genişlikte yapabilirsiniz. Ama üç kütük genellikle yeterli olur.

## GEVŞEK ZEMİN GEÇİŞİ

Kol ve bacaklarınızı açarak su üstünde kalmaya çalışın



### Kendi kendinize

Gevşek kum ve bataklık genellikle suya doymuş arazi olduğundan içine düştüğünüzde batmayı engellemek için ağırlığınızı mümkün olduğu kadar geniş bir alana yaymalısınız. Bu şekilde karşı kıyıya yüzmeniz mümkün olabilir. Önce yolun üzerinde görünen ot kümelerinin üzerine basarak koşup geçmeyi deneyin. Eğer batmaya başlarsanız sırt çantanızı çıkarın ve sırtüstü yatın. Kol ve bacaklarınızı açık sırtüstü yüzerek sağlam toprağa ulaşmaya çalışın. Paniğe kapılmayın ve asla debelenmeyin.



### Yardımla

Gevşek kum ya da bataklığa batmaya başladığınızda yanınızda biri varsa, arkadaşınız bataklığın kenarına yüzüstü uzanın ve size bir dal uzatarak çekip çıkarır. Bu durumda da paniğe kapılmamak ve debelenmemek önemlidir. Hızlı hareketler yüzeyi kanştıracağından yavaş hareket ettiğiniz zamandan daha hızlı batarsınız. Sırt çantanız üzerine yatarsanız ağırlığınızı yüzeye yayabilir ve böylece daha fazla gömülmeği engelleyebilirsiniz.



## SAL NASIL YAPILIR?

Eğer nehrin karşı kıyısına geçirmeniz gereken malzeme ve ekipman çok fazlaysa ya da nehir boyunca akıntı aşağı gitmek istiyorsanız ve bir tekneniz yoksa; bu problemi çözenin en kolay ve çabuk yolu bir sal yapmaktır. Sal yapmak için normalde ağaç kütükleri kullanılıyor olsa da bambu kamışları ya da yağ varillerinden de yararlanabilirsiniz. Sal yaparken uyulacak kuralların en başında salın ahşabı üzerinde mümkün olduğu

kadar az kesik yapmaktır. Bu şekilde yüzdürdüğünüzde daha sağlam ve güvenli olur. Üzerinde rapid olan bir nehirde sal kullanmamak gerekir. Salınız parçalanabilir ve siz de yaralanabilirsiniz. Eğer yapım için ağaç kesmeniz gerekecekse mümkün olduğunca bir yöne eğik ağaçları tercih edin. Bu şekilde düşeceği yeri de belirleyebilirsiniz. Eğer mümkünse salı derin sulara çıkarmadan önce sıg bir yerde deneyin.



**1** Güverteyi oluşturmak için aynı uzunlukta 12 - 14 tane kalın ve sağlam kütük kesin. Bundan sonra planladığınız güverte boyundan 30 santim kadar uzun altı kütük daha kesmelisiniz. Bu altı kütük bir çerçeve işlevi görecek ve salı birarada tutacaktır. Güverte kütüklerini birleştirmeden önce uzun kütüklerden ikisini iki kısa kütüğün üzerine yerleştirip salı suya indirmek için kullanacağınız bir iskele hazırlayın.



**2** Büyük bir bıçağın yardımıyla çerçeveyi oluşturacak kütükler boyunca çentikler açın. Kütüklerin her iki ucunda 30'ar santim bırakmalısınız. Çentikler kütük kalınlığının yarısı kadar olmalıdır. Çok derin kesip kütüğü zayıflatmamaya dikkat edin.



**3** Bütün çentiklerin aynı uzunlukta ve mümkün olduğunca aynı derinlikte olmasına dikkat edin. Güverteyi oluşturacak kütükler, çerçeve kütüklerinin üzerine geleceğinden; güvertenin düzgün olması için çentik derinliklerinin aynı olması gerekir.



**4** Çentikleri açtığınız kütüklerden ikisini kesik taraf üste gelecek şekilde iskelelerin iki tarafına yerleştirin. Bu iki kütük taban desteklerini oluşturacak. Kısa kütükleri yerleştirerek güverteyi yapmaya başlayın.



**5** Kütükleri çentiklerin içine kenarlardan başlayıp ortaya doğru yerleştirin. İki tarafın ağırlığının birbirini tutmasına dikkat etmelisiniz. Kütükleri yerleştirirken iyice oturması için biraz çevirin.



**6** Yerleştireceğiniz son kütük mümkün olduğunca düzgün olmalı ve iyi oturmalıdır ki diğer kütükleri iyice sıkıştırarak yerlerine tam olarak yerleşmelerini sağlasın. Ancak suyun içindeyken bile kütükleri düzeltmeniz ya da salı sağlamlaştırmak için bağları tekrar tekrar sıkılamanız gerekebilir. Bu arada kütüklerin arasından bir miktar su geçebilir.





**7** Kalan iki çentikli kütüğü kesik yüzleri aşağıya bakacak şekilde salın üzerine yerleştirin. Bu kütükler çerçevenin diğer tarafı olarak iş görecekler. Hatırlamanız gereken, sal suyun içindeyken kütüklerin, görevi salı bir arada tutmak olan çerçevenin arasında yüzeceğidir.



**8** İki taraftaki çerçeve kütükler mümkün olduğunca sıkı bir şekilde birbirine bağlanmalıdır. Düğümlemleri üst tarafa atarsanız sal suüstündeyken de kontrol edebilir, gerektiğinde sıkılayabilirsiniz.



**9** Çerçeve kütükleri, güverteyi oluşturan kütüklerin en dışta kalan iki tarafından kaya düğümüyle birbirine bağlayın.



**10** Bağların sağlam ve iyi düğümlemiş olduğundan emin olun. Eğer zamanınız varsa bütün kütüklerin etrafına benzer bağlar bağlayabilirsiniz.



**11** İki sopayı birbirine bağlayarak çaprazlayın. Atacağınız düğüm dümenin ağırlığını taşıyabilecek kadar sağlam olmalıdır.

Mafsalı çatarken dalları sıkıca bağlayın.



**12** Çaprazladığınız sopaları iki güverte kütüğünün arasına sokup sıkıştırın. Gerekirse düğümü düzeltin. Bu aşamada güverteye sabitlemeyin.



**13** Bir kürek yapın. Kürek dümen işlevi görecek ve salı manevralandırmayı sağlayacaktır. Manevra yaparken ayakta durmak istiyorsanız küreğin sapını uzun tutun. Gerekirse sapı daha da uzatmak için ikinci bir sopa bağlayabilirsiniz.



**14** Dümenin çaprazladığınız sopaların arasına uyduğundan emin olun ve sonra mafsalı sağlamca bağlayın. Salı suya indirirken mafsalı ve küreğin kırılmasını engellemek için kütüklerin arasından çıkartın. Dümeni, salı

suya indirdikten sonra takabilirsiniz. Sal sizi ve eşyalarınızı akıntı aşağıya ya da karşı kıyıya güvenle taşıyabilecek büyüklükte olmalıdır. Salı yüklemeyen önce yüzdüğünden emin olun.

## SALLAR VE RAFTİNG

■ Salın güvertesini yapmak için ahşap yerine bambu kamaşları kullanmak da mümkündür. Ancak tek kat kamaş büyük olasılıkla ağırlığınızı taşıyamayacağından iki tanesini birbirine bağlayarak kullanın. Kamaşları yanlarına açacağınız deliklerden geçireceğiniz ince sarmaşıklarla birbirine bağlayarak bu sarmaşıkları örerseniz bambulan kenarlara tek tek bağlamak zorunda kalmazsınız.

■ Salı suya indirene kadar nasıl yüzdüğünü bilemezsiniz. Belli ahşap çeşitleri kullanıldığı zaman salı yüklediğinizde biraz suya gömülebilir. Ama bu genellikle bir problem oluşturmaz.

■ Sal oldukça yavaş manevralanacağından döndürürken bu durumu dikkate alsanız iyi olur.

■ Nehir kıyısına ya da suyun içindeki objelere çarpılmama dikkat edin. Sal parçalanmasa bile bağlar kopar ya da gevşeyebilir.



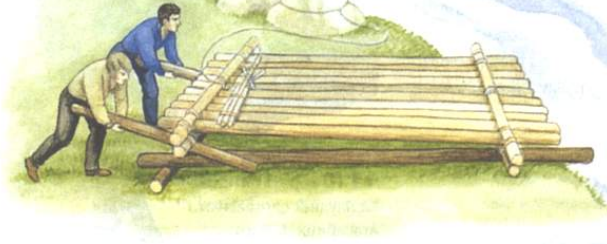
# SAL VE TEKNE KULLANIMI

**E**ldeğmemiş bölgelerin çoğunda yoğun bitki örtüsü ve sert arazi, nehir, göl ya da denizden ulaşımı en iyi seçenek haline getirir. Ancak özellikle uydurma tekneler kullanılıyorsa su üzerinden yapılan ulaşımın tehlikeli olabileceğini akıldan çıkarmamalısınız. Bu durumda ilk yapılacak iş teknenin bölgedeki sulara yolculuk yapmaya uygun

olduğundan emin olmaktır. Suyun durumu çok hızlı değişebileceğinden hoş bir gezinti bile tehlikeli bir maceraya dönüşebilir. Bu durumu gözönüne almalı, tecrübeli değilseniz ya da başka yolunuz yoksa mümkün olduğunca sudan uzak durmalısınız. Her zaman bir çeşit can yeleği giymeyi de asla unutmayın.

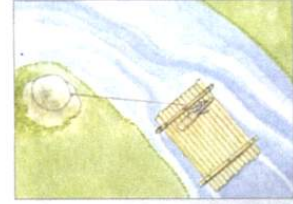
## SAL SUYA NASIL İNDİRİLİR?

Sadece yavaş akan sularla kullanılan salları, suya yakın yerlerde inşa etmelisiniz. Böylelikle suya kadar taşıma derdinden kurtulmuş olursunuz. Salı suya indirmeden önce sağlam bir yere bağlamalı ve gevşek ip bırakmalısınız.



### Kaldıraç Kullanmak

Kaldıraç olarak kullanacağınız kütüklerle salın bir tarafını kaldırarak suyun içine kaymasını sağlayın.



### Yüzdürmek

Salın suyun içinde parçalanmayacağından emin olduktan sonra dümeni bağlayabilir ve eşyalarınızı üzerine yerleştirmeye başlayabilirsiniz.

## SALIN İDARESİ

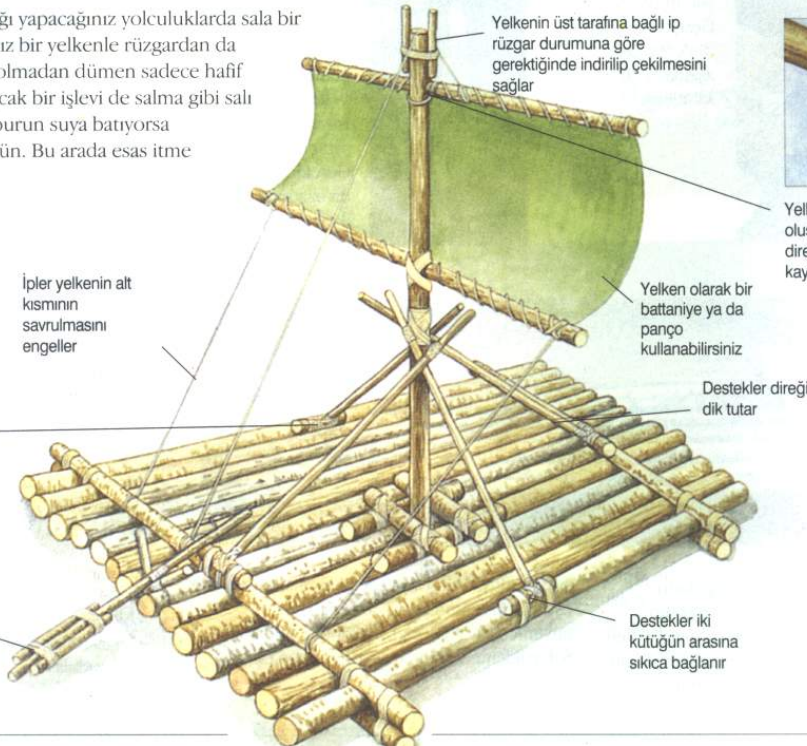
Düz bir nehirde akıntı aşağı yapacağınız yolculuklarda sala bir direk dikebilir ve açacağınız bir yelkenle rüzgardan da faydalanabilirsiniz. Salma olmadan dümen sadece hafif rüzgarda yön verebilir. Ancak bir işlevi de salma gibi salı dengede tutmaktır. Eğer burun suya batıyorsa yelkenin boyutunu küçültün. Bu arada esas itme gücü akıntı olacaktır.



İpler yelkenin alt kısmının savrulmasını engeller

Salın dört bir tarafına bağlayacağınız kısa odun parçalarını direk desteklerini bağlamak için kullanın

Kıç tarafa bağlanan kürek dümeni işlevi görür



Yelkenin üst tarafına bağlı ip rüzgar durumuna göre gerektiğinde indirilip çekilmesini sağlar



Yelkenin üst kısmını oluşturan dala açılan çentik direk boyunca rahatça kaymasını sağlar

Yelken olarak bir battaniye ya da panço kullanabilirsiniz

Destekler direği dik tutar

### Direk ve Yelken

Dört kısa kütüğün arasına dikeceğiniz direği sala sıkıca bağlayın. Direği direğe ve sala sıkıca bağlanmış sopalarla destekleyin. Sugeçirmez bir panço ya da battaniye kullanarak yelkeninizi hazırlayın.

Destekler iki kütüğün arasına sıkıca bağlanır



## TEKNE SEÇİMİ

Bütün küçük teknelerin iyi ve kötü tarafları vardır ve yanlış amaçlar için ya da kabiliyetleri ötesindeki durumlarda asla

kullanılmamalıdır. "Ceviz kabuğu" gibi bazı tasarımlar sadece sakin, yavaş akan sularla kullanıma uygunken, modern şişme botlar

gibi bazıları diğer teknelerin asla kullanılamayacağı şartlara rahatlıkla uyum sağlayabilirler.



### Şişme Bot

Şişme botlar son derece kötü deniz şartlarında bile kullanılabilir ve bilim adamları ve kaşifler arasında son derece popülerdir. Ağır deniz şartlarında bile manevra yapabilirler. Ancak su yüzeyindeki buz ya da kayalar botun yüzmesini sağlayan hava dolu bölmelerin delinmesine sebep olabilir. Şişme bot kullanırken malzemelerinizi uç kısımda taşırsanız botun savrulup ters dönmesini engellersiniz.



### Ceviz Kabuğu (Coracle)

"Ceviz kabuğu" nun inşası ve kullanımı bilgi ve kabiliyet gerektirir. Yarım küre şeklinde birbirine çatılmış bükülebilir dallardan oluşan bir iskeletin etrafına gerilmiş hayvan derisi ya da katranlı muşambayla yapılır. Ceviz kabuğu sadece çok yavaş akan ve korunaklı sularla kullanılabilir.

### Kıçtantakma Motor

Kıçtantakma motorlu ve dibi düz bir tekne geniş ve sakin akan nehirlerde ulaşım için idealdir. Bu gibi teknelerle çok uzun mesafelere gitmek mümkündür. Tekne darsa kıçtantakma motorun pervanesi suya girdiğinde teknenin burnunu kaldıracığından buruna koyulacak yükte denge sağlanmalıdır. Pervane şaftının uzun olması su çizgisinin yükselmesine sebep olabilir.



### Kayak

Eskimolar'ın geleneksel teknesi olan kayak hızlı akan tehlikeli sularla kullanılabilen sağlam modern kanoların atasıdır. Bu teknelerin yapımında kullanılan deri ya da kumaş, fiberglas kadar sağlam olmasa da hafif olduğundan rapidlerde sudan çıkıp botu karadan taşımaya mümkün kılar. Kayak kullanırken, özellikle de yük taşıyorsanız veya tehlikeli sulardaysanız kürek çekmek zordur. Salması olmayan kayıklar çok çabuk alabora olur.

### TEKNE ÜZERİNE İPUÇLARI

- Can yeleğinizi asla çıkarmayın. Can yeleğiniz yoksa cebinize boş su şişeleri koyabilirsiniz.
- Bütün malzemelerinizi teknenize bağlayın.
- Tekneyi fazla doldurmayın.
- Tekneli suya indirmeden nehrin durumunu araştırın.
- Eğer kıçtantakma bir motor kullanıyorsanız dengeyi sağlamak için hızlanın ve sağladığınız dengeyi korumak için gerekirse geri basın.

## KÜREK NASIL YAPILIR?



**1** Bir kürek yapmak için uzun ve yaş bir dalı temizleyin. Dalın bir ucunu yontun.



**2** Daha kısa iki dal parçasını yonttuğunuz kenara bağlayın. Bu iki dal küreğin palasını oluşturacaktır.



**3** İki dalın arasına üçüncü bir dal daha sokup yonttuğunuz uca saplayın.



**Küreğin Son Hali**  
Kürek ıslandıktan sonra tekrar bağlamanız gerekebilir. Islanan ipler gevşerse küreğiniz bozulacağından dikkatli olun.

# ARAÇ KULLANIMI

**Y**ol dışında, araçlarla seyahat ederken dikkat edilmesi gereken bazı temel noktalar vardır. Bunlar dengeli yerleştirilmiş yük, uygun lastik havası ve iyi sürüş tekniğidir. Dörtçeker özelliği, gücün yüzde oranının yüksek olması ve diğer modifikasyonlar aracın kötü arazide daha kolay ilerlemesini sağlar. Ancak bir taraftan da yakıt tüketimini artırır ve lastikleri daha çok aşındırır. Ekspedisyona en az iki

araçla çıkmalısınız. İdeal sayı ise üçtür. Bu şekilde araçlardan biri bozulursa diğer ikisi bozuk aracı hiç zorlanmadan çekebilir. Ağır ekipmanı aks yüksekliği fazla olan büyük tekerli bir kamyonla taşıyabilir, teker boyu küçük olan dört çekerlilerle ise yolcu taşıyabilir ve gerektiğinde diğer araçları çekebilirsiniz. Bu araçlarla doğaya çıkmadan önce bir motor va araç bakım kursuna gitmek akıllıca olur.

## EKSPEDİSYON ARACI SEÇİMİ

Güçlü arazi araçlarıyla gidilemeyecek yer yok gibidir. Ancak eldeki yakıtın tamamen bitebileceği her zaman gözönüne alınmalıdır. Benzinli motoru olan araçlar dizel motorlu araçlardan daha ucuzdur, hafiftir ve daha güçlüdür. Ancak dizel araçlar da özellikle küçük viteslerde oldukça fazla güç üretir. Bu ise kötü arazide durmadan ilerlemek için gereklidir. Ek olarak mazot benzinin hemen hemen dörtte biri fiyattadır. Ayrıca dizel araçlar daha az yakar. Arazi araçlarının bazılarında aks aralığının fazla olması geniş iç hacim sağlasa da bu gibi araçların kötü araziye tam olarak uydurulması, batmadan ya da engellere takılmadan ilerlemesi zordur.

### Motor

Benzinli motoru olan araçlar dizel araçlardan daha hafif, güçlü ve ucuz olur. Ancak dizel araçlar alçak viteslerde daha fazla güç üretir ve daha uzun ömürlüdür. Buna ek olarak birçok ülkede mazot benzinden daha ucuzdur.

### Tavan Bagajı

Tavan bagajı yüksek ve sağlam kenarlı olmalı, aracın içine sığmayan hacimli malzemeyi taşıyabilmelidir. En ideal tavan bagajları malzemenin üzerine bağlanabildiği modellerdir. Tavan bagajında sadece sandık gibi sert eşyalar taşıyın.

### İdeal Araç

Ekspedisyonlarda kullanılabilecek birçok sağlam araç tipi vardır. Seçeceğiniz araç aşağıdaki özellikleri taşımalıdır.

### Tavan Merdiveni

Tavana çıkabileceğiniz bir merdiven günlük yüklemeye boşaltma işlerini kolaylaştıracağı gibi aracın tavanını gözetleme, film çekme, güvenlik hatta sıcak topraktan uzakta, serin bir dinlenme yeri olarak kullanmanıza yardımcı olur.



### Lastikler

Arazide araç kullanırken en uygun lastikler radyal lastiklerdir. Ama lastik yanaklarının kayalara çarpıp hasar görmesini engellemelisiniz. Yumuşak kumdan geçerken lastiklerin havasını indirip yola çıktığınızda tekrar şişirmelisiniz.

### Yüksek Aks

Kötü arazide ilerlemek için aracın yerden yüksekliğinin fazla olması gereklidir. Eğer aracınızın aks yüksekliği fazla değilse yumuşak zemine saplanma ya da kasayı kayalara çarparak hasarlama ihtimali artar.

### Dörtçeker

Engelibeli arazi, gevşek zemin ya da kumda ilerlemek için dörtçeker gerekir. Eğer dörtçekerli bir araç bulamıyorsanız kullanacağınız araç en azından önden çekişli olmalıdır ki yumuşak toprağa saplandığınızda daha kolay kurtulun

### Yedek Lastik

Birden fazla yedek lastik taşımalısınız. Ama lastikleri taşıyacağınız yeri iyi hesaplayın. Aracın dışına takılmış lastiklere kolay ulaşılsa da zarar görme ya da çalınma ihtimali yüksektir.



## EKSTREM ŞARTLARDA SÜRÜŞ

Her zaman yavaş ve dikkatli kullanın. Eğer yolun durumundan emin değilseniz aracı durdurun ve keşif yapın. Sonra gerekirse yürüme hızında ilerleyin. Her zaman içinde

bulduğunuz şartlara uygun lastik kullanın. Örneğin buzlu, karla kaplı yollarda kar lastiği kullanmalısınız. Yumuşak zeminde lastiklerin havasını

azaltabilir, sert zemine çıktığınızda tekrar şişirebilirsiniz. İlerlemeye başlamadan önce aracı baştan aşağı kontrol edin.



### Su Geçışı

Yavaşça ama durmadan geçin. Su geçiş tapalarını takmış ve aksların hava girişlerini tıkmış olmanız gerekir. Elektrik düzeneğini kanvasla örtün ama hava girişlerini açık bırakın. Asla durmayın.

### Çamurlu Yollar

Çamurlu yollarda yavaş yavaş ilerleyin. Aracı kaydırmamaya, patinaja kalmamaya, motoru yere çarpmamaya ya da aracı batırmamaya dikkat edin. Kötü zeminde dörtçeker özelliğini kullanın ancak sert yüzeyli yollarda yakıt tasarrufu yapmak ve lastiklerin aşınmasını engellemek için ikiçekere geçin.



### Kum Geçışı

Kumlu zemin sert ve düz yüzeylerden, yumuşak, derin kum tepelerine kadar değişiklik gösterebilir. Kumun içinde karteri delebilecek engeller olabilir. Kumlu zeminde araç kullanırken her zaman tetikte olun ve hızlı gitmeyin.



### SABAH İLK İŞ NE YAPILIR?

Her sabah yola çıkmadan önce aracınızda aşağıdaki kontrolleri yapmalısınız:

- Yakıt, yağ, su ve fren hidroliği seviyelerini kontrol edin. Aks yağına da bir bakmalısınız.
- Aracı çalıştırın ve motorun ısınmasını bekleyin.
- Aracın etrafını dolaşarak lastikleri ve kaportayı, bijonları, rotilleri, farları ve diğer dıştan takma ekipmanı kontrol edin.
- Frenleri kontrol edin, motoru açıp yağ ya da benzin kaçağı olup olmadığına bakın, egzoz problemi olup olmadığını kontrol edin.

## YUMUŞAK ZEMİNDEN NASIL KURTULUNUR?



**1** Eğer aracınız çamur, kum ya da kara saplanırsa ve dörtçekere geçtiğiniz halde kurtulamıyorsanız geri geri çıkmaya ya da bir ileri bir geri giderek kurtulmaya çalışın. Eğer bu başarısız olursa yolcunuz varsa aracı itebilir. Bu gibi durumlarda araç çok derine gömülmeden yenilgiyi kabullenmek gerekir.



**2** Eğer itmek işe yaramazsa veya size yardım edecek kimse yoksa lastiklerin önünü kazarak serbest kalmalarını sağlayın. Daha sonra kazdığımız çukurların kenarına eğimler kazarak aracı yavaşça eğim yukarı sürün. Motorun devrini fazla arttırmamalısınız. Aksi halde patinaja kalır ve daha derine gömülürsünüz.

Lastiklerin önündeki odunlar, üzerinde gidilecek sağlam zemin oluşturur



**3** Lastiklerin çevresini kazarak kurtulamadıysanız lastiklerin önüne odun ya da varsa kum merdiveni yerleştirin. Lastiklere daha fazla kavrama kazandırmak için bir battaniye bile yeterli olabilir. Dikkatlice ileri doğru giderek gömüldüğünüz yerden çıkın. Sağlam toprağa ulaşana kadar odunları tekrar tekrar yerleştirmeniz gerekebilir.

### VİNÇLEME

Eğer vinciniz varsa yumuşak zeminden kurtulmak için kullanabilirsiniz. Halatı bir ağaca ya da başka sağlam bir noktaya bağlayın. Halatın yere değmesini engellemek için bir kütük kullanmalısınız. Aynı anda hem vinci çalıştırın hem de yavaş yavaş gaza basın.



Kütük halatın yere değmesini engeller



## DİĞER ULAŞIM ŞEKİLLERİ

Şehir ortamında bisiklet, at ya da motosikletle yolculuk yapmayı bir eğlence şekli olarak görürüz. Oysa bunlar vahşi doğada malzemelerimizi ve kendimizi bir yerden bir yere götürmek için kullanılacak ciddi ulaşım araçlarıdır. Hayvan ve araçlara çok fazla yüklenilmemeli ve zorlanmamalı

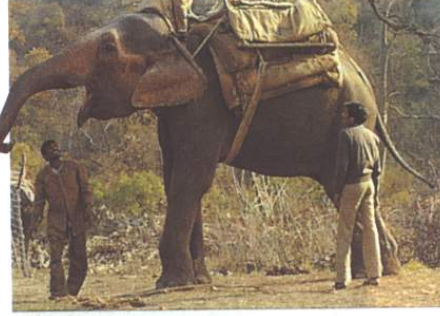
ancak maksimum kapasiteleri de kullanılmalıdır. Bu bazı zamanlar yürüyerek ulaşabileceğiniz süratten daha yavaş gideceğiniz anlamına gelir. Yük hayvanı, bisiklet ya da motosikleti seçerken geçeceğiniz arazi, seyahatin süresi ve taşımanız gereken yükü değerlendirmelisiniz.

### BİNEK HAYVANLARI



#### Deve

Develer kötü arazide uzun süre hiç durmadan 272 kilo yük taşıyabilir. Kardan kuma kadar birçok farklı arazi ve şartta kullanılabilir. Ancak zaman zaman başına buyruk davranabilen, kontrolü zor hayvanlardır.



#### Fil

Filler son derece güçlü olmalarına rağmen oldukça yavaş yürüdüklerinden yük taşımak için hiçbir zaman ilk tercih olmamalıdır. Özel gereksinimleri vardır ve sürücüler olmadan işe yaramazlar. Yeni bir sürücüye alışmaları ve güvenmeleri ise aylar alabilir. Bir taraftan da ihtiyaç duyacakları çok miktardaki yiyeceği yanınızda taşımanız gerekir.



#### Köpek

Yedi köpekten oluşan bir kızak takımı saatte 32 kilometre süratle 272 kilo yük taşıyabilir. Çok dayanıklı olan Huskiler karda rahatlıkla yaşar ve kızak çekmekten zevk alır. Ancak bol bol taze et tükettiklerinden bu ağırlığı da taşıdığınız yüke eklemeniz gerekir.



#### At

Yük atları her gün yemlenmeli, sulanmalı ve dinlendirilmelidir. Ayrıca birkaç günde bir bütün gün dinlendirilmeleri gerekir. Yine de aralıklı olarak mola vermek şartıyla bir kaç gün boyunca her gün 80 kilometre katedebilirler. Saatte altı kilometre süratle 90 kiloya kadar yük taşıyabilirler. Dağlarda yetişmiş atlar vahşi doğada daha çok işe yarar.

### BİNEK HAYVANLARININ BAKIMI

Hayvanların bakımına çok özen göstermek gerekir. Ev hayvanlarınıza davrandığınız gibi davranmanız da en azından bütün ihtiyaçlarını karşılamalısınız. Her gün aynı saatte yemlemeli ve sulamalı, bu düzeni asla bozmamalısınız. Yaralandıkları zaman hemen tedavi etmelisiniz. Hayvanların bakımını kendinizle ilgilenmeye başlamadan önce yapmalısınız. Yük hayvanları eğitilmeden ya da üzerlerine yük vurulmadan önce mutlaka tımar edilmelidir. Bu şekilde eğerin ya da semerin altında kalan pisliklerden rahatsız olmazlar. Filler derilerinin tahriş olmasını engellemek için her gün yıkanmalıdır. Ayrıca yaptıkları toz banyoları da sinek ısırtıklarını en aza indirir. At ve katır gibi toynaklı hayvanların toynakları her gün temizlenmelidir. Eğer yolda gidilecekse ayakları nallanmalıdır. Lama, öküz, yak, eşek ve hatta bazen koyunlar bile yük taşımada kullanılabilir.



Hayvanı yüklemeyen ya da eğerlemeyen önce postunu fırçalayın

#### Tımar

Hayvanları düzenli olarak tımarlayın ve tımar yaparken yaralan, tahriş olan yerleri ve keneleri kontrol edin. Hayvanın nasıl yürüdüğünü izleyerek bacaklara ve toynaklarına özel dikkat gösterin. Bir tutukluk ya da zayıflama hemen tedavi edilmelidir.



## MOTOSİKLET KULLANMAK

Ağır iş motosikletleri hemen hemen tüm arazilerde kullanılabilir de devamlı olarak gerekli bakımların yapılması gerekir. Motosiklet doğru yüklenmeli ve yükleme yapılırken denge ve ağırlık gözetimine alınmalıdır. Yedek parça ve aletler yükünüzü arttırırsa da motora her gün bakım yapmak gereklidir.

Arkaya çok fazla ağırlık bağlamayın ki motosikletin dengesi bozulmasın

Yana asacağınız çantalar rüzgar direncini azaltmak ve dengeyi bozmamak için mümkün olduğunca ince olmalıdır.

Egzozlar çok ısındığından taşıdığınız malzemelerin sıcak metale değmesini engelleyin

Yakıt deposunun üzerine koyduğunuz yükün üzeri yumuşak olmalıdır ki göğsünüzü dayayabilin

En ağır yükleri arka lastiğin üzerine koyun

### Ağırlığı İyi Dağıtın

Ağırlık eşit olarak dağılmalıdır. Eğer ağırlık arka taraftaysa ön lastik yeri tam kavramadığından manevra kabiliyeti azalır. Ayrıca ön taraf aniden kalkabilir. Ön tarafı fazla ağır tutarsanız ön süspansiyonu kırabilirsiniz.



### MOTOSİKLET ÜZERİNE İPUÇLARI

Hava soğutmalı motosikletler düşük hızlarda çabuk ısınır ve motor verimi düşer. Böylesi durumlarda motosikletinizi gölge bir yere çekin ve soğumasını bekleyin. Her zaman dikkatli kullanın ve yolda motosikletlerin varlığına alışkın olmayan kişilere dikkat edin. Her zaman bakım yapılabilmesini sağlayabilmek için motosikletinizi sürekli temiz tutun. Sıcak su ve sabunla yıkayın ve her parçayı iyice durulayın. Motosikleti her temizlediğinizde bütün bağlantıları kontrol edin ve her sabah gereken kontrollerin tümünü yapın.

## BİSİKLET KULLANIMI

Dağ bisikletleri yürüyüş yardımcıları olarak kabul edilebilir. Kötü arazide bisikletin üzerine taşınmayacak kadar ağırlaşmasına sebep olacak çantalar bağlamak yerine sırtınıza bir sırtçantası takın. Diğer bisikletlerle ve yoldaki diğer araçlarla gereken mesafeyi koruyun. Sırtçantanız sırtınızdayken özellikle yokuş aşağı inerken mümkün olduğunca yavaş gidin.



### Bisiklet Ekipmanı

Bisiklete binerken hemen hemen her şeyi giyebilirsiniz. Ancak en azından pantolonun paçalarını çorabınızın içine sokun ki zincire takılmasın. Her zaman kask ve gözlük takın.

Rüzgar geçirmez bir ceket giyin ve durduğunuz zamanlar için el altında bir kazak bulundurun

Tekerlekler özellikle taşıdığınız yük ağırsa eğilebilir

Tozluklar pantolon paçalarının zincire takılmasını ve otlara takılıp yırtılmasını engeller



### Her Çeşit Araziye Uygun Ulaşım

Dağ bisikletleri hemen hemen her türlü arazi ve şartta kullanılabilir. Ancak her an bisikletinizden inmeye ve dik yokuşlardan yukarı gitmeye ya da bisikleti derelerin karşısına taşımaya hazır olun.

Gidon vücudunuzun üst kısmının ve yüklü sırtçantanızın ağırlığını taşıyabilmeli

Ayağınıza spor ayakkabısı, yürüyüş botu ya da pedal takacaklarına takılan özel bisiklet ayakkabısı giyebilirsiniz

### UYDURMA TAMİRLER

Yanınızda taşıyabileceğiniz yedek parça sayısının sınırı yoktur. Bu yüzden herhangi bir parçanın kırılmasını riske etmeyin. Eğer bir tamirat yapmanız gerekirse parçayı taktıktan sonra yerine iyi oturana kadar çok hızlı gitmeyin. Kırık zincirlerdeki perçinleri değiştirir, kopan telleri bağlar ya da fren kollarını tamir ederken yanınıza alacağınız bir miktar tel faydalı olur. Koli bantı iç lastiklerdeki delikleri geçici olarak tamir edebilir. Eğer pompanızı kaybederseniz inen lastiği ot ve yapraklarla doldurabilir, yeni bir pompa bulana kadar idare edebilirsiniz.

## EK A

## GEMİYİ TERKETMEK

Açık denizde gemiyi terkederek sağladığı güvenlikten uzaklaşmak ciddi ve tehlikeli bir işidir. Hasar görmüş bile olsa gemideyken sıcak kalabilir, su ve yiyecek bulabilirsiniz. Ayrıca gemide telsizler ve diğer hayat kurtarma ekipmanı da vardır. Son ana kadar beklemeli, ancak gemide durmak tehlike arzettiğinde tahliye etmelisiniz. Gemiyi tahliye etme sinyali



bu işin değerlendirmesini en iyi yapabilecek kişi olan kaptan tarafından verilir. Bir taşıtı terketmeden önce taşıyabildiğiniz kadar su ve yiyeceğin yanı sıra size faydalı olabilecek bütün ekipmanı yanınıza almalısınız.

**Can Salı**

Ticari deniz taşıtlarının çoğu can sallarını ve sandallarıyla teçhiz edilmiştir. Bu araçlar basit şişme bir bottan içinde oturacak yerleri, acil durum ekipmanı ve yiyecek bulanlara kadar değişir.

## GEMİDEN NASIL ATLANIR

Esas olarak gemiden atlamamalı mümkünse aşağıda bekleyen can salına bir merdiven ya da iple inmelidir. Islanmak hayatta kalma şansınızı ciddi şekilde azaltabilir. Ancak atlamaktan başka şansınız kalmadıysa öncelikle canyeleğinizin sıkıca bağlı ama bir yerlere takılma ihtimaline karşı inik olduğundan emin olun. Sudaki enkaz parçalarına dikkat ederek ve mümkün olan en alçak yerden atlayın.



**1** Deniz suyunun girmesini engellemek için ağızınızı kapayın ve burnunuzu tıkayın. Boşta kalan elinizle omzunuzdan tutun. Böylece ağızınızdaki elinizi aşağıdan desteklemiş ve canyeleğinizi de düz tutmuş olursunuz.



**2** Kafanızı dik, sırtınızı düz tutun. Üzerinde birşeyler yüzen suya atlamayın. Havadayken dik durmaya dikkat edin. Suya girmeden önce bacaklarınızı çaprazlayıp kilitleyin.



**3** Canyeleğinizi şişirmek için ipini çekin ya da siboptan hava üfleyin. Bacaklarınızı kullanarak yavaşça geri geri yüzün.

## HATIRLANMASI GEREKEN KURALLAR

- Batacağı kesinleşmeden gemiyi asla terketmeyin.
- Suya atlamadan önce canyeleğinizin sıkıca bağlı olduğundan ve üzerinizde sizi sıcak tutabilecek elbiseler olduğundan emin olun.
- Suya girmeden canyeleğini şişirmeyin.
- Eğer birinin dikkatini çekmeye çalışıyorsanız canyeleğinizdeki düdüğü çalın, su sıçratın ve bir kolunuzu sallayın.
- Suyun üzerinde yanan yakıt varsa ya altından yüzün ya da köpekleme yüzüp bol su sıçratarak önünüzde nefes alabileceğiniz bir alan açmaya çalışın.
- Karayı görüyor bile olsanız akıntıya karşı yüzmeye çalışmayın.

## CANYELEĞİYLE SÜSTÜNDE KALMAK

**HELP**

Isı Kaybı Azaltma Duruşu (The Heat - Escape - Lessening - Posture) HELP vücudunuzun kaybettiği ısıyı en aza indirmek için düşünülmüştür. Dizlerinizi kendinize doğru çekin ve ısıyı karınızda saklamak için kollarınızı kavuşturun.

**Kucaklaşmak**

Eğer grup halindeyseniz çocukları ortaya alarak mümkün olduğunca sıkıca birbirinize sarılın. En ideal göğüslerinizin birbirine değmesidir. Kimse izin vermesin.



## BOĞULMAYI ENGELLEMEK

Tuzlu suda insan oldukça iyi yüzer. Bu durum yüzme bilmeyen ve üzerinde elbiseleri olan kişiler için de geçerlidir. Bu

yüzden gevşeyin ve paniğe kapılmamaya çalışın. Eğer sırtüstü suyun üzerinde kalamiyorsanız ve dalgalar başınızı

üzerinden geçiyorsa aşağıdaki metod suyun üzerinde kalmanızı ve düzenli olarak nefes alabilmenizi sağlar.



**1** Eğer kendinizi sıkmazsanız suyun hemen yüzeyinde batmadan kalırsınız. Yüzünüz suyun içinde kalsın. Nefes almak için bacaklarınızı çırparak yukarı çıkın.

**2** Nefesi suyun içinde verin ve ellerinizle daireler çizerek kafanızı suyun dışına çıkarın. Ciğerlerinizin tamamıyla boş olduğundan emin olduktan sonra derin bir nefes alın.

**3** Yüzünüzü tekrar suya sokun. Bu arada ağızınız kapalı ve kollarınızı ileri doğru uzanmış olsun. Bacaklarınızı arkanızda serbest olarak yüzün. Tekrar nefes alma ihtiyacı duyana kadar böyle kalın.

### SÜÜSTÜNDE KALMA YARDIMCILARI

Suüstünde kalabilmenizi sağlamak için mümkün olduğu kadar enkaz parçası toparlayın. Odun parçaları ve gemi tarafından atılmış çöpler de yardımcı olabilir.

**Kalıntıları Kullanmak**  
Deniz üzerindeki kalıntıları suüstünde kalmak için kullanın.



### SOĞUK SUDA SAĞ KALMAK

Eğer HELP pozisyonunda hareketsiz durmak ya da kalıntılara tutunmak yerine yüzerseniz değerli vücut ısınız daha çabuk kaybeder ve sonunda ölürsünüz. Ayakkabılarınız dahil tüm elbiselerinizi üzerinizde tutun. Elbiseler suyu emer ve bu su vücudunuzun sıcaklığıyla ısınır ve sizi de ısıtır. Baş ve omuzlarınızı suyun dışında tutarsanız vücudunuzun ısı merkezini suyun dışında tutmuş olursunuz.



#### Isı Kaybı Bölgeleri

Bu kritik alanların üzerindeki derinin altında büyük miktarda kan dolaşır. HELP pozisyonu bu alanların örtülü kalmasını sağlar.

### UYDURMA CANYELEĞİ

Yüzebilmeniz bile suyun üzerinde kalmanızı ve kafanızı suyun dışında tutarak hem nefes alabilmenizi sağlayan hem de böylece

ısı kaybını azaltan bir şeyler gerekli olabilir. Pantolonunuzu kullanarak bir nevi canyeleği yapabilirsiniz.



**1** Bileklere mümkün olduğu kadar yakın bir yerden pantolonun paçalarını düğümleyin. Bacaklarınızı çırparak suüstünde kalmayı sağlarken dışlarınızla düğümü iyice sıkın.

**2** Kemerden ya da fermuarın uçlarından tutarak pantolonu kafanızın üzerinden ileri doğru savurun. İçine mümkün olduğunca çok hava dolmasına dikkat edin. Gerekirse işlemi tekrarlayın.

Pantolonu başınızın üzerinden savurarak havayla doldurun



Şişmiş pantolon başınızı suyun dışında tutmanıza yardımcı olacaktır

**3** Başınızı pantolonun bacaklarının arasından geçirin. Beli suyun altından kendinize bastırın. Pantolon söndükçe tekrar şişirin.

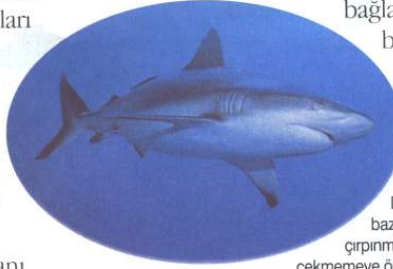


### DİKKAT

Suyun içinde olsanız ve kurtarılmaz mümkün görünmesede sakin olun ve paniğe kapılmayın. Hayatta kalabilmek için iyi düşünmeniz gerekir. Soğuğa maruz kalmak uykunuzu getirebilir ve bu hisle savaşmak gerekir. Sıkıntı da aynı derecede yıkıcıdır. Bu yüzden aklınızı meşgul tutmak için dakikaları sayabilirsiniz.

# DENİZDE SAĞ KALMAK

Eğer açık denizde geminizi terketmek zorunda kaldıysanız tüm can salları kullanılmalı ve kapasiteleri kadar kazazede taşınmalıdır. Çocuklar, yaşlılar ve yaralıları salın ortasına konmalıdır. Sıcak sularda salda çok insan varsa, durumu iyi olanları salın kenarlarına asılabilir. Bu kişiler düzenli bir şekilde saldakilerle yer değiştirmelidir. Tüm stok ve ekipmanı



nylon torbalara ya da kutulara koyup sala bağlamak gerekir. Saldaki herkesi bir iple birbirine bağlayın. Yiyecek stoğunu kontrol edip salda kalmak zorunda kalabileceğiniz gün sayısına göre paylaşın.

### Köpekbalığı

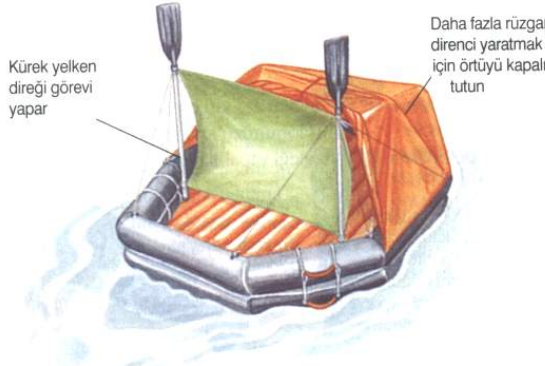
Dünya üzerinde yüzlerce köpekbalığı cinsi vardır ve bunların bazıları insan için tehlikeli olabilir. Suyun içinde yaptığınız çırpınmalar ve kan kokusu köpekbalıklarını çeker. Dikkatlerini çekmemeye özen gösterin.

## CAN SALINI KULLANILIR HALE GETİRMEK

Her ne kadar can salları normalde acil durum ekipmanı ve stoğuyla birlikte satılsa da birçoğu çok basittir ve geniş kullanım

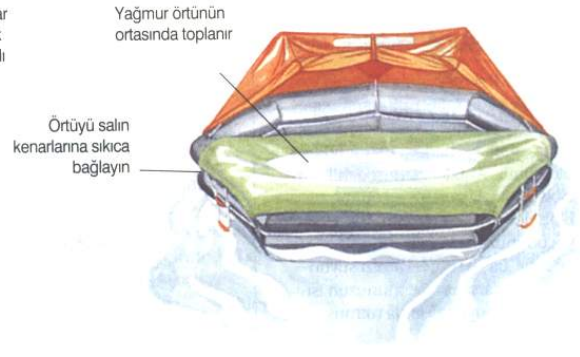
alanlarından çok sadece ana gemide kolay saklansın diye tasarlanmıştır. Basit bir can salında, sizi rüzgar, yağmur ve deniz

suyundan koruyacak bir örtü üydürmeli ve elinizdeki malzemeleri kullanarak bir çeşit yelken yapmalısınız.



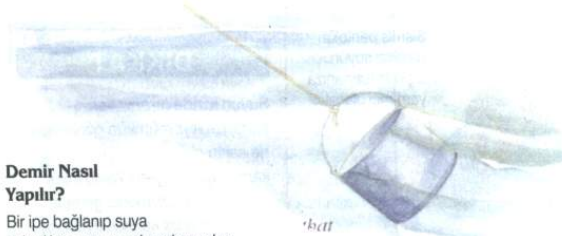
### Üydurma Yelken

Salın üzerine dik bağlanmış iki küreğin arasına gerilmiş bir panço can salını rüzgarın önüne katıp götürür. Ancak üydurma bir dümen yapmazsanız manevra yapamazsınız. Kürekleri salın kenarına sıkıca bağladığınızdan emin olun.



### Yağmur Suyu Nasıl Toplanır?

Denizdeki tatl su elde etmek çok zordur. Yağmur yağarken salın üzerine nylon bir örtü gererek yağmur suyunu toplayabilirsiniz. Sıçrayan deniz suyunun tatl suyu kirlenmesini engellemek için su biriktikçe bir kaba boşaltın.



### Demir Nasıl Yapılır?

Bir ipe bağlanıp suya salındıktan sonra salın arkasından çekilen bir kova kötü havayı cepheden almanızı ve alabora olmanızı engeller. Eğer gemiyi terketmeden önce yardım sinyali yolladıysanız elinizden geldiğince bir noktada kalmaya çalışmalısınız. Suya sarkıtacağınız kova sürüklenmeyi de azaltacaktır.

### KÖPEKBALIKLARINA KARŞI NE YAPILIR?

Köpekbalıkları bazen sadece meraklıdır. Eğer çok yakına gelirlere ve sala zarar verebileceklerini düşünüyorsanız yüksek sesle bağırarak ve onları korkutmak için hareketler yaparak kaçabilirsiniz. Eğer kürek gibi sert bir şeyle burnuna vurursanız genellikle kaçır. Eğer köpekbalığı açsa, kan ya da dışkı kokusu aldysa veya güçsüz ve acıyla yapılan devinimler sezip kolay bir av peşine düşüyse tehlike artar. Köpekbalıkları salın etrafında dolaşmaya başlamadan önce ve sala saldıracağını gösteren ani hareketler yapmaya başlamazlarsa köpekbalığı kaçırın kimyasalları suya atmayın. Salın altına sürtünmelerini engellemek için bir ipin ucuna bağlayacağınız kumaş parçası ya da battaniyeyi salın arkasında çekebilirsiniz.



## CAN SALINDA YAŞAM

Güneş, yağmur ve dalgalardan korunmanın hayati önemi vardır. Survival takımınızdaki olta ya da bir ağla balık tutmaya çalışmalısınız. Ancak tatlısuyunuz yoksa

yemek yememelisiniz. Çünkü vücut içerdiği değerli suyun çoğunu sindirim işlemi sırasında harcar. Terleyerek su kaybını engellemek için en

ufak hareketten bile kaçın. Her zaman bir kişi nöbette kalmalı, içme suyu toplamalı ve kara parçalarını gözlemelidir.



### Yiyecek Yakalamak

Salın yan tarafına takacağınız bir küreğin üzerine bir tişört ya da başka bir elbise bağlayın. Bu yüzeye yakın yüzen balıklar için bir ağ görevi yapacaktır. Saldan düşmemek ya da küreği düşürmemek için çok dikkat etmelisiniz. Ayrıca suda yüzen kalıntılara tutunmuş yengeç gibi kıyı hayvanlarına da rastlayabilirsiniz.



### Patlak Tamiri

Can salınızda açılacak bir deliği içine etrafına bez sarımsı bir tornavida gibi birşeyler tıkararak geçici olarak tamir etmek mümkündür. Sadece eğer gerekli tamir takımınız varsa ve tamir ettiğiniz yeri kuru tutabilecekseniz delikleri tamire girişin.

## CAN SALINDAN SİNYAL VERMEK

Bir can salındayken farkedilmek zor olabilir ancak gemi ya da uçaklara sinyal vermek için fişek kullanabilirsiniz. Bazı fişekler sadece gece, açık denizde ya da siste kullanılırken bazıları da gündüz de görülebilir. Bazıları elde tutulurken bazıları özel bir silah yardımıyla havaya atılır.

### GECE



#### Paraşütlü Kırmızı Fişek

Bu fişek 91 metre yükselir ve 11 kilometre mesafeden görünür. Diğer fişeklerden daha uzun süre havada kalır.



#### Kırmızı El Fişegi

Bu fişegi mümkün olduğu kadar yüksekte tutmalı ya da küreğinizin sapına bağlayarak daha da yukarı uzatmalısınız. Beş kilometreden farkedilir. Düşük görüş mesafesi, karanlık ya da sert rüzgarlarda kullanılır.

### GÜNDÜZ



#### Turuncu Duman

Bu fişek sadece günışığında, rüzgar hafif ve görüş mesafesi iyiye kadar kullanılır. Rüzgara doğru tutun.

#### Kollarla İşaret Vermek

Eğer bir gemi ya da uçak görüyorsanız salda ayağa kalkın ve kollarınızı aşağı yukarı sallayın.



#### Çarpışmaya Tehlikesinde Kullanılan Beyaz Işık

Bu fişek gemilerde varlığı göstermek ve çarpışma riskini azaltmak için kullanılır. Bu fişegi sadece diğer fişeklerin hepsini kullandıktan sonra kullanın. Daha çok geceleri ya da yakın mesafede görünür.

## KARA GÖRÜNDÜ!

Can salınızdan etrafın görünüşüne alıştığımızda çevrenizdeki en ufak değişiklik bile dikkatinizi çekecektir. Bu değişiklikler karanın yakında olduğunu gösterebilir.

Örneğin açık bir gökyüzündeki kümebulutlar (kümüülüs bulutları) genellikle kara üzerinde oluşur. Siyah sudan yansıyan, suyun yarattığı "göl parlaması" da denen yeşilimsi bir renkler



#### Fok

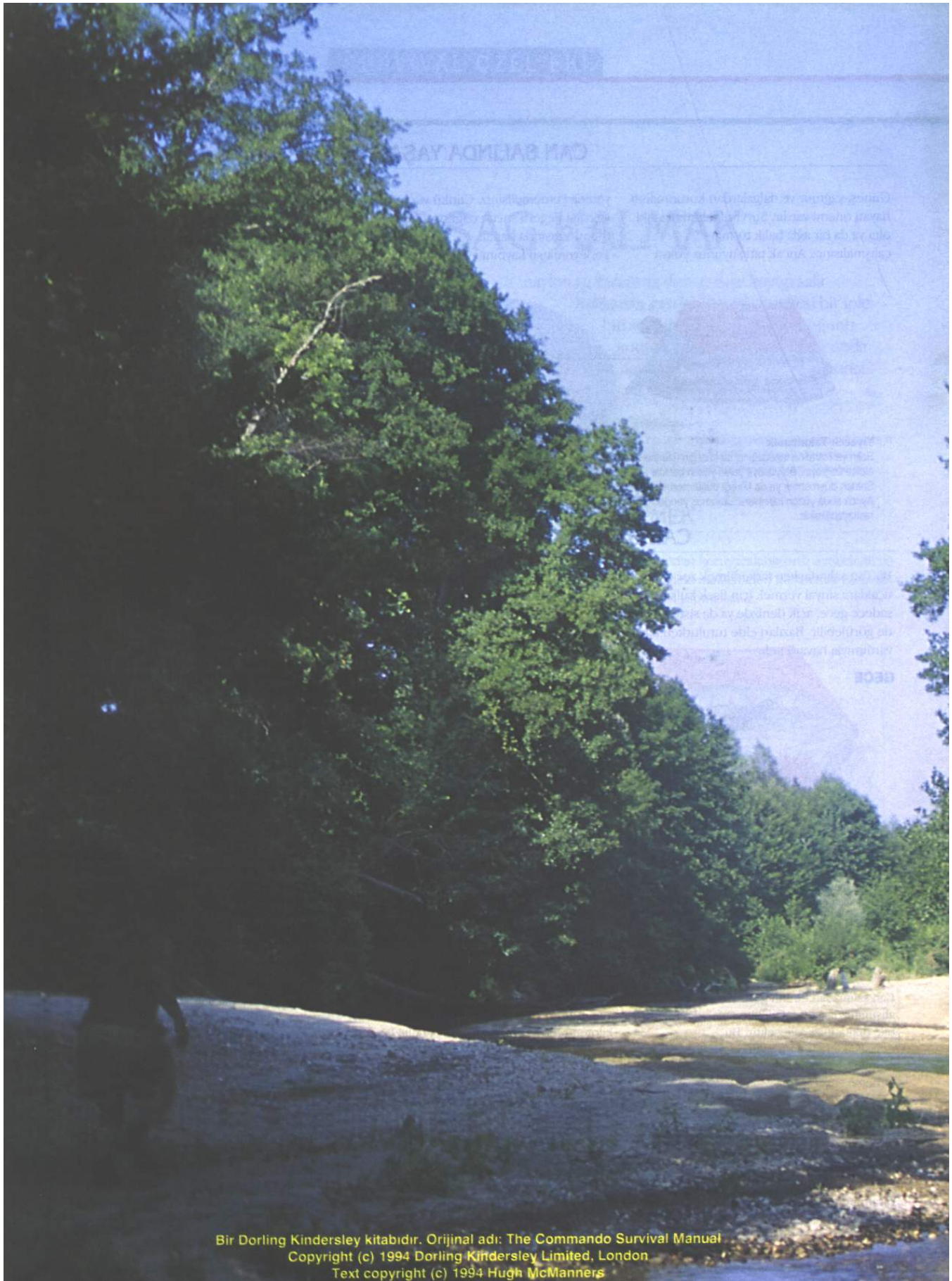
Suda fok görmek karanın yakın olduğunu kesin bir işarettir. Bu hayvanlar karadan çok uzaklaşmaz.

vardır. Tek başına uçan su kuşları karadan çok uzaklara uçsalar da kuş sürüleri 100 kilometreden fazla açılmaz ve genellikle kumsal, kayalık ve tarlalarda beslenmek üzere öğleden sonra kıyıya dönerler.

## SAĞLIK SORUNLARI

Güneş ve tuzlusu yanıkları denizde sık rastlanan sorunlardır. Her zaman örtünün ve gölgede durun. Mümkün olduğunca tuzlu suyun derinize değmemesini ve salın ıslanmamasını sağlayın. Yapabilirsiniz tatlusuyla yıkanın ve koruyucu krem ve yağ kullanın. Çiğ balık yemek az dışkı üreteceğinden ve bağırsak hareketleri azalacağından oluşabilecek kabızlık dışkıların acı verebilir. Yapılacak tek şey özellikle tatlusuyla azsa normalde yediğinizden az yemek yemektir.







11

**SURVIVAL EKI**

OUTDOOR dergisinin  
okurlarına armağanıdır

**HUGH McMANNERS**

Yeni nesil outdoor ekipmanları

# TEHLİKELİ YARATIKLAR

Çoğu hayvan kızdırılmazsa, yaralı veya aç değilse ya da rahatsız edilmezse insanlardan uzak durur. Ancak yanlışlıkla da olsa kızdırıldıkları zaman özellikle yavruları varsa, normalde hiç saldırgan olmayan otçul hayvanlar bile çok vahşi olabilir. Onların dünyasında bir misafir olduğunuzu hiç unutmayın ve saygı gösterin. Bazı tehlikeli türler ölümcül derecede zehirli ya da doğal davranışları yüzünden bizler için tehlikeli olabilir.



**Grizzly Ayısı (Ursus)**  
Normalde saldırgan olmayan grizzly karşılaştığı insanlara saldırmaktansa kaçmayı tercih eder. Ancak yavrularıyla dolaşan bir dişiyle karşılaşırsanız bu kurala tehlikeli bir istisna doğabilir.

## ■ KUZEY AMERİKA

Kuzey Amerika'nın büyük bölümü hâlâ vahşidir. Kıtanın büyük kısmı ılıman olsa da dağlar, kırıç ovalar ve sıcak çöller de vardır. Ormanların derinliklerinde Grizzly ayısı ve Kuzey Amerika kurdu (Canis) gibi büyük etçiller yaşarken, daha sıcak bölgelerde elmas sırtlı çingıraklı yılan (Crotalus) ve kahverengi münzevi örümcek (Loxoscees) gibi zehirli yaratıklar vardır. İliman bölgelerde yaşayan tehlikeli yaratıkların çoğu kışın cansızlaşır ya da kış uykusuna yatar.



**Mercan Yılanı (Micrurus)**  
Kuzey Amerika'da hepsi de parlak renklerle bezeli birçok mercan yılanı türü yaşar. Ayrıca Güneydoğu Asya ve Güney Amerika'da yaşayan türler de vardır. Bu yılanlar bir metre kadar uzayabilir. Zehirli olmalarına rağmen zehri zerkeden dişler kısa olduğundan elbise üzerinden ısırılmaz.



**Amerikan Timsahı (Alligator)**  
Bu timsahlar ABD'nin güneydoğusunda yaşar. Saatlerce hareketsiz yatarak avını bekleyebilir ve gerektiğinde son derece süratlidir.

## ■ GÜNEY AMERİKA

Güney Amerika'nın büyük bölümü, tropikal yağmur ormanlarıyla kaplıdır. Bu ormanlarda çoğu zehirli olan binlerce hayvan türü yaşar. En sık rastlanan hayvanlar ise sık tropikal bitki örtüsünün içinde yaşayan böcek ve yılanlardır. Ayrıca yaban domuzu ve jaguar gibi büyük hayvanlar vardır. Amfibik hayvanlar da insanlar için tehlikeli olabilir. Kıtanın en güney ucunda bulunan erkek denizaslanları çiftleşme mevsiminde çok saldırgan hale gelebilir.



### Zehirli Ok Ağaç Kurbağası (Sminthillus)

Bu Güney Amerika kurbağasının derisi bilinen en zehirli maddelerden birini salgılar. Bu maddenin çok az miktarına bile temas ölümcül olabilir.



### Piranha (Serrasalmus)

Bu korku salan Güney Amerika balığının dişleri ustura gibi keskindir ve nehrin içindeki yaralı hayvanlara sürüler halinde saldırarak kemiklerine kadar sıyrır.



### Deniz Yılanı (Laticauda)

Bazı Hint - Pasifik deniz yılanları saldırgan olmamalarına rağmen son derece zehirlidir.



### İskorpit (Scorpaenidae)

İskorpit Hint ve Pasifik Okyanusları'nda Atlantik Okyanusu'nda ve Akdeniz'de yaşar. Uzun dikenleri zehirlidir ve üzerine basılırsa son derece acı verir.





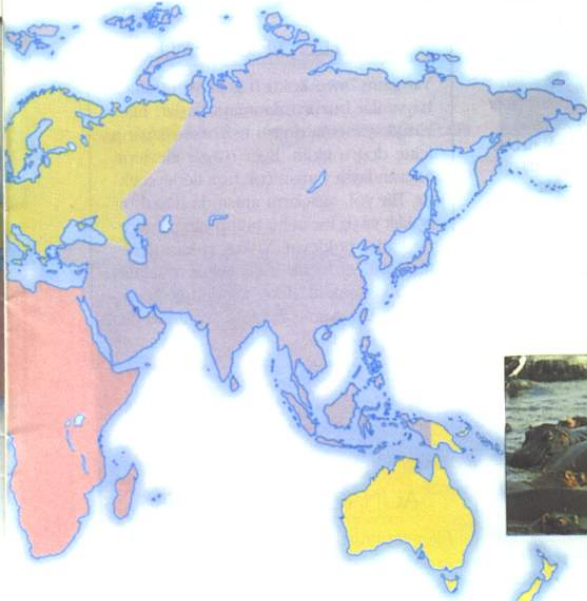
## ■ AVRUPA

Bir zamanlar Avrupa'yı kaplayan sık ormanlar artık yerlerini şehir ve banyolere bırakıyor. Kalan ormanların derinlerinde az sayıda yabancı domuzu kaldı. Ancak yabancı arısı (Vespa) ve sağır yılan (Vipera)'ın zehirlerinin çok azı bile yol açtığı anafilaktik şok yüzünden öldürücü olabilir.



### Karadul Örümceği (Lactrodectus)

Akdeniz civarındaki sıcak ve kurak bölgelerde ve Kuzey Amerika'da bulunan karadul dünyanın en çok korkulan örümceklerinden biridir. Isırığı her zaman ölümcül olmasa da panik, zehrin vücuda yayılmasını hızlandırarak kalp ve solunum sisteminin felç olmasına sebep olabilir.



## AFRİKA

Afrika'da bulunan hayvanların çoğu kızdırdıklarında insan için tehlikelidir. Özellikle büyük etçillere belirli bir dikkat gerekir. Ayrıca kara mamba (Dendroaspis) gibi ölümcül yılanlar da vardır. Ama en büyük tehlike sıtma taşıyan sivrisineklerdir (Anopheles).



### Şişen Engerek (Bitis)

Afrika'nın yan kurak alanlarında ve Arap Yarımadası'nda yaşayan şişen engerek kalın gövdeli, büyük ve yassı kafalı bir yılanıdır. Genellikle saman rengindedir ve üzerinde koyu kahverengi lekeler vardır. Zehrini aktığı dişleri uzun olduğu için elbise üzerinden de ısırabilir. Isırığı ölümcüldür.

## ■ ASYA

Güneydoğu Asya'nın çoğu tropikal ormanlarla kaplıdır ve birkaç ilkel kabile haricinde insan yerleşimi yoktur. Buralarda insan için tehlikeli olan birçok yaratık vardır. Nehir ağzı timsahı (Crocodylus), ölümcül Hint yılanı (Bungarus) ve kırmızı sırtlı örümcek (Lactrodectus) bunlardan birkaçıdır.



### Kaplan (Panthera)

Kaplan Güneydoğu Asya'da yaşar ve genellikle gizlenerek, insanlardan uzak gezer. Ancak kızdığında zaman ve özellikle yavrularını koruyorsa çok tehlikeli bir etçildir.



### Suaygın

#### (Hippopotamus)

Suaygın Afrika'daki en tehlikeli hayvanlardan biridir. Nehirlerde yaşar ve genellikle zararsız olsa da eğer kaçış yolu kapanırsa ya da yavruları tehlikedeysse saldırır.

### Hortum Ağılı Örümcek (Atrax)

Hortum ağılı örümcek Avustralya'da yaşar ve sokması öldürücüdür. Adını ürettiği hortuma benzeyen ağdan almıştır. Geceleri, özellikle daha ılık ve nemli bölgelerde aktiftir.



## ■ AVUSTRALYA

Dünyanın en tehlikeli ve saldırgan yaratıklarından bazıları Avustralya'da yaşar. Son derece ölümcül bir zehri olan vahşi yılan (Parademansia), saldırgan büyükbeyaz köpekbalığı, ölümcül taşbalığı (Synanceidae) ve ölüm üfleyen balık (Arothron) bunlardan bazılarıdır.



### Büyük Beyaz Köpekbalığı (Carcharodon)

Ilıman ve tropikal sularda bulunur. Bazıları çok saldırgan olabilir.

## TEHLİKELİ HAYVANLARLA UĞRAŞMAK

Tehlikeyle uğraşmaktansa ondan uzak durmak daha iyidir. Ormanda ya da çalıkların içinde yürürken mümkün olduğunca çok ses çıkarın. Çoğu hayvan çıkardığınız gürültüden korkarak kaçacaktır. Yanında yavrusu olan dişilerden uzak durun. Eğer etçil bir hayvanla karşılaşırsanız önce hiç kıpırdamayın ve çok yavaş hareketlerle geri çekilin. Eğer koşarsanız hayvanın içgüdüsel kovalama isteğini harekete geçirirsiniz. Eğer saldırıya uğrarsanız zigzag çizerek koşun ya da size saldıran hayvana doğru gidip kollarınızı sallayarak bağırın. O bölgedeki hayvanların huylarını öğrenirseniz sizden uzak durmalarını sağlayabilirsiniz. Eğer ısırılırsanız paniğe kapılmayın. Gece cibinlik kullanarak tehlikeli böceklerden korunabilirsiniz. Sabah giyinmeden önce elbise ve ayakkabılarınızı silkeleyin. Akrep ya da örümcekler gece içlerine girmiş olabilir.

# DOĞAL TEHLİKELER

**T**elevizyonda sık sık türlü felaketler izler ve büyük ölçüde kayıtsız kalırsınız. Gördüğümüz felaketlerin bizim başımıza gelebileceğini aklımıza bile getirmeyiz. Ancak dünyanın her tarafında yaşanabilecek birçok afet

olduğunu ve bu afetlere karşı önlem almak gerektiğini akıldan çıkarmamak gerekir. Yerel halk ve özellikle yerel radyolar tarafından verilen bilgiler ve tavsiye edilen önerilere her zaman uymalısınız.

## ORMAN YANGINI



### Yangın Sebepleri

Orman ve çalı yangınları yerdeki bitki örtüsü kuru olduğu zaman son derece kolay başlar. Bir kamp ateşi kontrolden çıkabilir ya da bir cam parçasından yansıyan güneş ışığı kuru bitki örtüsünü tutuşturabilir. Bir yangının başlaması söz konusuysa uyku tulumunuzu üzerine atarak ya da montunuzla vurarak tamamiyle kontrolden çıkmadan söndürmeye çalışın. Kamp ateşlerinin kontrol altında tutulması ve devamlı gözlenmesi asla ihmal edilmemesi gereken bir iştir.

### İŞARETLER VE ÖNLEMLER

Yangının önce kokusu gelir ve etraftaki hayvanlar huzursuzlanmaya başlar. Eğer rüzgâr yangına doğru esiyorsa rüzgârın içine doğru gidin. Eğer rüzgâr alevlerin arkındaysa yangın çok hızlı ilerleyecektir. Bir yol, ağaçların arasında doğal bir açıklık ya da bir nehir bulup yangın geçene kadar bekleyin. Yokuş yukarı ilerlemeyin. Eğer hiçbir kaçış yolunuz kalmadıysa koşarak alevlerin içinden geçip arkada kalan yanmış bölgeye sığınmayı deneyebilirsiniz.

## ÇIĞ



### Kar Kayması

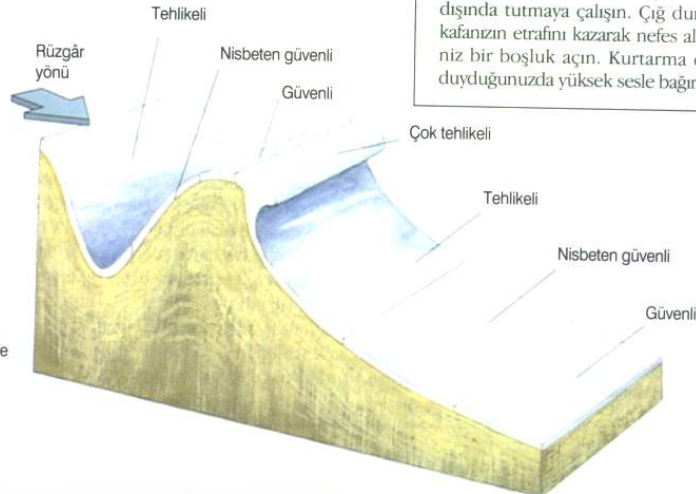
Karla kaplı bütün dağlık bölgelerde çığ tehlikesi vardır. Böyle bölgelere girmeden önce mutlaka yerel halkın tavsiyelerinden faydalanın. Mantığınızı kullanarak riskleri azaltabilirsiniz. Güneye bakan dik yamaçlarda güneş karı ısıtıp yumuşattığı için risk artar (Güney Yanküre'de kuzeye bakan tepeler). Deprem hatta kayakçıların çıkardığı yüksek sesler yüzünden bile çığ oluşabilir.

### ALINACAK ÖNLEMLER

Eğer tepenizde bir çığ başlarsa tepeden aşağı mümkün olduğu kadar hızlı kayarak ya da koşarak kaçmaya çalışın. Herhangi bir sığınak ya da kayanın altına kıvrılarak saklanın. Kaçarken çığ size yetişirse çantanızı ve taşıdığınız diğer malzemeleri atın. Ağzı ve burnunuzu kollarınızla kapatıp dümdüz yatın ve kafanızı yükselen karın dışında tutmaya çalışın. Çığ durduğunda kafanızın etrafını kazarak nefes alabileceğiniz bir boşluk açın. Kurtarma ekiplerini duyduğunuzda yüksek sesle bağırın.

### Tehlikeli Bölgeler

Kar, yerçekiminin etkisiyle tepe aşağı akar ve bu yüzden tepelerin eteklerindeki kar, yukandakinden daha yoğun ve dengelidir. Bu yüzden özellikle dışbükey tepelerin üst kısımlarında çığ oluşur.





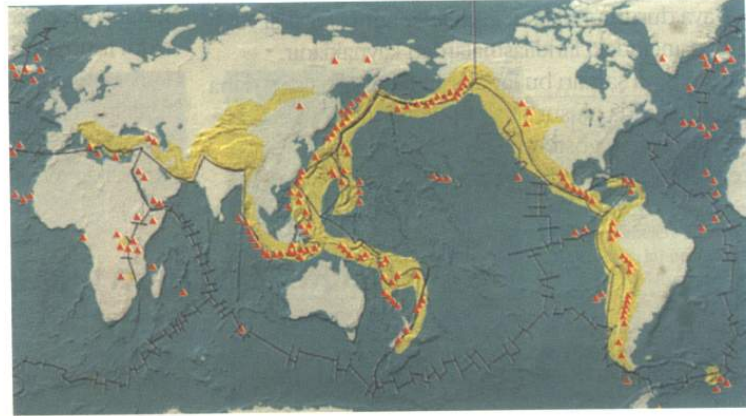
## ÇABUK TUTUŞAN DÜNYA

Deprem ve volkanik hareketler dünya kabuğunun kenarlarını izler. Kabuğu oluşturan parçalar birbirlerine sürtünerek hareket ettiğinde gerilim yaratır ve bu gerilim boşaldığında deprem kuşağı boyunca ani hareketler halinde depremler oluşur. Bu hareketler sadece birkaç santimetrelik olabileceği gibi metreler boyunca da olabilir. Volkanlar da jeolojik olarak zayıf bölgelerde, dünyanın çekirdeğinde bulunan eriyik haldeki maddeler yüzeye doğru püskürdüğü zaman oluşur.

### Ateş Halkası

Deprem ve volkanik patlamaların çoğu Pasifik Okyanusu'nu çevreler. Bu bölgeye "Ateş Halkası" da denir.

▲ VOLKANLAR ■ DEPREM BÖLGELERİ



## DEPREM



### Korkulan Felaket

En korkulan doğal afet olan depremin yol açacağı hasar, afetin gelişini bilinemediği için önceden belirlenemez. Bir tepeye ya da kumsala (kayalıklardan uzağa) gidin. Binalardan uzak durun ve boş alanlarda yüzüstü yatarak bekleyin. Araba kullanıyorsanız aracı durdurun ama araçtan çıkmayın. Sağlam bir binanın bodrum ya da zemin katında duvarlara olabildiğince yakın ve mümkünse sağlam bir masanın altına sığınarak bekleyin.

### DEPREMDEN SONRA

Depremler sona ermiş gibi görünse de yeni sarsıntılar olabilir. Hasar görmüş yapılardan uzak durun, üzerinize yıkılabilir. Kopuk elektrik kablolarına dikkat edin. Parçalanmış kanalizasyon ve su borularını nedeniyle, hastalık riski artar ve depremin yol açacağı en büyük tehlikelerden biri haline gelir. Bu yüzden içme suyunuzu süzün ve kaynatın. Yerel radyo istasyonlarını dinleyin ve yapılan anonsların hepsine uyun.

## TSUNAMİ

Denizaltında oluşan bir deprem 30 metreye kadar yükselen ve sahil bölgelerine vuran dalgalara oluşturabilir. Böylesi bir su duvarıyla karşı karşıya kaldığınızda yapabileceğiniz çok az şey vardır.

### DEV DALGA



## VOLKANLAR



### Patlamalar

Aktif volkanlar deprem bölgelerindeki tektonik hareketin bir parçasıdır. Lav, kül, sıcak gazlar, çamur akıntılar ve uçan kaya parçaları (volkanik bombalar) gibi tehlikeleri vardır. Lavın akışı, çoğu zaman insanları yakalayabilecek kadar hızlı değildir. Ama sıcak gaz bulutları, kül (aslında pulverize olmuş kaya) ve volkanik bombalar ölümcüldür. Güçlü sülfürodoksit çöğürleri ve deriyi etkiler. Sel yatağı gibi lavın akabileceği yerlerden uzak durun. Bölgeyi derhal terkedin.

### ALINACAK ÖNLEMLER

Eğer volkanik aktivitenin arttığını fark ederseniz bölgeyi terkedin. Patlama başladığında, kül ve çamur akıntılarının yolların kapanmasına ve tehlikeli bir hale gelmesine sebep olacağı gibi binalara zarar verecek ve kaçış yollarını tıkaçacaktır. Havanın zehirlenmesi ihtimaline karşı toz maskelerini (ya da ıslak bez parçaları) hazır bulundurun. Derinize bulaşacak her türlü artığı mümkün olduğunca çabuk temizleyin.

## EKSTREM HAVA

**H**ava durumundaki değişiklikler atmosfer ısı ve basıncındaki farklılaşmalardan kaynaklanır. Ekstrem hava şartları bu farklılaşmalar normalden daha fazla olduğunda oluşur ve sinoptik harita da denilen ve hava durumunu gösteren haritaların dikkatlice incelenmesiyle önceden belirlenebilir. Tüm bölgeden

günlük olarak toplanan bilgilerin ışığında bu haritalar ciddi fırtınaların tahmininde ya da belirlenmesinde kullanılabilir. Bundan sonra uyarılara başlanarak tehlikeyi en aza indirmek ve can kaybını engellemek için gerekli önlemler alınır. Ekstrem hava şartları genellikle mevsimlidir ve belirli bölgelerle sınırlıdır.

### YERKÜRENİN HAVA DURUMU

Ekstrem hava şartlarını tahmin etmek için, farklı hava kütleleri birbirleriyle karşılaştıklarında nasıl tepkiler oluşacağı

değerlendirilir. Büyük kara parçaları normalde dengeli ancak alçak basınç sistemleri tarafından bozulabilen yüksek

basınç merkezleri oluşturur. Aşağıda ekstrem hava şartlarını gösteren idealize edilmiş bir sinoptik harita bulabilirsiniz.

#### Hava Tahmini

Üzerine hava durumu işlenen haritalara sinoptik harita denir. Toplanan bütün bilgiler hava tahmin istasyonları ve uydulardan alınıp sinoptik haritaya işlendikten sonra bir haftaya kadar olası bütün hava olayları tahmin edilebilir.

Yüksek basınç ve iyi hava kirliliği tutar ve dumanlı sis yaratır

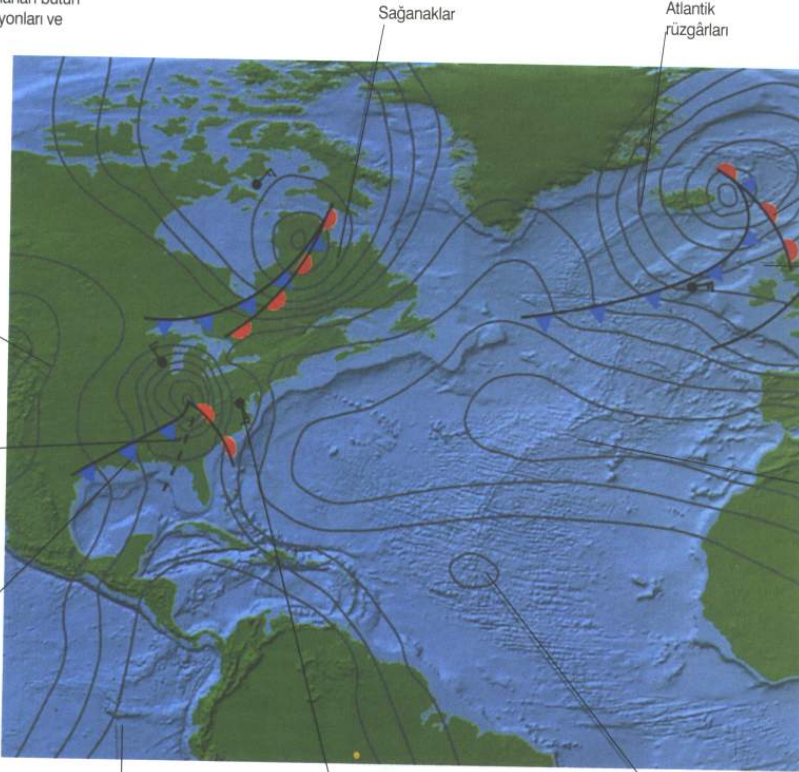
Hortumların oluştuğu kasırga hattı

Üzerinde ok olan çizgiler ağır soğuk hava cephesinin, daha hafif olan ılık havanın altına girdiği sınırdan gösterir.

İzobarlar (basınç eğrileri) eşit basınçlı bölgeleri birleştirir.

Sembol, rüzgarın yönünü ve şiddetini gösterir.

Kasırgalar yüksek süratli rüzgarların çevrelediği sıcak, alçak basınçlı, diğerlerinden ayrı bir izobarla gösterilir.



Sağanaklar

Atlantik rüzgârları

Soğuk cephelerin sıcak cepheleri yakalayıp yere yaklaşımlarını engelledikleri kapalı cephe ok ve yarım dairelerle gösterilir

Alçak basınç sistemleri ya da siklonlar kasvetli hava getirir

Antisiklon adı verilen yüksek basınç sistemleri sabit, iyi havaları, açık gökyüzü ve kümülüs bulutları oluşturur



## FIRTINALAR

Şiddetli fırtınalar dünyanın herhangi bir yerini, yılın herhangi bir zamanında etkisi altına alabilir ve bu fırtınaları engellemek için

yapılabilecek bir şey yoktur. Kasırga ve hortum gibi ekstrem fırtınalar ağaçları kökünden söker, binaları yıkar ve ulaşım

bağlantılarını keser. Denizde bu fırtınalar gemileri alabora edebilecek kadar büyük dalgalar oluşturabilir.

**Hortum** Hortumlar sıcak, alçak basınçla yükselen hava, fırtına bulutlarından inen yüksek rüzgârlarla karşılaştığında oluşur. Bu durum hızı saatte 620 kilometreye ulaşabilen ve girdap gibi dönen bir rüzgâr yaratır.



### İŞARETLER VE ALINACAK ÖNLEMLER

Hortumun yaklaştığını duyabilir ve görebilirsiniz. Hemen yolundan çekilin. Eğer dışarıdaysanız bir mağaraya sığının ya da bir hendeğin içine yatıp kafanızı kollarınızla örtün. Eğer bir binanın içindeyseniz hortumun geldiği yöndeki pencereleri kapatıp ters taraftaki pencereleri açın. Araç ve karavanların içinden çıkın.



### Kasırga

Kasırga denizden yükselerek alçak basınç yaratan ve süratli, dönen rüzgârlarla fırtınaları birleştiren tropikal bir fırtındadır.

### İŞARETLER VE ALINACAK ÖNLEMLER

Barometrik basınçtaki anormal yükselmeleri takip eden ani düşüşler, kasırganın işareti olabilir. Bir kasırga belirlendiği zaman bölgeyi boşaltın. Dışarıdaysanız sahil ve nehirlerden uzak durun ve bir mağaraya ya da derin bir çukura sakin. Bir binanın içindeyseniz savrulduklar zaman zararlı olabilecek eşyaları dışarı çıkartın. Pencerelere tahta çakın. Bodruma inin ve ağır mobilyaların altına sakin.

## SAĞANAKLAR

Ani ve yoğun yağış toprak yüzeyini suya doyurarak suyun topraktan süzülerek alttaki kaya

katmanlarına akmasını engelleyebilir. Su toprağın altına akmak yerine yüzeyde akar ve toprağı, bitki

örtüsünü ve binaları süpürür atar. Ayrıca drenaj sistemlerini taşır ve enerji hatlarına zarar verir.

### Sel

Yatağından taşan nehir ya da göller ya da ani sağanaklar sele sebep olabilir. Sel özellikle yer yüzeyinin suya çabuk doyduğu ve üst toprak katmanının yıkanıp gittiği çok kuru bölgelerde daha şiddetli olur. Özellikle alçak bölgelerde aşırı yağış varsa sel ihtimali yüksektir. Bu yüzden böylesi bir durumda bu gibi bölgelerden uzak durmak gerekir.



### ALINACAK ÖNLEMLER

Eğer sel geleceğini tahmin ediyorsanız mümkün olduğunca çok içme suyu toplayın. Yanınıza yiyecek, kibrit ve yatak malzemesi alarak yüksek yerlere ya da bir binanın üst katlarına çıkın. Eğer içinde sakladığınız bina tehlike altında değilse sel suları çekilene ya da kurtarma ekipleri gelene kadar yerinizden kıpırdamayın. Selin içinde yürümeye çalışmak ya da sel sularına dalmak çok tehlikeli olabilir.

### ALINACAK ÖNLEMLER

Lastik tabanlı ayakkabılar giyin ve elektrik geçirmeyen kuru bir cismin üzerine oturun. Yerden yukarıda mümkün olduğunca düz ve alçak bir şekilde durun. Yüksek ya da metal nesnelerin yanına gitmeyin. Düşen yıldırım tam olarak çarpmasa bile insana zarar verebilecek ışık patlamaları, şok dalgaları ve ısı oluşturur.



### Elektrik Fırtınası

Yükselen sıcak hava, soğuk havayla karşılaştığında aşırı sallanan su damlacıkları statik elektrik oluşturur. Voltajı çok yüksek olan bu elektrik yükü bir su damlacığından diğerine atlayarak en kolay yoldan yeryüzüne inerken karşısına çıkan her türlü engele çarpabilir. Yıldırım çarpsa bile ölmeyebilirsiniz.

# SİNYALLE HABERLEŞME

Bir ekspedisyona çıkmadan önce tanıdıklarınızı planlarınızdan, seçtiğiniz yoldan ve beklenen varış zamanından haberdar etmeniz hayatınızı kurtarabilir. Bu şekilde geç kaldığınızda birileri kaybolduğunuzu ve kabaca nerede olduğunuzu biliyor olacaktır. Mevkinizi ve problemin ne olduğunu iletmek kolaydır. Uluslararası

temel yardım sinyali "SOS" (Save Our Souls Canımızı Kurtarın) mors alfabesi yoluyla bir ayna, fener, duman sinyalleri ya da semafor kullanarak iletilebilir. Ayrıca telsizden Fransızca "M'aidez"den (Yardım Et) gelen "May Day" mesajı geçilerek de yardım istenebilir. Bu sinyalleri sadece zor durumdayken kullanmalısınız.

## SEMAFOR

Gönderici ve alıcı birbirini açıkça görmelidir. Dürbün kullanırsanız işaretleri tam olarak okuduğunuzdan emin

olabilirsiniz. Sinyal gönderirken iki harf arasında yavaş yavaş "binbir"den "binaltı"ya kadar sayın. Sinyal alırken ise

kolların hareketlerini çizip mesaj tamamlandıktan sonra harflerin çözümünü yapın.





## YERDEN HAVAYA SİNYAL

Kurtarılmayı beklerken bir uçağın mürettebatının dikkatini çekebilmeli ve onlara durumunuzu anlatabilmelisiniz. Eğer kurtarılmaz gerekmiyor da

sadece malzemeye ihtiyaç duyuyorsanız bunu açıkça anlatabilmelisiniz. Pilotlar sizi kurtarabilmek için hiç düşünmeden

ve hem mürettebatı hem de uçağı riske atarak tehlikeli yerlere inmeye çalışacaktır. Bu hareketlerini suistimal etmemek gerekir.

### MARKÖR KULLANIMI

#### Yer Markörleri

Bu sinyaller uluslararasıdır. Hatırlamayı kolaylaştırmak için FILL kelimesini kullanılır. Pilotlar "ciddi yaralanma" anlamına gelen "I" işaretini gördüklerinde büyük riskleri göze alabilirler. Sopa ve taşlardan oluşturacağınız ya da toprağa çizeceğiniz işaretleri mümkün olduğunca büyük yapın.



### VÜCUDUNUZU KULLANIN

#### Hava Aracı Yönetimi

Bu sinyaller bir helikoptere güvenli iniş yaptırmak ya da mürettebatla haberleşmek için kullanılabilir. Dik durmal ve tüm hareketleri abartarak yapmalısınız. Helikopter indiğinde bir yerlere tutunursanız pervanenin oluşturduğu rüzgânın sizi düşürmesini engellersiniz.



#### GÜNEŞ NASIL KULLANILIR?

Ortasına delik açılmış bir yansıtıcı kullanabilirsiniz. Delikten güneş yönüne bakın. Yansıtıcıyı güneşin yansımaları önünüze düşene kadar öne eğin. Yansımaları gökyüzüne, havadaki araca doğru çevirin. Pilotun dikkatini çekmek için yansıtıcıyı yavaşça hareket ettirin ama gözlerinizi kamaştır-mamaya dikkat edin.



#### Heliograf

Heliograf dikkat çekmek için güneş ışıklarını yansıtma kullanılır.

Mors alfabesi ile gönderilen mesajlar telsiz, ısıklık, heliograf ya da duman bulutlarıyla bile iletebilir. Mors alfabesi ile mesaj yollamak almaktan daha kolaydır. Bu yüzden mesajınızı çok yavaş yollayın. Her kelimedenden sonra ara verin. AAAAAA bir mesajın anlamına gelir. TTTT mesajınızı alıyorum, R (roger) ise mesaj alındı demektir. Mesajı yavaş yollayın.

#### MORS ALFABESİ

A	• —	N	— •	1	• — — —
B	— •••	O	— — —	2	•• — — —
C	— • — •	P	• — — •	3	••• — —
D	— ••	Q	• — — —	4	•••• —
E	•	R	• — •	5	•••••
F	•• — •	S	•••	6	— ••••
G	— — •	T	—	7	— — •••
H	••••	U	•• —	8	— — — ••
I	••	V	••• —	9	— — — — •
J	• — — —	W	• — —	0	— — — —
K	— • —	X	— •• —		
L	— •••	Y	— — • —		
M	— —	Z	— — ••		

SOS ••• — — — •••

## EK B

## İLK YARDIM

Yaralıların bir survival durumundan sağ kurtulabilmeleri için derhal ilkyardım yapılmalıdır. Bu, "Grubunuzdaki herkes ne yapması gerektiğini bilmelidir ve gerekenleri derhal yapacak kadar kendisine güvenmelidir" anlamına gelir. Ambulans ve hastanelerin sağladığı profesyonel destek olmadan ciddi şekilde yaralanmış insanlara devamlı bakım

yapmak çok güç olsa da küçük yaralanmaları tedavi edebilir ve yardım gelene kadar ciddi rahatsızlıkların ilerlemesini engelleyebilirsiniz. Her ne kadar sizi ve grubunuzun üyelerini etkileyebilecek sayısız yaralanma ve hastalık olsa da ilkyardımın temel prensiplerini öğrenirseniz hemen hemen her durumla başatmanız mümkün olabilir.

## TEMEL İLK YARDIM TAKIMI

İlkyardım takımınızda birçok tıbbi acil duruma müdahale edebilmenizi mümkün kılacak özel seçiliş malzemeler olmalıdır. Bu

şekilde yaralının durumunu bir doktora ulaşana kadar stabilize edebilirsiniz. Satın alabileceğiniz birçok farklı ilkyardım takımı

olsa da, en iyisi aşağıdaki malzemeleri mutlaka içermek üzere kendi takımınızı kendiniz yapmanızdır.



GENİŞ YARA BANTI



PARMAK BANTI



KÜÇÜK YARA BANTI

## Yara Bantları

Yara bantlarını küçük kesiklerin mikrop kapmasını engellemek için ve su toplayan yerleri örtmek için kullanın.



TÜL TAMPON



TÜL BANDAJ



ELASTİK BANDAJ

## Bandaajlar

Bandaajlar tamponları yerinde tutmak, yaraları kapatmak ya da kırık kol ve bacakların daha fazla zarar görmesini engellemek gibi birçok amaç için kullanılır.



## Çengelli İğneler

Çengelli iğneler bandaajların sağlamlanması ve geçici dikiş olarak kullanılabilir.



## Ağrı Kesiciler

Ağrı kesicileri örneğin bir acil durumda yer değiştirebilmek gibi gerçekten ihtiyaç duyacağınız ana kadar kullanmayın.

## Makas

Makas belki de en değerli ilkyardım malzemesidir. En kalitelisinden, mümkünse ucu keskin olmayan bir makas almalısınız.



ANTİSEPTİK BEZ

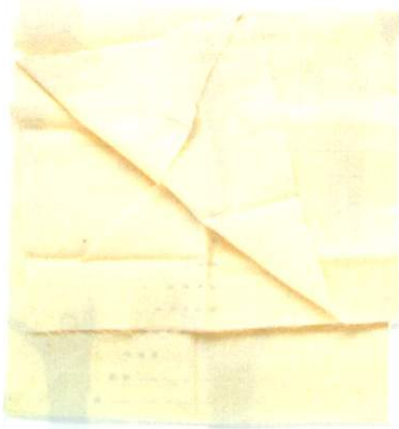
ANTİSEPTİK KREM

## Gazlıbez

Gazlıbezden yapılmış tamponlar kanı emer ve yaraları iyileşene kadar temiz tutar.

## Antiseptik

Antiseptik bezleri yaraları temizlemek için kullanın. Küçük yaraların üzerine süreceğiniz antiseptik krem mikrop kapmadan düzgün bir şekilde iyileşmelerini sağlar.



## Üçgen Bandaaj

Bu malzeme kırık bir kol için askı yapmak ya da örneğin ayağınızı sarmak için geniş bir bandaaj olarak kullanılabilir. Ayrıca gerektiğinde eşarp gibi de iş görür.

## Ayak Keçesi ve Nasır Flasterleri

Çok fazla yürümeniz gerekiyorsa su toplaması ve diğer ayakla ilgili problemlerde oldukça sık karşılaşsınız. Bu yüzden ayak keçesi ve nasır flasterleri küçük yaraların büyümesini engellemekte kullanılır. Keçeyi yaranın üzerine örtecek şekilde kesin. Bir bant yapıştırarak kesenin yerinde durmasını sağlayın.



NASIR FLASTERİ



AYAKKABI VURUĞU İÇİN BANT



## KAZAZEDELERİN DURUM DEĞERLENDİRMESİ

Bir kaza yerine yaklaşırken durun ve gördüklerinizi değerlendirin. Çalışmakta olan araç motorlarını kapatarak olası bir yangını engelleyin. Fazladan yaralanmalara sebep olabilecek diğer tehlikeleri belirleyin. Kazazedelere süratle bakın ve kimsenin bir yere sıkışmadığından ya da bir şeylerin altında kalmadığından emin olun. Daha sonra yaralıların durumunu değerlendirin ve kimin zaten ölecek kadar kötü yaralandığını, kimin acil müdahaleye ihtiyacı olduğunu ve kimin bekleyebileceğini belirleyin. Paniğe kapılmayın. Sakin olun ve hemen işe koyulun. Aksi halde insanlar ölebilir.



### DİKKAT!

Rahatsızlıklarını anlayana kadar kazazedeleri kıpırdatmayın (oldukları yerde daha büyük bir tehlike altında değillerse). Omurgalarından yaralı olanların felç olmasına sebep olabilirsiniz.

## CANLANDIRMANIN ABECESİ

**1** Baygın bir kazazedeyi kontrol etmek için bir elinizi alına ve diğer elinizin iki parmağını çenesinin altına koyun. Kafasını geriye doğru basturarak hava yolunu açın. Ağzında hava yolunu tıkayan herhangi bir şey varsa çıkarın.



**2** Kazazedenin soluk alıp verişini duymaya ya da hissetmeye çalışın. Eğer nefes alıyorsa iyileşme pozisyonuna getirin (aşağıda). Eğer nefes almıyorsa suni solunuma başlayın (aşağıda).



**3** Nefes borusunun yanına elinizi koyup nabzını dinleyerek dolaşımını kontrol edin. Eğer nabız yoksa derhal kalp akciğer canlandırmasına başlayın.



## İYİLEŞME POZİSYONU

**1** Eğer kazazede baygın ama nefes alıyorsa size yakın taraftaki kolunu vücuduna dik açı yapacak şekilde yerleştirin. Öbür tarafında kalan elini yanağının üzerine koyun. Sizin tarafınızdaki bacak düz olacak şekilde öbür bacağı dizden tutup kendinize çekin.



El başa destek olur



Diz vücudun midenin üzerine doğru dönmesini engeller

**2** Kazazedeyi yan yatırıldıktan sonra üstte kalan bacağı da vücuda dik açı yapacak hale getirin. Üstteki eli başının altında kalarak destek görevi yapacaktır. Kafasını yukarı kaldırırsanız kusması durumunda boğulmaz.

## SUNİ SOLUNUM



**1** Hava yolunun açık olduğundan emin olmak için önce kazazedenin ağzının içinde bir şey varsa temizlemelisiniz. Bir elinizi çenesinin altına, diğerini alına koyarak başını geriye doğru itin.



**2** İki parmağınızla burnunu kapatarak ağzınızı ağzının üzerine koyun ve göğsü şişene kadar iki saniye kadar hava verin. Sonra ağzınızı çekin ve göğsü inince hareketi tekrar edin.



**3** Kazazedenin nefes alıp almadığını dinleyin ve nabzını kontrol edin. Eğer nabızı atıyorsa yardım gelene ya da kazazede kendisi nefes almaya başlayıncaya kadar dakikada on nefes vermeye devam edin. Eğer nabız da durmuşsa göğsüne baskı uygulamaya da başlamalısınız (bkz. kalp - akciğer canlandırması).

## KALP AKCIĞER CANLANDIRMASI

Eğer kalp durmuşsa kalp - akciğer canlandırması (CPR) yapmanız gerekebilir. Bu yöntem beyne kan gitmesini devam ettirmek için göğüse baskı yapmayı ve kana oksijen vermek için suni solunum yaptırmayı gerektirir. Göğüse dakikada 80 defa basturmalısınız. Bunu yaparken "bir ve iki ve..." diye sayın.

İki parmağınızla göğüs kemiğinin ucunu bulup diğer elinizi işaret parmağınızın ucuna doğru kaydırın



1 Bir elinizin ayasını göğüs kemiğinin bittiği yerin iki parmak üzerine koyup diğerini de sıkıca üzerine bastırın. Sertçe baskı uygulayın ve bırakın.

Parmaklarınızı göğsün üzerinden kaldırarak el ayanızla bastırın



Nabız (şahdamar) adem elmasının hemen yanındadır



2 Nabızın atıp atmadığını kontrol edin. Her 15 baskıdan sonra iki defa suni solunum yapın. İşlemi nabız tekrar başlayana, tıbbi yardım gelene ya da devam edemeyecek derecede yorulana kadar tekrar edin.

## TIKANMA

## Sırta Vibrasyon Yaptırma

Boğaza takılan bir cisim çıkmak için kazazedeyi kafası göğsünden aşağıda kalacak şekilde oturtun. Kürek kemiklerinin arasına sertçe vibrasyon yapın. Öksürene kadar beş defa tekrar edin.



## Heimlich Manevrası

Eğer sırta vibrasyon yaptırmak işe yaramazsa kazazedenin arkasında durun, ellerinizi göğüs kafesinin altında birleştirin ve sertçe yukarı doğru çekin. Aniden dışarı verdiği havanın basıncı boğaza takılan maddeyi dışarı atacaktır.



## DİKKAT!

Baygın kazazedeleri yere yatırın ve beş vibrasyondan sonra üç Heimlich manevrası yapın. "Canlandırmanın Abecesi" bölümündeki direktifleri uygulayın.

## ÇOCUKLARDA TIKANMA

Çocuğu dizinize yatırıp kürek kemiklerinin arasına el ayanızla vibrasyon uygulayın. Bebekleri kolunuza yatırın. Çocuklara Heimlich manevrası uygulanmaz.



SIRTA HAFİF HAFİF VURUN

## ŞOK

1 Kazazedeyi bir mont ya da uyku tulumunun üzerine yatırın. Ayaklarını baş seviyesinin üzerine kaldırın. Düğmelerini açın, güvenliğini tazeleyin ve nabzına bakın.



2 Bir mont ya da uyku tulumuyla kazazedenin üzerini örtün. Özellikle baygınsa solunumunu ve nabzını kontrol edin. Eğer kalbi durursa canlandırma hareketlerini yapmaya hazır olun.



Uyku tulumu kazazedeyi sıcak tutar



## ŞİDDETLİ DİŞ KANAMA

**1** Yararın iki tarafını sıkıca birbirine bastırın. Eğer yararın içinde bulunan herhangi bir yabancı cismi çıkartamıyorsanız deriyi cismin kenarlarına doğru bastırın.



**2** Kazazedeyi yere yatırın. Yaralarını kontrol edin ve kanayan yerini yukarı kaldırıp kanama durana kadar gazlı bezle basınç uygulayın.

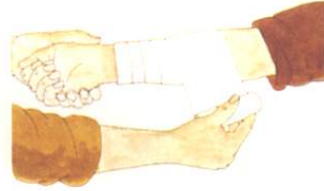


### DİKKAT!

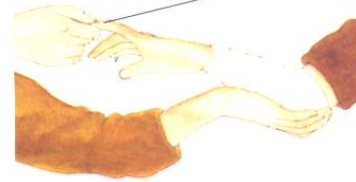
İç kanama çok ciddi bir problemdir. Şok oluşabilir ve iç organların üzerine basınç binebilir. Şoka karşı alınacak tedbirleri alın ve acil tıbbi yardım arayın.



**3** Yaraya içindeki cismin iki tarafına tampon koyarak steril bir bandaj yapın.



**4** Yarayı sıkıca sarın ama dolaşımı durdurmamaya ve cismin daha derine gömülmemesine dikkat edin.



Hafifçe tırnağa bastırın

**5** Tırnaklardan birini hafifçe sıkıp bırakın. Rengi hemen eski haline dönmüyorsa bandajı biraz gevşetmeniz gerekiyor

## BURUN KANAMASI



Yüksek irtifa bazen burun kanamasına sebep olabilir. Kazazede yüzü ileri bakacak şekilde oturmalı ve kan damarlarının kemiğin yanından geçtiği burun köprüsünün üzerini sıkmalıdır.

**Burun Kanamalarının Tedavisi**  
Kanama durana kadar burun köprüsünü sıkın.

## KIRIK DİŞ

Dişi yuvasına tekrar yerleştirin ve üzerine steril bir tampon koyun. Eğer diş kirliyse sütle yıkamalısınız. Dişin köküne elinizi dokundurmayın. Eğer diş yerine oturmuyorsa kazazede tıbbi yardım gelene kadar dişi ağızda saklamalıdır.

**Dişi Yerine Yerleştirmek**  
Dişi yuvasına yerleştirdikten kökü tekrar yapışabilir.



## VARİS KANAMASI



Yararın üzerine basınç uygulayın

**1** Bacaklardaki varisler kolayca zarar görebilir ve çok fazla kan kaybına sebep olabilir. Bacakları yukarı kaldırın ve yararın üzerine basınç uygulayın.



**2** Kanama yavaşlayınca temiz bir tampon koyup sıkıca bandajlayın. Dolaşımı engellemediğinizden emin olun.

### DİKKAT!

Yararın üzerine tıbbi uygulamayın. Dolaşımı fazla uzun süre engelleyebilir ve dokuya zarar verebilirsiniz. Eğer varisin üzerine direkt baskı işe yaramazsa başparmağınızla hayali bir pantolonun dikişinin bir şortun paçasıyla kesişeceği noktaya (femoral damar) basınç uygulayın. Her 10 dakikada bir parmağınızı kaldırın.

## KIRIK BACAK



**1** Kırık bir bacağı tedavi etmek için önce açık yaralara pansuman yapın. İki bacağın da arasına tampon koyun. Eğer kazazedeyi hareket ettirmeniz gerekiyorsa bacağı bilekten tutup bir taraftan dizini desteklerken hafifçe çekin. Bu acıyı azaltabilir.

Kırık bacağı desteklemek için taşıma anında sağlam bacağına bağlayın



**2** Kırık bacağı sağlam bacağına bağlayarak hareketsiz hale getirin. Düğümler sağlam bacağın üzerinde olsun. Ayak ve bileklerin üzerine sekiz çizerek bandaj yaparsanız onları da desteklemiş olursunuz.

**3** Kazazedeyi hareket ettirmek için iki tane sağlam odunu fermuar ve düğmeleri kapalı montların kollarından geçirerek bir sedye yapın.

Daha sağlam olması için kolları montun içine sokun



**4** Sedeyi önce kendiniz deneyerek yeterince sağlam olduğundan emin olun. Daha sonra kazazedeyi yavaşça yan çevirerek sedeyi altına doğru itin.

Sedeyi kazazedenin altına doğru iterken kazazedeyi yerden kaldırmayın



## KAZAZEDELER NASIL TAŞINIR

Ciddi şekilde yaralanmış bir kişiyi kötü arazide taşımak hem taşıyan hem de taşınan için kabus gibidir. Hareket esnasında yaralanmayı daha da kötüleştirme için yaralı kısmı rahat bir şekilde sağlanmalı ve hareketsiz kılınmalıdır.

**Kırık Bilek**

Kırık bileği etrafına saracağınız kumaşları bandajlarla sağlamlayarak destekleyin.



## BİLİNCİ YERİNDE OLAN KAZAZEDELER NASIL TAŞINIR?

Kolunuzu kazazedenin bacaklarının arasından geçirip dizini kavrayın.



**1** Yaralı kısmı mümkün olduğunca tamponlayın. Kazazedeyi ayağa kaldırıp kollarından birini tutun ve diğer kolunuzu bacaklarının arasına sokun. Bu teknik baygın kişilerde de kullanılabilir ama önce kazazedeyi dik duruma getirmeniz gerekir.

Kazazedenin ağırlığını taşıyabilmek için dizinizi kırın

**DİKKAT!**

Eğer kazazede sırtından ya da göğsünden yaralıysa bu yöntemlerin hiçbirini kullanmayın. Böyle durumlarda yapılacak en iyi şey kazazedeyi olduğu yerde bırakmaktır. Bu şekilde yarasının kötüleşmesini riske etmemiş olursunuz. Baygın bir kazazedeyi taşımamanın en iyi yolu ise bir sedye inşa etmektir.

**2** Ayağa kalkarken kazazedeyi omuzunuzun üzerine doğru çekin ve ağırlığı belinize değil bacak kaslarınıza vermeye dikkat edin. Kazazede omuzlarınızın üzerine rahatça yerleşmelidir. Yürümeye başladığınızda bir elinizle dizlerini ve elini tutup diğer elinizi denge için boş bırakabilirsiniz.



## BAYGIN KAZAZEDE NASIL KALDIRILIR?



**1** Bu yöntemi sadece size yardım edecek kimse yoksa kullanın. Bir ipi halka yapıp kazazedenin altına yerleştirin.

**2** Kazazedenin bacaklarının arasına yatın ve ipi omuzlarınızdan geçirin. Eğer ipiniz yoksa uzun bir kemer de kullanabilirsiniz.



**3** İp omuzlarınıza takılı kalacak şekilde yüzüstü dönün ve kazazedeği üzerinize çekin.



Kazazedenin ağırlığı omuzlara biner

**4** Kazazede omuzlarınızın üzerinden sarkmış şekilde önce diz çökün ve sonra dikkatle ayağa kalkın. Bu şekilde kazazedeği kısa süreler için taşıyabilirsiniz.

## KIRIK KOL



**1** Kırık kolun daha fazla zarar görmesini engellemek için bir parça ağaç kabuğu ya da tahtayla ateleyebilirsiniz.



**2** Bir üçgen bandaj alıp yavaşça yaralı kolun altına yerleştirin. Eğer kol dirseğe yakın bir yerden kırıkta bükmek çok ağrı verebilir. Böyle bir durumda atel olarak vücudunuzun üst kısmını kullanabilir ve kolu vücudunuzla birlikte sarabilirsiniz.

Bandajı kolun altından geçirin



**3** Bandajı kırık kolun üzerine getirin ve düğüm sağlam kolun üzerinde kalacak şekilde iki ucunu birbirine bağlayın.



**4** Bandajın alt köşesini dirseğin altına getirin ve oraya iğneleyin. Kolu yavaşça kaldırın ve göğsünüzün üzerine bir miktar tampon koyun. Askının boyna değdiği yere de tampon koyarsanız bezin boynu kesmesini engellemiş olursunuz.

## KIRIK EL



**1** Yaralı eli gazlı beze sararak daha fazla zarar görmesini engelleyin.



**2** Yaralı eli kazazedenin boynuna asacağınız bir üçgen bandajla destekleyin. Bu askı yaralı elin şişmesini engelleyecek ve kanama varsa durmasını sağlayacaktır. Kırık parmakları küçük dallarla destekleyebilirsiniz.

Şişmeyi engellemek için yukarı kaldırılmış kol



Bir Dorling Kindersley kitabidir. Drjinal ad: The Commando Survival Manual  
Copyright (c) 1994 Dorling Kindersley Limited, London  
Text copyright (c) 1994 Hugh McManners



## HAYVAN ISIRIKLARI

**Küçük Isırıklar**

Hayvanlar ağızlarında bakteri taşır ve bu bakteriler tetanoz ve kuduz gibi birçok enfeksiyona sebep olabilir. Isırdıktan hemen sonra yaranın üzerine en az beş dakika boyunca su tutun. Yarayı steril bir banyuyla saan.



Yarayı temizlemek için üzerine soğuk su dökün

**Ciddi Isırıklar**

Yarayı soğuk suyla yıkayın ve kanı durdurmak için üzerine gazlı bezle baskı uygulayın. Isırılan yeri kalp seviyenizin üzerine çıkarın. Yarayı bandajlayıp acil tıbbi yardım bulun.

**DİKKAT**

Avustralya gibi bazı ülkelerde örümcek ısırıkları zehirli olabilir. Eğer bir Sidney hortumağı örümceği tarafından ısırılırsanız, ısırığın üzerine baskı uygulayıp acil tıbbi yardım arayın. Ancak kırmızı sırtlı örümcek tarafından ısırıldığınızda ısırığa buz koymalı, basınç uygulamamalısınız.

## YILAN SOKMASI

**Az Zehirli Yılanlar**

Bir yılanın sokması durumunda paniğe kapılmayın. Panik kalp atışını artırarak zehrin vücuda yayılmasına sebep olur. Eğer yılanın az zehirli cinsten biri olduğundan emin değilseniz yarayı yıkayıp sıkıca bandajlayın. Eğer yılanın türünü bilmiyorsanız yarayı yıkamamalısınız. Yılanın zehirlerinden tanımak ve ona göre tedavi uygulamak mümkündür.



Sıkıca bandajlayın

**Baskı Uygulama**

Zehirli yılanların bol bulunduğu bir ülkede bir yılan sokmasıyla karşı karşıya kalırsanız ve yılanın türünden kesinlikle emin değilseniz yılanın ısırıldığı yere derhal direkt basınç uygulamalısınız. Zehiri lokalize etmek için ısırığı altından ve üstünden sıkıca bandajlayın. Derhal acil tıbbi yardım bulmalısınız. Yarayı kesmeye, turnike uygulamaya ya da zehri emerek çıkarmaya çalışmayın.

## BÖCEK SOKMALARI VE KENE ISIRIKLARI

**Bal ve Yaban Anısı Sokması**

Bir cımbız kullanarak iğneyi çıkarın. Ancak çıkartma işlemi sırasında iğneyi çok sıkarsanız zehir kesesi patlatılabilir ve yaraya normalden fazla zehir akmasına sebep olabilirsiniz. Bazı kişiler anı zehirine karşı ölümcül olabilecek alerjik reaksiyonlar geliştirirler. Bu gibi durumlarda çok tedavisi uygulanmalı ve canlandırma yapılmalıdır. Bu arada tıbbi yardım çağırma unutmayın.

**Kene Nasıl Çıkarılır**

Kenelerin güçlü çeneleri vücutları çekildiğinde kopup vücutta kalır ve enfeksiyona sebep olur. Kenelerin üzerine böcek kovucu sıvılar dökerek ya da sigarayla dürterek çenelerinin açılmasını sağlayın. Daha sonra cımbızla çıkarın.



## DENİZ HAYVANLARININ SEBEP OLDUĞU YARALANMALAR

**Sokmalar** Deniz anemonları, deniz anaları ve mercanlar, dokunulduğunda genellikle zehirli hücrelerini açığa çıkarır yani "çarparlar". Bu hücreler kurbanın vücuduna yapışır ve zehir açığa çıkarır. Böylesi bir durumda zehri etkisizleştirmek için bölgeyi sirke ya da alkolle yıkayın. Daha sonra hücreleri eldivenle sıyırın.

**Diken Yaralanı**

Deniz kestanesi gibi dikenli yaratıklara bastığınızda dikenleri kırılıp derinizin içinde kalarak acı ve süratli enfeksiyonlara sebep olur. İğnelerin battığı bölgeyi dayanabileceğiniz kadar sıcak suya sokup zehrin etkisiz hale gelmesini ve acının azalmasını sağlayın. Eğer mümkün olursa dikenleri çıkarın ve bir doktor bulmaya çalışın.



## ZEHİRLENME

**Temas Zehirlenmesi**

Bazı zehirler deriyi etkiler ve tedaviden önce zehirle temas eden bölgenin yıkanması gerekir. Alkol bütün maddenin temizlenmesini sağlar. Zehirin bulaştığı giysiler hemen çıkarılmalı ve yıkanmalı ya da atılmalıdır.

**DİKKAT**

Eğer ne yutulduğunu bilmiyorsanız zehirin kana karışmasını engellemek için kazazedeyi kusturmaya kalkmayın. Bazı maddeler çıkış esnasında kanala zarar verebilir.

**İç Zehirlenme**

Kazazedenin ne yediğinin belirlenmesi gerekir. Bu şekilde yapılacak tedavinin türü de belli olur. Eğer kazazede baygın ancak nefes alıyorsa iyileşme pozisyonuna sokun. Acil olarak tıbbi yardım bulun.



Kazazedeyi iyileşme pozisyonuna sokun

## SÜ TOPLAMASI

**1** Yanma sebebiyle oluşan su toplamlarını asla patlamayın. Eğer yürümeye devam etmek için su toplayan yeri delmeniz gerekiyorsa önce bölgeyi alkolle temizlemelisiniz. İğneyi alevle tutarak iyice sterilize edin. İğne soğuduktan sonra su toplayan bölgeye deriye paralel olarak sokun.



**2** İğneyi soktuğunuz yerin ters tarafından hafifçe bastırın ve sıvıyı dışarı aktırın.

**3** Su toplayan yerin üzerine temiz bir bandaj sarın. Su toplayan yerin üzerini ovalamamaya dikkat edin.

## KRAMP



Kasları gevşetmek için masaj yapın

**Bacak Krampı**

Alışkın olmadığınız kadar koştuğunuzda ya da yürüyüp kaslarınızı yorduğunuzda ve aşırı terleme yüzünden mineral kaybettiğinizde kramp girebilir. Diz ya da bacaklardaki krampları geçirmek için bacağınızı havaya kaldırıp kasları gevşeyene kadar masaj yapın.

**Ayak Krampı**

Ayağa giren kramp geçirmek için tabanını hafif hafif ovalarken parmakları girmek gerekir.

**DİKKAT**

Krampın sadece kas gerginliğinden girdiğine, daha ciddi bir rahatsızlıktan kaynaklanmadığına emin olmalısınız. Örneğin yılan sokmaları kasların felç olmasına, tetanos ise çene kilitlenmesine sebep olabilir. Eğer şüphelenir varsanız ciddi kramplarda bir doktora görünmeniz iyi olur.

## İŞHAL VE KUSMA

İshal ve kusma çok ciddi problemlerin işareti olabilir. Doğada, yol açtıkları su kaybından dolayı ölümcül olabilirler. İshal ve kusmanın en büyük sebebi gıda zehirlenmesi ya da kirli su içmektir. Bu arada daha ciddi enfeksiyon hastalıklarından da göz ardı edilmemelidir.

**Sıvı Tedavisi**

Düzenli olarak bir litre suyun içinde erittiğiniz bir çay kaşığı şeker ve bir çay kaşığı sudan yaptığınız karışımı içerek vücudunuzdaki sıvı seviyenizi koruyun.





## YANIKLAR



**1** Yanan bölgeyi derhal soğuk suya sokup deri soğuyana kadar soğuk suda tutarak ciddi doku hasarını engelleyebilirsiniz.



**2** Bütün yanıklar enfeksiyona açık olduğundan temiz ve kabank olmayan bir sargıyla bandajlanmalıdır. Yanığın üzerine merhem sürmeyin.



Bandajı çengelli iğneyle tutturun

**3** Bölgeyi hafifçe sarın. Birçok deri tabakası zarar görmüş olabilir. Kazazede şoka girebilir. Bu yüzden tıbbi yardım bulmalısınız.

## SICAĞIN ETKİLERİ

### Sıcak Çarpması

Sürekli su ve mineral kaybı baş ağrısı, halsizlik, mide bulantısı ve terlemeye sebep olur. Kurbanın yüzü solar, kramplar ve solunum problemleri çeker. Kazazedeysi serin bir yere taşıyın ve bol bol seyrek tuz solüsyonu (yarım litre suya bir çimdik tuz) için.

### DİKKAT

Eğer sıcak çarpması yaşayan kazazede çok süratli soğutulursa vücut ısısı çok hızlı düşerek şoka sebep olabilir. Hastayı yavaşça soğutmaya dikkat edin.

### Güneş Çarpması

Güneş çarpması kızgın güneşin altında fazla kalmaktan olur. Hafif ateş, baş ağrısı, kusma, aşırı terleme ve baygınlık yapar. Kurbanı gölge bir yere yerleştirip mümkünse soğuk suyla ıslatılmış bir uyku tulumunu üzerine örterek vücut ısısını düşürmeye çalışın. Yüzünü yelpazalamak de serinlemesine yardımcı olacaktır. Kurbanın direkt olarak soğuk suya yatırmayın.



Kanın hayati merkezlere akmasını sağlamak için ayakları yükseğe koyun

Hastayı yelpazeliyerek serinlemesini sağlayın



## YABANCI CİSİMLER



**1** Göze birşey kaçtığıında önce gözkapaklarını ayırıp gözün tamamını inceleyin. Gözün içinden elinizle birşey çıkartamazsınız. Derhal cerrahi bakım sağlanmalıdır.



Gözü suyla yıkayın

**2** Sterilize suyla gözü yıkayın. Eğer gerekirse etkilenen gözü kaşımayı engellemek için bandajlayabilirsiniz.

Havlu dökülen suyu tutar

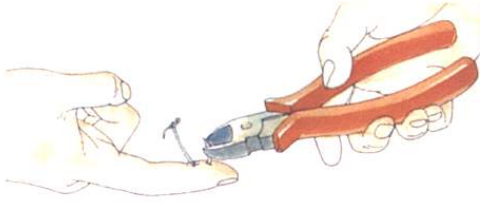
### KULAKTA CİSİM

Cisim dışarı çıkana kadar kulağın içine dikkatle ılık su dökün. Eğer çıkmazsa başka çareler aramayın ve kulağı bandajlayıp doktor arayın.

### CİSİMİ SUYLA ÇIKARMAK



## BALIK OLTASI ÇIKARMAK



**1** Eğer olta çengelinin kıvrık ucu görünüyorsa bir tel makasıyla deri seviyesinden kesin. Eğer kıvrık uç derinin altındaysa parmağınızla terse bastırıp misinayı çekerek çıkarmanız mümkün olabilir.



**2** Çengeli elinize girdiği yönün tersine çekin. Bölgeyi antiseptik bir solüsyonla temizleyin ve varsa kanamayı durdurmak için flaster yapıştırın.

## DİKKAT

Çok derine saplanmış oltaları çıkarmaya çalışmayın. Bunun yerine misinayı hemen çengelin dibinden kesin ve bölgeyi pamuk ya da gazlı bezle tamponlayıp ıgnevi içeri itmeden bandajlanacak kalınlığa gelince sarrn. Tıbbi yardım arayın.

## GÖZ YARALANMALARI



**1** Daha fazla zarar engellemek için kazazedenin kafasını hareket ettirmesini engelleyin. Enfeksiyon kapmasını engellemek için yaralı gözün üzerini gazlı bezle kapatın.

## DİKKAT

Göz yaralanmalarında çok dikkatli olmalısınız. Göze saplanmış hiçbir cismi çıkarmaya çalışmayın. Bütün göz yaralanmaları için tıbbi yardıma başvurun.



**2** İki gözü de üzerinden bandajlayarak tamponun yerinde durmasını sağlayın. Böylece kazazedinin yaralı gözünü kıpırdatmasını da engellersiniz.

Yaralı gözün hareket etmesini önlemek için iki gözü birden bandajlayın

## TEHLİKELİ HASTALIKLAR

HASTALIK	NEREDE BULUNUR	NASIL BULAŞIR	BELİRTİLER
HIV/AIDS	Dünya çapında özellikle Afrika	Kan gibi vücut salgıları	Geçmeyen nezle, grip, yaralar genel sağlık bozuklukları, yorgunluk
Kolera	Afrika, Asya	Kötü temizlik koşulları	Mide bulantısı, kusma, ishal, kramplar, su kaybı, şok
Sarılık (Hepatit A)	Bütün dünya	Hastaların dışkıları	Üşüme, ateş, baş ağrısı, kemik ağrıları karaciğer ve dalakta büyüme
Çocuk felci	Sıcak iklimler	Virüsün bulaşmış olduğu suyla	Felç
Tifo	Meksika, Uzak Doğu, Afrika	Salmonella basilinin bulaşık olduğu suyla	Baş ağrısı, abdomende ağrı, ateş
Sarı Humma	Batı Afrika, Güney Amerika	Sivrisinek ısırığı	Baş ağrısı, ateş, eklem ağrısı baş ağrıları, kan tükürmek, kabızlık
Tetanoz	bütün Dünya	Yaralara giren bakteriyel sporlar	Ateş, yüz felci, sırt ağrısı, terleme, aspiksiya
Kuduz	Hemen hemen bütün dünya	Hasta hayvanların salgısı	Ateş, iştah kaybı, hiperaktivite su içme zorluğu, koma, ölüm
Hiyarıklı Veba	Hemen hemen bütün dünya	Hasta hayvanlardan gelen pirelerin ısırıkları	Öksürük, lenf bezlerinde şişme
Sahte Veba	Hemen hemen bütün dünya	Virüsün bulunduğu havayı solumak	Öksürük, nefes almada zorluk

## Yaygın Hastalıklar

Dünyanın her tarafında hazırlıksız bir seyahatin kapabileceği hastalıklar vardır. Bu hastalıklar virüs ya da bakteriler yüzünden oluşur ve yiyecek, su ya da hasta insanların dışkılarıyla bulaşır. Bazıları da hayvan ve böcek salgılarında taşınır ve ısırıklarla bulaşır. Yeterli tıbbi bakımın mümkün olamayacağı survival durumlarında çoğu hastalık ölümcül olabilir. Bu nedenle hastalık kapabileceğiniz bölgelere girmeden önce gerekli aşılara olmalısınız. Kullanacağınız suyu önceden mutlaka arıtarak suyla geçen hastalıkları önleyebilirsiniz.



# SURVIVAL LİSTESİ

Bu liste biraz fazla ayrıntılı gelebilir. Ancak amacı size kendi listenizi oluşturmak için bir örnek olmaktır. Tabii ki listeniz yapacağınız etkinliğe göre değişebilir. Örnek listeyi kullanarak size neler gerekebileceğini düşünün. Gözünüzün önünde liste olunca normalde unutabileceğiniz malzemeleri de yanınıza almadan

gitmezsiniz. Bu arada bu listede olmayan şeyler de aklınıza gelebilir. Doğaya çıkarken yanınıza aldığınız malzemelerin bir listesini yapmayı ihmal etmeyin. Bu şekilde bir dahaki sefer fazladan ne götürmeniz gerektiğini ya da neleri yanınıza almanız gerektiğini kestirebilirsiniz.

## ÇANTA

Sırt Çantası
Günlük Çanta
Para Kemer
Temizlik Takımı

## BARINAK

Direk ve kazıklarıyla birlikte çadır
Uyku Tulumu
Uyku Tulumu İçliği
Bivak
Mat
Çadır Tamir Takımı
Dikiş Takımı

## ALET EDEVAT

Büyük bir bıçak
Çakı
Survival Takımı

## YEMEK PİŞİRME, YEME VE İÇME MALZEMESİ

Ocak
Islanmaz Kibrit
Yakıt
Yakıt Şişeleri

## Ocak Bakım Takımı

Tencere
Tabak
Çanak
Çatal, Bıçak
Plastik Fincan
Su Filtresi
Su Arıtma Tabletleri
Su Şişeleri
Su Bidonu
Konserve Açacağı
Bulaşık Süngeri
Naylon Torbalar
Yiyecek

## KİŞİSEL MALZEME

Havlu
Yüz Havlusu
Güneş Kremi
Böcek Kovucu Sıvı
Sabun
Diş Fırçası
Diş Macunu
Dudak Nemlendirici
Şampuan
Tıraş Bıçağı
Tuvalet Kağıdı

## YÖN BULMA EKİPMANI

Pusula
Dürbün
Naylon Torba içinde Harita
Fener
Pil

## ELBİSE

### Genel

İççamaşın
Çorap
Bot
Kros Ayakkabısı
Pantolon
Gömlek
Ceket
Şapka
Güneş Gözlüğü
Kemer

### Tropik Bölgeler

Pamuklu İççamaşın
Uzun kollu, pamuklu, beli büzülebilen gömlek
Pamuklu, beli büzülebilen pantolon
Rüzgârlık
Şapka
Sivrisineğe karşı yüz ağı
Cibinlik
Böcek Kovucu
Ayak ve el bileklikleri
Kemer
Güneş Gözlüğü
Cangıl Botu

### Çöl Bölgesi

Pamuklu İççamaşın
Uzun kollu pamuklu gömlek
Pamuklu pantolon
Rüzgârlık
Hafif Botlar
Güneş Gözlüğü
Şapka
Eşarp/Bandana

## Kutup Bölgesi

Termal İççamaşın
Kalın Gömlek
Muflonlu Ceket
Kapşonlu Parka
Yalıtılmış Salopet
Pamuklu İç Çorap
Yün Dış Çorap
İç Botlar
Kalın Dış Botlar
İç Eldiven
Tek Parmaklı Orta Eldiven
Tek Parmaklı Kalın Eldiven
Balıklava (Yüz Maskesi)
Gözlük
Buz Gözlüğü
Hedik
Krampon
Tur Kayağı
Baton
Buz Baltası
Buz Çekici

## SİNYAL MALZEMESİ

Düdük
Heliograf
Kağıt
Kurşun ve Tükenmez Kalem

## ÇEŞİTLİ MALZEME

İp
Perlon
Tırmanma Bareti
İlkyardım Takımı
Mum Feneri
Büyüteç
Çakmaktaşı
Tutuşturma Küpü
Çakmak

## İSTENİRSE

### ALINACAK MALZEME

Kitap
Aile Oyunları
Radyo
Fotoğraf Makinası
Film
Canyelegi



# SÖZLÜK

## A

**Aerobik Egzersiz** Vücuda alınan oksijeni arttırmak için yapılan dayanıklılık egzersizleri.

**Anafilaktik Şok** Ani ve şiddetli alerjik reaksiyonun yolaçtığı şok.

**Antisiklon** İyi hava getiren yüksek barometrik basınç bölgesinden dışarı doğru dönen rüzgârlar.

**Araziye Uymak** İkinci bir kerteriz alınabilinceye kadar bir nehir ya da yol gibi coğrafi bir şekil izlenerek, kerteriz noktasının görülebileceği bir noktaya ulaşmayı gerektiren yön bulma tekniği.

**Atlet Ayağı** Nemden oluşan deri mantarı. Cangıl gibi aşırı nemli bölgelerde sık rastlanır.

**Ayaz** Rüzgârın sebep olduğu ısı düşmesi.

## B

**Baca Tırmanışı** Kaya yüzeyleri arasındaki boşluklarda iki taraftan eller ve ayaklarla destek alarak iniş ya da çıkış yapmak.

**Bağlama** İki cismi ip ya da halatla birleştirmek.

**Bağlama Malzemesi** İki cismi birbirine bağlamakta kullanılan ip, halat ya da sicim.

**Balık Gıdıklama** Elle balık yakalama tekniği. Dinlenmekte olan balığı gevşetmek için karnını bir süre okşamak ve daha sonra birden kavrayarak sudan dışarı atmak.

**Basamak Testi** Belli bir zaman boyunca yerden yüksek bir cismin üzerine çıkıp indikten sonra kişinin nabzı alınarak ne kadar zamanda normale döndüğünün saptandığı zindelik ölçme sistemi.

**Birinci Derece Orman** Daha önce hiç kesilmemiş orman.

**Bitki Kuyusu** Bitkilerden su elde etmeyi sağlayan yapı.

Bitkiler naylonla örtülür ve naylonun içindeki hava ısındıkça bitkiler su buharı çıkarır. Bu buhar naylonun alt kısmında yoğunlaştığında alınabilir.

**Bivak** Çadır yerine kullanılabilen ve hava şartlarından etkilenmeyen uyku tulumu.

**Biz** Genellikle metalden yapılmış, bir delik açmak ya da deliği büyütme için kullanılan alet.

## Ç

**Çadır İpi** Bir ucu çadıra bağlı olan ve yere çakılan kazıklara bağlandığında çadırın sabit kalmasını sağlayan ip.

**Çalıcı** İlk alev sağlandıktan sonra ateşi başlatmak için kullanılan küçük dal ve yaprak parçaları.

**Çapa** Gemiden suya atılarak sürüklenme hızını azaltan parça.

**Çekçek** İnsan tarafından çekilen kızak.

**Çift Balıkçı Düğümü** İki ipi birleştirmek ve sağlam eklemeler yapmak için kullanılan düğüm. Özellikle kaya tırmanışında kullanılır.

**Çimen Kulübe** Çimenli topraktan blokların üstüste koyulmasıyla inşa edilen kulübe.

## D

**Dehidrasyon** Vücudun aldığından fazla su kaybetmesi sonucunda oluşur. Mide bulantısı, baş ağrısı ve güçten düşme gibi belirtileri vardır. Bol su içilmeli, idrar şeffaf ya da sarımsı renkte tutulmaya çalışılmalıdır.

**Dış Tabaka** Hava şartlarına karşı bir kalkan gibi, bütün diğer giysilerin üzerine giyilen kat.

**Dışbükey Yamaç** Eteğinden zirvesi görülmeyen teppe.

**Dolaylı Ulaşmak** Ulaşılmak istenen noktanın bir yanına doğru ilerleyip aynı hizaya geldiğinde noktaya doğru dönmek.

## E

**Ei Matkabi** Bir tahtanın üzerine dikine koyulup iki el arasında çevirilerek ateş yakmakta kullanılan sivri çubuk.

**Eşyüksele Eğrisi** Harita üzerinde bir yükseltinin yataydan yükselme oranını gösteren çizgiler.

**Etrafından Dolaşmak** Coğrafi bir engeli aşmak için önceden belirlenen rotadan çıkıp engelin etrafından dolaşarak eski rotaya geri dönmek.

## G

**Gevşek Kum** İçine düşen herşeyi yutan gevşek kum parçacıklarından oluşan zemin.

**GPS** Yön bulmak için kullanılan Küresel Mevki Bulma Sistemi (Global Positioning System). Yerdeki bir pozisyonu belirlemek için uydulara sinyal gönderen ve alan cihazlar.

**Güneş Çarpması** Güneş altında uzun süre kalıp aşırı ısınmayla oluşan rahatsızlık.

**Güneş Enerjili Kuyu** Güneş ısısını kullanarak suyu buharlaştırıp başka bir yüzeyde tekrar yoğunlaşmasını sağlayarak kirli su artan sistem.

**Güneş Saati** Oluşan gölgenin durumuna göre zaman gösteren araç.

**Güneş Yağı** Güneşten gelen morötesi ışınları engelleyen krem

**Günlük Çanta** Ana kamptan yapılacak günlük geziler ve kısa mesafeli yürüyüşler için kullanılan küçük sırt çantası.

## H

**Halatla İniş** Bir kaya yüzeyinden ip yardımıyla iniş.

**Hava Geçiren Kumaş** Vücut neminin üzerindeki gözeneklerden dışarı atılmasını sağlayan ancak su geçirmeyen kumaş türü

**Havalandırma** Fazla vücut ısısını atmak için elbiselerdeki fermuar ve düğmeleri açmak.

**Heliograf** Güneş ışığını yansıtarak sinyal vermekte kullanılan metal araç.

**HELP** Isı Kaybı Azaltma Pozisyonu (Heat Escape Lessening Position) bir kazadan sonra su üzerinde kalmaya çalışırken kullanılır. Pozisyonun amacı karın kısmının kapatılarak ısı kaybının azaltılmasıdır.

**Hipotermi** Vücudun ısı merkezinin de soğuması. Eğer zamanında müdahale edilmezse ölümle bile sonuçlanabilir.

**Hortum** Huni şekilli bir bulut oluşturup son derece yüksek süratlerde dönen, sıcak havayı yukarı emen rüzgârlar.

**Hudson Körfezi Çantası** Sirtta taşınan uydurma bohça.





## I-İ

**Isı Merkezi** Vücutun hayatta kalmak için sıcak tutulması gereken orta kısmı.

**İç Kat** Derinin hemen üzerine giyilen kat.

**İç Çadır** Üst çadırla birlikte kullanılan basit çadır.

**İçbükey Yamaç** Eteğinden zirvesi görülebilen tepe

**İglo** Kuzey Kutbu sakinlerinin kar bloklarından yaptığı kubbe şeklindeki barınak.

**İkinci Derece Orman** En az bir defa kesilmiş ve çok daha karmaşık bir şekilde tekrar büyümüş orman.

**İkinci Kat** İççamaşırının üzerine giyilen kat. Hava sıcaklığının değişmesine göre giyilip çıkartılabilir.

**İkiz Tepe** İki ucunda iki yüksek tepe olan sırt.

**İp Vermek** Düşerse destek vermek amacıyla tırmanıcının ucuna bağlı olduğu ipi tutmak ve gerektiğinde salıp gerektiğinde toplamak.

**İşaret Fişeği** Denizde kullanılan ateşli ya da ışıklı sinyal.

**İyileşme Pozisyonu** Baygın kazazedenin kusması halinde boğulmasını ve dilin boğazı tıkamasını engelleyen yatış pozisyonu.

**İzbarço** Kendi kendine kaymayan ya da açılmayan düğüm. Genellikle çemberleri sabitlemek için kullanılır.

**İzobar** Hava durumu haritalarında aynı atmosfer basıncına sahip alanları birleştiren çizgiler.

## J

**Jeodezik Kubbe** Birbirine geçen çubuklardan oluşan kubbe. Genellikle çadır çerçevelerinde kullanılır.

## K

**Kalori** Gıdaların verdiği enerjiyle ilgili enerji birimi. Bir kilokalori bir kilo suyun sıcaklığını 1 santigrat derece arttırmak için gerekli ısıya eşittir.

**Kamp Tenceresi** Genel kullanım için uygun metal kap.

**Kanca** Tutulan balığı kıyıya çekmek için kullanılan sopanın ucuna takılmış çengel.

**Kapalı Cephe** Soğuk havanın sıcak havayla karşılaşıp yukarı ittiği hava sistemi.

**Kaplama Halat** İnce örme halatların biraraya getirilip bir kılıfla kaplanmasıyla oluşturulmuş halat.

**Karabin** Halat birleştirmek için kullanılan mandal.

**Karakatmanbulut** (Kümülönimbüs) Fırtına getiren siyah ya da koyu renkli kümebulutlar.

**Kar Tümülüsü** (Kvinzi) İçi kazılmış kar tepesinden oluşan sığınak.

**Kasırğa** Düşük barometrik basınç bölgesinin içine doğru dönen ve kötü hava şartları yaratan rüzgârlar.

**Kayak** Geleneksel Eskimo teknelerinin geliştirilmesiyle elde edilmiş küçük tek kişilik kano.

**Kat kat giyinme prensibi** İnce katlar giyerek ısı yalıtımı sağlama şekli.

**Kav Ateşi** başlatmak için kullanılan çok ince, tutuşma özelliği olan malzeme.

**Kenardan Basış** Kaya tırmanışı sırasında bir çıkıntıyı kullanmak yerine ayağın kenarını çatlaklara sokarak destek almak tekniği.

**Kene** Memeli kaniyle beslenen bir çeşit eklembacaklı. Hastalık taşıyabilir.

**Kerteriz** Pusulayla alınan ve kuzeyden derece ya da mil (bir inçin binde biri) olarak ölçülen açı.



**Koordinat Çizgisi Bilgisi** Koordinat çizgilerine göre bir harita üzerinde verilen konum

**Konik Projeksiyon** Bir kürenin üzerindeki şekli bir koninin üzerine geçirip koniyi açarak harita oluşturma sistemi.

**Kontur Çizgisi** Bir haritada deniz seviyesinin üzerindeki eşyükseklileri birleştiren çizgiler.

**Konturlamak** Bir tepenin etrafından dolaşırken hep aynı yüksekliği koruyup hayali kontur çizgilerini izlemek.

**Köpek Çadırı** Aynı yükseklikte iki direğin tuttuğu çatı şeklinde çadır.

**Köpekleme** Ellerle daireler çizerek suyun üzerinde kalmayı sağlayan hareket.

**Krampon** Ayakkabıların tabanına takılan ve buzda kaymalarını sağlayan sivri metal tırnaklar.

**Kros Ayakkabısı** Özellikle koşu için tasarlanmış yumuşak ayakkabılar.

**Kubbe Çadır** Bükülebilen direklerle desteklenen ve tepesi kubbe şekilli olan çadır.

**Kukri** Nepalli Gurkalar'ın kullandığı büyük bıçak. Birçok amaç için kullanılabilir.

**Kuyu Tuzağı** Özellikle böcek ve sürüngenleri yakalamak için toprağa gömülüp gizlenmiş tencereden yapılan tuzak.

**Külbastı Ekmeği** Su ve undan yapılan mayasız ekmeğin. Genellikle açık ateşte pişirilir.

**Kümebulut (Kümülüs)** Ufuk çizgisinde oluşan yuvarlak bulut kütleleri. Yüksek basınç alanı ve iyi hava göstergesidir.

## L

**Latrin** Kamp yerinde tuvalet olarak kullanılan çukur.

**Lezzet Testi** Bilinmeyen bitkilerin yenilip yenilemeyeceğini denemek için yapılan basamaklı test.

## M

**Manyetik Sapma** Manyetik Kuzey'le Gerçek Kuzey arasındaki fark.

**Meyveli Pastırma (Pemmican)** Donmuş yağ ve kurutulmuş meyveyle karıştırılan kurutulmuş etle yapılan pastırma. Amerika yerlileri tarafından et saklamak için kullanılan bir yöntemdir.

**Mors Alfabeti** Nokta ve çizgilerden oluşan ve sinyal vermek için kullanılan alfabe. Ses, yazı ya da duman veya ışık gibi görsel sinyallerle de yollanabilir.

**Muskarin** Katran Köpüğü (Amanita muscaria muscaria) mantarında bulunan zehirli madde. Sarsıntı, halüsinasyon ve bazen ölüme sebep olabilir.

## O

**Omnivor** Hem et hem ot yiyen hayvanlar.

**Omurgasızlar** Omurgası olmayan hayvanlar. Böcekler, midye ve terliksi hayvan omurgasız hayvanlardır.

**Orta Kat** Dış katla ikinci kat arasında giyilen giysiler.

**Örme Halat** Örülmüş üç ince halattan oluşan tekne bağlama ya da demirlemede kullanılan son derece sağlam ve dayanıklı halatlar.

## P

**Prusikleme** Sabit bir halata bağlanmış prusik düğümlü yapılmış çemberler kullanarak yapılan iniş ya da çıkış.

**Prusik Düğüm** İkinci bir halatın üzerine bir halatla çember yapma tekniği. Özellikle kaya tırmanışında kullanılır.

## S

**Salopet** Göğüse kadar yükselen askılı, genellikle izolasyonlu pantolon.

**Semafor** Kolların ya da elde tutulan bayrakların pozisyonuna göre oluşturulmuş alfabe. Sinyalizasyon amaçlı kullanılır.

**Serpme** Kenarları büzülerek balığı içinde hapseden ağ.

**Sıcak Çarpması** Aşırı sıcak, yorgunluk ve vücudun kaybettiği suyu geri alamaması sonucu yaşanan rahatsızlık.

**Sırt** Uzun, dar tepe ya da iki tepeli birleşiren yükseklik.

**Sırt Kolonu** Çatıyı tutan yatay destek

**Silindirik Projeksiyon** Bir kürenin üzerindeki görüntünün bir silindirin üzerine düşürülerek, silindirin açılmasıyla harita elde etme sistemi.

**Sinoptik Harita** Belli bir zamanda belli bir bölgedeki hava oluşumlarını gösteren ve sembollerle işaretlenmiş harita.

Meteoroloji uzmanları tarafından bilgi toplamak ya da hava tahmini yapmak için kullanılır.

**Snowmobil** Karlı arazi geçmek için kullanılan ve motosiklet motoruyla çalışan kızaklı kar aracı.

**Soğuk Yarası** Vücut dokusunun soğukta donarak zarar görmesiyle oluşan yaralar.

**Solungaç Ağı** Genellikle bir akarsuya gerilen ve içinden geçmek isteyen balıkları solungaçlarından yakalayan ağı.

**Survival Çanta** Aşırı şartlar altında çadır ya da battaniye olarak kullanılabilen izolasyonlu çanta.



## Ş

**Şok** Bir yaralanma ya da kaza sonucu vücut fonksiyonlarının aksaması ya da durması sonucunda ortaya çıkan durum.

## T

**Tel Testere** Tuftacıklara bağlanmış bükülmüş tel.

**Temas Zehirlenmesi** Zehirli bir maddeye temas edildiğinde deride

oluşan kabarma ya da yara.

**Tepe Ateşi** Birbirine yaslanmış üç ya da daha fazla kütükle yakılan konik ateş.

**Terki Çantası** Yük hayvanı, bisiklet ya da motosikletin üzerine koyulan yük taşıma amaçlı çanta.

**Ters Kerteriz** Arazideki bir unsurdan alınıp kişinin bulunduğu yeri belirlemek için harita üzerine işaretlenen kerteriz.

**Tozluk** Dizden aşağıya takılan ve bu kısımları kar, nem, kayalar ya da dikenli bitki örtüsünden koruyan kumaş ya da muşamba.

**Travoy** Bir platformu taşıyan iki paralel dikmeden oluşan, bir at ya da insan tarafından çekilen ve yük taşımada kullanılan uydurma araç.

**Tsunami** Deniz tabanındaki depremlerin yol açtığı dev dalga. Böylesi bir dalga güçlenerek yüzlerce kilometre gidebilir ve deniz kıyılarını mahveder.

**Tuvalet Kutusu** Latrin kazmak pratik olmadığı ya da yasak olduğu zaman insan dışkısı için kullanılan metal kap.

**Tübulut (Sirus)** Buz kristallerinden oluşan yüksek, tüye benzeyen bulutlar.

## Ü

**Üst Çadır** Sıcak havalarda tek başına kullanılabilen ve çadırın üzerini çatı gibi kaplayan parça.

## V

**Vinç** Bir ucunda kanca olan ve çekme amaçlı kullanılan, bazen araçlara takılan kablo. Yumuşak zemine saplanan araçları kurtarmak için kullanılabilir.

**Volkan** Dünyanın merkezindeki eriyik haldeki maddeler ve gazların yeryüzüne çıktığı konik coğrafi şekil.

**Volkanik Patlama** Püsküren bir yanardağdan fırlayan kaya, kül ve gazlar.

## Y

**Yay Matkabı** Sivri bir sopayı tutuşturulacak odunun üzerine sürünecek ve ısı açığı çıkaracak şekilde dik tutan bir yaydan oluşan ateş yakma aleti.

**Yığınbulut (Stratus)** Bazen sis ya da yağmur getiren kalın bulut örtüsü.

**Yıginkümebulut (Stratokümülüs)** Stratus ve Kümülüs bulutlarının birleşmesinden oluşan kalın bulut örtüsü.

**Yıldız Tornavida (Phillips Tornavidası)** Ucu artı şeklinde olan ve aynı şekilde başı olan vidaları açmak için kullanılan tornavida. İngilizce adı Amerikalı kâşifinin soyadından gelir.

**Yukon Ocağı** Sertleştirilmiş kilden yapılan, dibinde yakılan ateşin dumanı konik bacasından atılan fırın.

## Z

**Zindelik Değerlendirmesi** Nabzın egzersizden sonra ne kadar zamanda normale döndüğünün değerlendirilmesi. Yaş, cinsiyet ve sağlık durumuna göre değişir.



# DOĞADA HAYATTA KALMA SANATI SURVIVAL EL KİTABI



Sığınak yapımı ● Dal ve yapraklardan yatak yapmak

● Kamp yeri seçimi ● Olta iğnesi yapmak ● Çadır kurmak

Zehirli bitkileri ayırtmak ● Balık temizlemek

● Yıldızlara bakarak yön tayini

● Ateş yakmak ● Güneş çarpmasına

karşı önlemler ● Sal yapımı

● Pusula yapımı ● Hava tahmini

● Açık ateşte yemek pişirmek

● Suyu temizlemek ● İşaret

ateşi ● Uygun ekipmanın seçimi

● Tencere yapmak ● Güneş saati

okumak ● Bal toplamak ● Yiyeceklerin

vahşi hayvanlardan korunması

● Kamp kurmak ● Çamurda patates

fırınlamak ● Kar ayakkabısı yapımı

● İglo yapımı ● Hızlı akan nehirler nasıl

geçilir? ● Kırık tedavisi ● Bataklıktan

kurtulmak ● Yaklaşan fırtınaları önceden

tahmin etmek ● İmdat işaretleri



VE EN KÖTÜ KOŞULLARDA  
BİLE HAYATTA  
KALMANIZI  
SAĞLAYACAK  
YÜZLERCE TEKNİK

