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

Her 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.

Beklenmeyeni Beklemek

Bir doğa savaşçısının birinci kuralı her zaman beklenmeyeni beklemektir. Doğanın kucağında bir başına kaldığınızda ne yaptığınızı iyi bilmeniz gerekiyor. Bu gibi durumlarda kullanılan teknikler, sürekli böyle ortamlarda bulunan insanlar için geliştirilmiştir. Çünkü tehlike onların günaşırı 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 bihabersenız bu tatlı ve sakin 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.
Beklenmeyene 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 savaşabilirsiniz.



Hayat Kurtaran Bilgiler

Başınıza nasıl dertler açılabileceğini önceden tahmin etmek zordur. Ama her tür felaketle başetmeyi 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, uyarlama ve geliştirmeye tekrar dönmemiz gerekir. Ancak çalışırken, bir yetişkın 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 üşüyebiliriz.

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 sıkıntılarından 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 sığınağın 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, sallar, 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 bilirseniz, 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 çağıramayacağınız 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; ama 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.

Duyma
Vahşi hayvanlar, tehlikenin gelişini, doğadaki sesleri dinleyerek anlar. Ama gürültülü bir ortamda yaşayan kent insanı, artık daha ağır işitiyor, kulaklarının duvarlığı ve işitme 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.

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

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

Parmak
Birbirinden bağımsız hareket edebilen parmaklarımız, cisimleri kavramamızı ve karmaşık aletler yapıp kullanabilmemizi, çevre koşullarına daha kolay uyum gösterebilmemizi 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 duyularının zayıflıklarının üstesinden gelmeyi başarır, mantıklı düşünebilir, kendini koruyabilir, tarih, gelecek gibi kavramlar oluşturup evrendeki yeri hakkında [illegible]

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 vücuda 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 gaga sı 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 sürdüremez. 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 sinirli 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.



Balina

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





Soreks (Sivri burunlu fare)

Küçücük vücudu 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.

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.
- Kirli 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 kırışıklığa neden olabilir.
- Havada uçuşan toz ve polenler genellikle saman nezlesi gibi alerjilere, astım, zatürre, fibroz gibi solunum bozukluklarına yol açabilir.
- Yüksek düzeyde gürültü, sağırlık ve duyma bozukluğunun yanısıra 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, spermlerde bozukluğa, dolayısıyla sakat ve ölü doğumlara sebep olabilir.
- Hızlı şehir yaşantısının bir sonucu olarak ortaya çıkan stres birçok fiziksel ve zihinsel problem yaratabileceği gibi kolit ve ülsere de yol açabilir.

İNSANA YAKIN

Maymun dışında, insana fizyolojik olarak çok benzeyen bir diğer hayvan domuz. 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 insanınkine çok benzer.



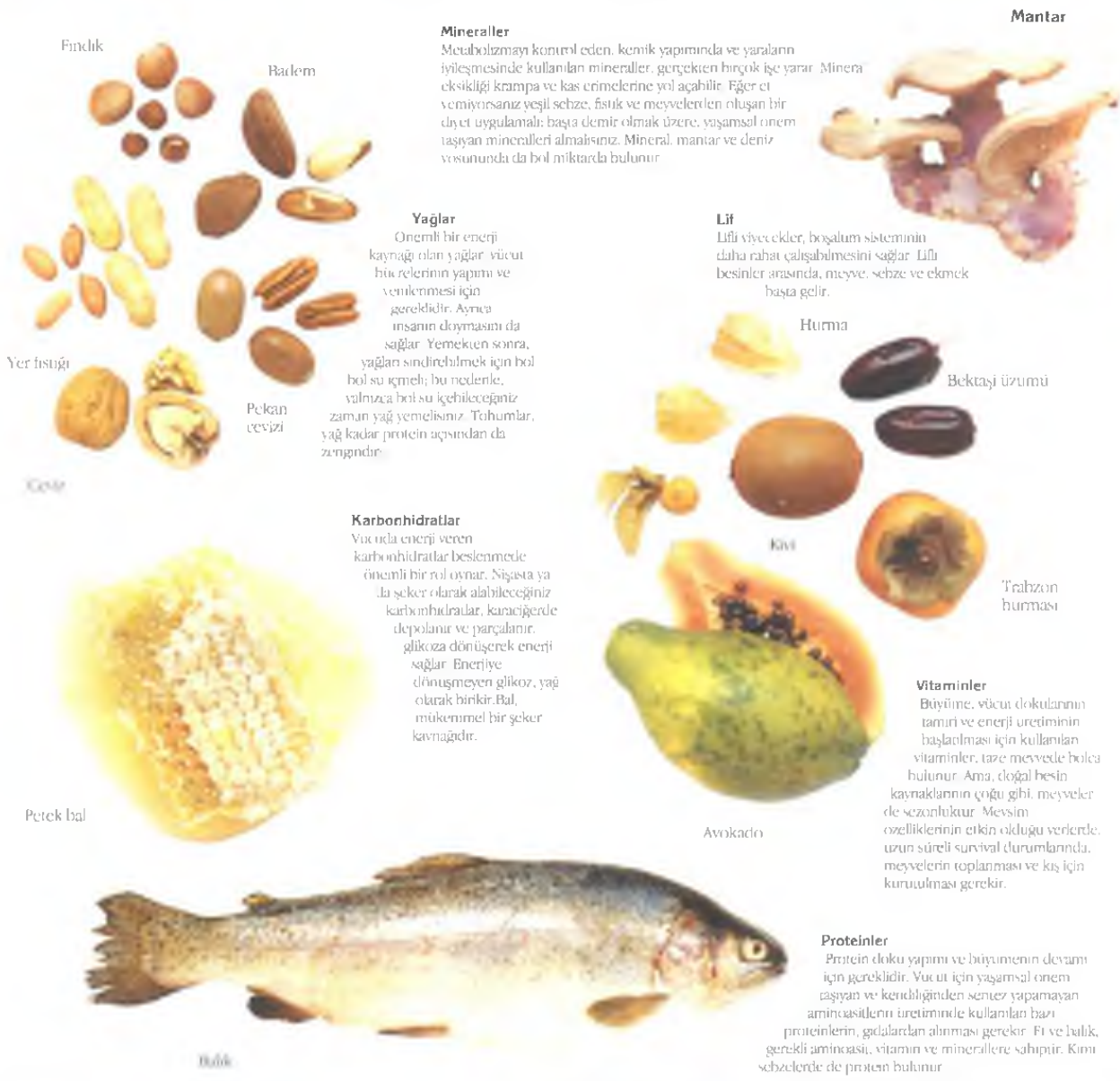
TAVIRLAR

Zor bir durumla ya da afetle karşılaştığınızda, hayatta kalmak için doğru kararı vermeli, doğru hareketi yapmalısınız. İnsanın bu savaşta en önemli üstünlüğü aklıdır. 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



Mineraller
Metabolizmayı kontrol eden, kemik yapımında ve yaraların iyileşmesinde kullanılan mineraller, gerçekten birçok işe yarar. Minera eksikliği krampa ve kas erimelerine yol açabilir. Eğer et yemiyorsanız yeşil sebze, fıstık 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.

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

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.

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.

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 geçirseniz 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 durust 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.

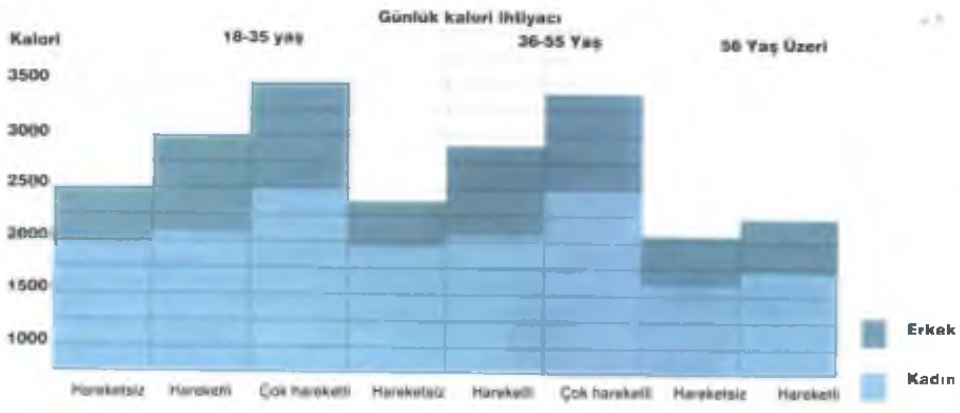


Dağcı
Sürekli dondurucu soğukla uğraşmak ve her an dikkatli olmak, dağcılığı kalori düşmanı bir aktivite haline getirmiştir. Vücut, ısısını koruyabilmek için günde beş bin kalorinin üzerinde enerjiye ihtiyaç duyar. Eğer dağcı bir taraftan da kayak, snowboard gibi sporlar yapıyorsa, alması gereken kalori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

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, kadınınkine 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 etikden, hem de metabolizmaları 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, şaşırtıcı 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 barınak 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 mücadele etmesine 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 sağlanır. Şehirde var olabilmek için gereken gizli refleks 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 zamanı 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 ziraatı birleştirdi. Ormanda bitki örtüsünü yakarak açıkları 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 uygundurlar. Alçak yerlerde yaşayan insanlara oranla, güç kaybetmeden ve soluk soluğa kalmadan daha çok yük taşıyabilirler. Yüksekteki düşük oksijen düzeyinde yaşayabilmek için, dağ insanlarının kanlarında fazladan alyuvar oluşur.

Anahtar

- Kutup bölgeleri
- Tundralar
- Kozalaklı ağaç ormanı
- Dökülen yapraklı ağaç
- Fundalık
- Yağmur ormanı
- Bozkır
- 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 sıcağa ve iklim koşullarına uyum sağlamak zorunda kalmıştır. Ama şehir insanının, gerekli elbise ve ekipman olmadan burada yaşaması mümkün değildir.



Tropik yağmur ormanlarında barınaklar yerden yukarıda yapılmalıdır.



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



Tuareg

Bir yerde uzun zaman kalamayan bu göl 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 tıkılıp kalmak zorunda kaldılar.



Avustralya yerlisi

Avustralya'daki zor iklim ve arazi koşullarına karşın, Aborijin adı verilen yerliler doğanın koynunda yaşamayı başarmışlar. 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.

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.

Zindelik oranı

Ne kadar zinde olursanız, kalbiniz de o kadar güçlü demektir. Zinde bir kalp, sağlıksız bir kalpten daha güçlü bir pompadır. Soldaki çizelgede görebileceğiniz gibi, çocuk, kadın ve yaşlıların kalbi, yetişkin genç erkeklere 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.

Yaş	20 - 29	30 - 39	40 - 49	50+
Hız	Dinlenme halindeyken dakikadaki atış			
Erkek				
Çok iyi	60 ve altı	64 ve altı	66 ve altı	68 ve altı
İyi	60 - 69	64 - 71	66 - 73	68 -75
Orta	70 - 75	72 - 87	74 - 89	76 - 91
Kötü	85 üzeri	87 üzeri	89 üzeri	91 üzeri
Kadın				
Çok iyi	70 ve altı	72 ve altı	74 ve altı	76 ve altı
İyi	70 - 77	72 - 79	74 - 81	76 -83
Orta	78 - 94	80 - 96	82 - 98	84 - 100
Kötü	94 üzeri	96 üzeri	98 üzeri	100 üzeri

Yaş	20 - 29	30 - 39	40 - 49	50+
Hız	Egzersiz sonrası			
Erkek				
Çok iyi	76 ve altı	80 ve altı	82 ve altı	84 ve altı
İyi	76 - 85	80 - 87	82 - 89	84 -91
Orta	86 - 101	88 - 103	90 - 105	92 - 107
Kötü	101 üzeri	103 üzeri	105 üzeri	107 üzeri
Kadın				
Çok iyi	86 ve altı	88 ve altı	90 ve altı	92 ve altı
İyi	86 - 93	88 - 95	90 - 97	92 -99
Orta	94 - 110	96 - 112	98 - 114	100 - 116
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 OMUZLAR



1. Kollarınızı hafifçe zorlamadan geriye doğru sallayın.

2. Kollarınızı kulaklarınızın değecek şekilde öne doğru getirin.

3. Bir kolunuzu öne doğru çevirin, hareketi diğer kolla tekrar edin.

4. İki kolunuzla sırayla geriye doğru çevirin.

EGZERSİZİN YARARI

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



Uzun vadeli kazançlar

Düzenli egzersiz vücudun tüm organlarının etkin olarak çalışmasını sağlar.

GÖĞÜS VE OMUZLAR



1. Dirseklerinizi kaldırın ve önkollarınızı yere paralel tutun.

2. Dirseklerinizi iki yana mümkün olduğu kadar geriye çekin.

3. Eğimsiz çekişte kollarınızı yana açın.

BEL



1. Dirseklerinizi kaldırın ve önkollarınızı yere paralel tutun.

2. Bir yana doğru, iki kere, mümkün olduğu kadar dönün.

3. Üçüncü dönüşte, dönüş yönünüzde kollarınızı geriye atın.

KARIN



1. Dizleriniz kırık ve eller kulaklara değecek şekilde sırtüstü yatın.

2. Dirseğiniz, çapraz dize bakacak şekilde omzunuzu kaldırın.

KOLLAR



1. Vücut düz ve ellerinizin içi yere değecek şekilde yüzüstü yatın.

2. Dirseklerinizi düzeltin ve vücudunuzu düz tutarak yukarı itin.

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.



1. Yüzüstü yatıp rahatlayın.

2. Dirseklerinizin üzerinde doğrulup geriye doğru bükülün.

3. Kollarınızı düzeltin ve geriye doğru iyice bastırın.





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, bulabildiğinizin 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. Kırılabilecek 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 ısısını korumak yerine, rahatlık ve moda gibi kaygılarla belirler hale geldik. Outdoor için özel olarak hazırlanmış elbiseler bile, genellikle pratik olmaktan çok, modaya 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 kirle kapanmasını engellemeye çalışın.

Ikinci 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, kollarını isteğe göre sıvayabilen bir giysiyi sıcak havalarda, üzerine sadece bir rüzgarlık giyerek, dış giysi olarak da kullanabilirsiniz.

İçdonu
Uzun paçalı termal iççamaşırları genellikle sadece kutuplardaki dondurucu onamlarda gerekir. Eğer kayak yapıyorsanız, rüzgarı 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 pantalon 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.

Pantalon
Hareketlerinizi kısıtlamayan ve çabuk kuruyan bir kumaştan yapılan bir pantalon giymelisiniz. Çok ıslanacağınız durumlarda, kemer büzülüp belinizi sıkabileceği için, pantalon askısı kullanmak daha avantajlıdır. Gerekirse pantalonun üzerine su geçirmez bir kat daha giyebilirsiniz, ama bu da terlemenize yol açabilir. Çok soğuk havalarda, bot ve pantalonun 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 ısılarda 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.	Islandığında 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.	Islandığı 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.



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

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

İkinci tabaka
Esas giysi olarak hafif bir gömlek giyebilirsiniz. Yüksek sıcaklıkta, örneğin çölde, kollarınızı kesinlikle

Dış tabaka
En üste giyeceğiniz hafif bir rüzgarlık, sizi rüzgardan ve soğuktan korur.

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

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

Botlar
Botlar hafif ve dayanıklı olmalıdır

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

İç tabaka
Termal bir fanila ve uzun içlerden oluşan ilk tabakanın, teri emen bir malzemeden yapılmış olmasına özen gösterin

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

Orta eldiven
Tek parmaklı orta eldiven, iç eldiven ve dışa giyilen tek parmaklı eldivenin arasına girer ve bir taraftan ellerinizi ısıtırken, bir yandan da eşyaları kavrayabilmenizi sağlar

İç eldiven
Derinin donmuş cisimlere yapışmasını engelleyen iç eldivenler sayesinde, kısa süreler için bile olsa, hareketlerinizi güçleştiren dış eldivenleri çıkararak rahat çalışma imkanı bulabilirsiniz.

İkinci tabaka
Kenarları yüz maskesinin üstüne gelecek şekilde polo yaka bir gömlek giymeli, eldivenleri de kolların içine sokmalısınız

Dış tabaka
Onu sıkıca kapanan muflonlu bir parka giyebilirsiniz. Parkanın hava geçirip su geçirmeyen bir malzemeden yapılmış olmasına dikkat edin

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

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

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

Üşümemek için

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

KURU KALMAK

Islanmak, ciddi problemler yaratabilir. Yağmur başladığı zaman, su geçirmeyen malzemeler giymeli ve yağmur geçer geçmez çıkartmalısınız. Hava geçirmeyen yağmurluklar, terlemeye yol açar ve yürüyüşçüler için uygun değildir. Bu yüzden hava geçiren malzemeleri tercih edin. Su geçirmez pantalonları 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 şok 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.

Kumaştan yapılmış üst kısım ıslandığı zaman çabuk kurur.

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

Gözenekli süet ayakların nefes almasını sağlar



Kauçuk taban destek ve şok emme özelliği taşır

Spor ayakkabısı
Antreman botları kamp yapılan yerlerde ya da araç ve botlarla seyahat edilirken daha önceki etaptan 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.



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, dişli tabanlı ve su geçirmez bir dağcı botu elde ederiz.

Bilek kısmı ayağa destek sağlar

Kaygan zeminler için dişli taban



Cangıl botu
Cangıldaki esas problem sürekli nem ve zemindeki sivri kökler ve kayalardır. Cangıl botları, lastik tabanları sayesinde, ıslak zemindeki suyu dışarıda tutar; kanvas üst kısım 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 dışarıda tutar; kanvas üst kısım, havalandırmayı sağlar



Kaymaz dişler karda yürümeye yarar

Plastik kar botları
Buza tutunmak için kullanılan kramponlar sayesinde, yürürken ayağın sağlam basmasını sağlayacak şekilde tasarlanan bu botlar, en soğuk iklimlerde bile kullanılabilmeleri için çok iyi bir yalıtım sistemine sahipdir. 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 boyak bölümünün botlara girmesini önler. Ayakların havalanmasını engellemediği için, tozluklar, lastik çizmelerden daha iyidir.



BOT BAKIMI



1 Bağcıkları ve iç tabanı çıkarın, çamuru akıtın. 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.



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
Yanınıza 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 yaralarından kurtulabilirsiniz. Asla tüten bir tencereden yemek yemeyin



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



Bıçak 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 kuruduğunu hissettiğiniz her an, krem kullanabilirsiniz



Survival takımı
Doğada bulamayacağınız önemli malzemeleri, survival takımınıza mutlaka almalısınız



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



Ilkyardım takımı
Yara ve sakatlıkları tedavi edebilmek için, ilkyardım takımını mutlaka yanınıza almalısınız.

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



Dikiş takımı
Elbise ve çadırları onarmak için kullanılır

Fermuar kir ve böceklerden dışarıda tutar



Banyo takımı
Kişisel temizlik eşyalarınızı özel bir çantada biriktirmelisiniz. Sabah temizliğinizi yaparken, çantanızı bir yere asarak eşyalarınızın kaybolmasını engelleyebilirsiniz.

KURU VE SICAK

Her ne kadar onlarsız yapabilseniz de, çadır ve uyku tulumları, evinizin rahatlığını doğaya taşır. Çadırınızı ve uyku tulumunuzu düzenli bir şekilde toplamayı ve tulumunuzun [illegible] özen göstermeyi unutmayın





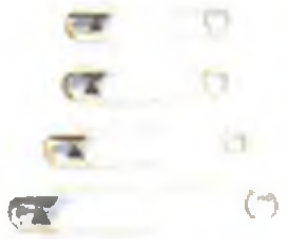
Çadır Uyku tulumu

BASİT SURVIVAL TAKIMI

Survival durumuna düştüğünüzde, birkaç anahtar malzeme ölümle yaşam arasında belirleyici rol oynayabilir. Bu önemli malzemeleri, küçük bir teneke kutu içinde üstünüzde taşımalısınız. Vahşi doğanın içine girdiğinizde, malzemelerinizin kaybolmamasına ve zarar görmemesine çok dikkat edin. Çalılara 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, ağzı sıkıca kapanan, küçük bir metal kutuda saklayın



Çengelli iğne
Elbiselerinizi, çadır ve uyku tulumunuzu onarirken çengelli iğnenin ne çok işe yaradığını göreceksiniz

Misina
Balık tutarken ve alet yaparken kullanabilirsiniz



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



Olta ve kurşun
Yanınıza bol bol olta, fırdöndü ve kurşun alın. Bazı oltaları 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. Heliografın ortasındaki delikten bakarak ışığı istediğiniz yere yansıtabilirsiniz. Eğer yanınızda heliograf yoksa, survival takımınızın kapağını cilalayın, işinize yarayacaktır.



Teneke kutunuz
Survival takımınızı saklayacağınız küçük bir teneke kutu edinin. Elbiselerinizi yıkamanız gerektiğinde, kutunun içindeki malzemeleri çıkarmanız için kutuyu kullanabilirsiniz.



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. İpliklen iğnelerin etrafına sararak bir naylon torbaya koyabilirsiniz. Çadırların kapılarını da, büyük düğmeler kullanarak sıkıca kapatabilirsiniz.



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



Tel testere
Kolayca kullanabileceğiniz, ama yine de bir alet olarak sınıflandırmanız gereken nesnelerden birçok örneğini keşfedeceksiniz. Bunlar gres yağıyla kaplayarak, sıvılarının paslanmasını ve kırılmasını önleyebilirsiniz.

Antibiyotik tabletleri
Sadece gerçekten ihtiyacınız olduğunda, antibiyotik kullanmalısınız.

Sterilizasyon tabletleri
İçeceğini 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.

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



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

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 BOYNUNUZA ASIN

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

Gerekli malzemeler
Önemli malzemelerinizi ulaşabileceğiniz yerlerde bulundurun



UYKU TULUMU VE YATAKLAR

Hayatta 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 sıcağında 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 özelliği bir çadırınız yoksa bile sizi sıcak tutabilmeliridir. Uyku tulumunuzun ıslanmasına asla izin vermeyin. Her zaman su geçirmez bir torba içinde saklayın.



Yuvarlak Üçlü Tulum
Bu modern uyku tulumu tasarımlarının en çok rastlananlarındandır. Genişletilmiş govde baş, göğüs ve omuzlardan ısı kaybını önler.



Fermuarsız Tulum
Bu tulumların boyun kısmı bir iple buzulerek soğuk havalarda kafa ve boynunuzun korunmasını sağlar. Vücut ısınızın yarısını kafanızdan kaybettiğiniz için bu çok önemlidir. Fermuar olmadığından bu tulumlardan çıkmak zaman alır.

Kare Üçlü 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

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



Kutu
Soğuk hava için üretilmiş kuştüyü tulumlarda toplanmayı en aza indirmek için kuştüyleri kumaş

Kiremit
Bu tulumların içi kiremit gibi üstüste binen FIBERlerden oluşur. Bu katlar izolasyon için havayla dolarlar

Üstten dikişli
Dolgu birbirinden ayrı oval bölmelerde durur. Ancak bu teknikde dikişler ısı kaçırır.

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

UYKU AKSESUARLARI



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



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



Uzay Battaniyesi
Bu acil durumlar için kullanılan hafif bir battaniyedir. Folyo vücut ısısının kaçmasını engelleyerek vücuda geri yansıtır. 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 kılıfının 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 bozunmuları uzun kütükleri yan yana dizin.



2 Ucunu sivriltiğiniz 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 yarasa da ağırlığı yüzünden bir aracınız yoksa taşınması zordur.



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



Çakı
Sağlam bir çakı dişlerinizden 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 incelip zayıflayacağından yaş odun kesiktken 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



1 Bileyi taşını suyla nemlendirin. Keskin kısım karşıya bakacak şekilde bıçağı taşa sürtün.

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

3 Körlenen kısım ortaya gelecek şekilde diğer tarafı da düzeltin. Bileyi taşını tekrar ıslatmanız gerekebilir.

4 Deri bir kemer kullanarak bıçağı keskinleştirin. Bu bıçağın keskisini 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.



Bir kazayı engellemek için bıçağın keskin tarafını karşıya doğru tutun

Sivriltme
Balık avlamak için yaptığınız zıpkının ucunu sivriltirken 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 yontmadığınız yerden uzak tutarak yapılmalıdır. Odunu küçük parçalar halinde yontun

TEL TESTERE NASIL KULLANILIR?



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



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. Bıçak kılıfı kesip tendonlarınızı da parçalayabilir. Eğer dikkatli kullanılmazsa tel testere bile tehlikeli olabilir.

UYARLAMA ALETLER



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



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

Halat 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: Örme halat, birleştirilmiş üç ince halattan oluşur. Kaplama halat ise, birçok ince halatın etrafına geçirilmiş örme bir kılıftan yapılır. İki halat tipi de doğal ya da insan yapımı malzemeden üretilebilir. Yapacağınız aktiviteye ve amacınıza uygun halatlar seçmelisiniz. Doğal malzemelerden yapılan halatlar, naylon, polyester gibi malzemelere oranla daha zor çürür, ama daha kolay kopar.



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



Kaplama halat
Dağcılar ve itfaiyeciler, ince örme halatların bir araya getirilip bir kılıfla kaplanmasıyla yapılan kaplama halatları kullanırlar. Kullanımı kolay olan kaplama halat, ıslandığı ya da buzlandığı zaman kayganlaşabilir.

UYARLAMA HALAT YAPIMI

Isırgan otundan 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, ortadakinin üstünden geçirin. Şeritleri gergin tutmayı sakın unutmayın.



3. Son olarak, sağ tarafta kalan şeridi, yine ortadakinin 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 sağdakinin altından ve üzerinden geçirin.



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

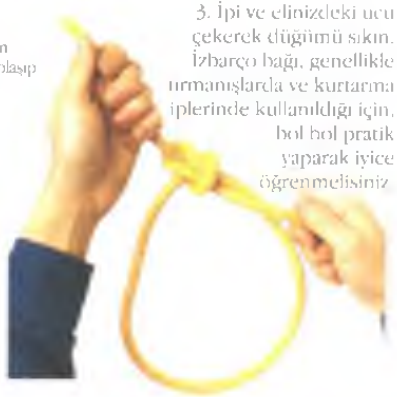
İZBARÇO BAĞI



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



2. Ucu, ipin etrafından geçirin ve tekrar çembere sokun (tavşan delikten çıkar, ağacın etrafından dolaşır 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, sicimini bir dalın etrafına ilmek atarken 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 olunuz.



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. Ipliklerin 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. Lifler 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 görülmese de hasarlı olan bu halatın kullanılmaması gerekir.



Dış hasar
Hasarlı kısımları kesip çıkarın. Kalan parçaları kullanabilirsiniz.

HALAT NASIL KANGAL YAPILIR?



1. Halatı kangal yapmaya başlarken bükülmüş kısımları açın.

Yaklaşık 45 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.





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 sıkılaştırmak için halatı üzerinden sarın.

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

Uçtaki çember açıkta kalsın



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



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



Halatı çıkarıp sıkılaştırın.

7. Ucu çektiğiniz zaman, halat, sardığınız 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.
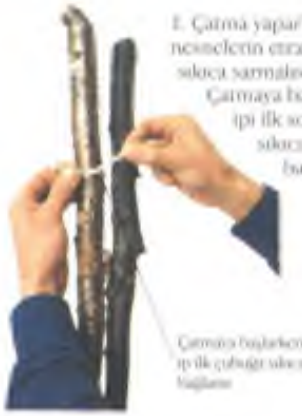


2. Çemberlerden birini, diğerinin içinden geçirin. Bu şekilde farklı ağırlık ve tipteki halatları da



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



MAKAS ÇATMAK















ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

2
SURVIVAL EKİ

OUTDOOR dergisinin okurlarına armağanıdır

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 gündoğumu ve batışıyla kısıtlıdır. Eğer gündoğumundan 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

Bir 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. İaşe 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, üç 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 ayrılmanız 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 yemeğinizi paylaşmasını engelleyebilirsiniz.
- Malzemelerinizi açıp tamirleri yaptıktan sonra elbiselerinizi tekrar çantaya koymadan önce bir iki saat havalandırın.



Botları kurutmak
Botlarınızı kurutarken toprağa diktiğiniz sopalara takın. Böylece içlerine hayvanların girmesini engellemiş olursunuz.

Ağaçlar
Bol bol yakacak ve barınak 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 yukarısından alın.

DİĞER KAMP ALANLARI



Kamp yeri seçerken ıslak zeminden ve rüzgar oyklerinden uzak durun. Ayrıca sel tehlikesi de üstünde olmaya dikkat edin. Eğer sağlam yolunuzu sular bloke ederse, şikayetçiyseniz kuru, rüzgârlı ve rüzgarlı yerleri seçin.

Bulaşıklar
Yemek pişirdiğiniz tencereleri yıkamak için, su aldığınız yerlerle çamaşırlarınızı yıkadığınız yerin arasında bir bölge seçin. Tencereye yapışan yemek artıklarını kum ya da bezlerle kazıdıktan 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 tersine bakmasına dikkat edin.

Lağım çukuru
Lağım çukurunu kampın rüzgar altına ve akıntı aşağı kurmalı; ama kirliliği engellemek için nehre 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 batırıp sonra toprağın üzerine çıkartarak sabunlayın. Daha sonra suyla dolu bir kovada durulayın. Böylece nehri kirletmemiş 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, sıcağı 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

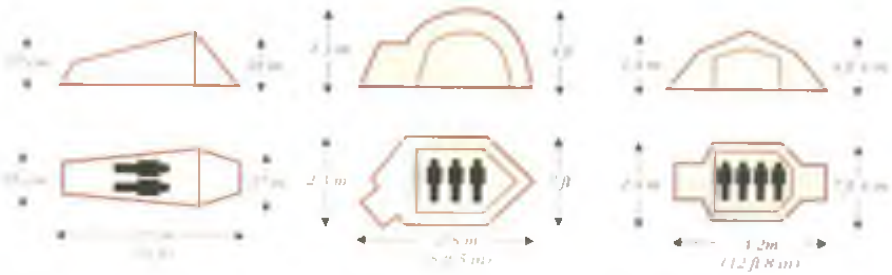
Birçok çadır çeşidi vardır. Ancak bu tiplerin çoğu basit üçgen şekilli çadırlardır. Çadır direklerin üzerinde, kazıklarla yere tutturularak dikilir. Direklere bağlı ipler yere tutturularak şeklini koruması sağlanır. Çadırın üzerine gerilmiş bir dış çadır olmalıdır.



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 taşıyacaksanız, 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 ferahtır. 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, alışılagelmiş üçgen çadırlar heryerde kullanılsalar da, jeodezik kubbe çadırlar kötü arazi ve sert iklim koşullarında, sert rüzgarlara ve ağır kar yağışına karşı daha iyi korunma sağlar. Dışardan direkli çadırlar sert rüzgarlara karşı içerden direklilerden daha dayanıklıdır. Çift kasnaklı çadırlar ekstrem havalarda dengesizlik gösterir.



Kubbe çadır

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



Tünel çadır

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



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 olmalarının yanısıra kavisli şekilleri sayesinde yağmur üzerlerinden akar gider. Genellikle iki girişleri vardır.



Üçgen çadır

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



Jeodezik kubbe çadır

Jeodezik kubbe çadırlar sağlam, taşıması, kurulması ve toplanması kolay çadırlardır. Sert rüzgarlarda özel yapıları 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.

YER ÇADIRI

Basit, su geçirmez bir uyku tulumu kılıfından yapılabilen yer çadırının giriş çıkışı ağzına 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 parçaların 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. Değişik parçaları birleştirmeye dikkat etmelisiniz. Aksi halde bir daha birbirinden ayırmanız 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 çadırı uzun direğe takın ve yere çakın. Üst çadırın yeterince gergin olmasına ve iç çadıra değmemesine dikkat edin.



DİKKAT

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 tarafındaki ipleri gererek iki kemerin eşit gerginlikte olmasını sağlayın. Kazıkları 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 çadırı 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 gerekmeyebilir Sadece dış çadırı 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 iyiyse 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 sökmemeli ve hepsini aldığınızdan emin olmalısınız.

Kazıkları sökerken eğmemeye dikat 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 karışmamasına dikkat edin.



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



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



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



10 Direkleri silip onları da ayrı bir torba içinde çadır torbasına yerleştirin. Eğer direkleri temiz tutarsanız bir dahaki kullanışınızda 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 sökerken 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.



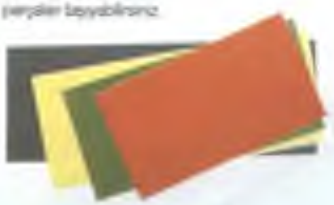
12 Tamamen kapatmadan önce çadır çantasının ağzını iyice kontrol edin. Çantanın ağzını düzgün bir şekilde kapatıp bağlarsanız, bir dahaki çantayı açışınızda bu size kolaylık sağlayacaktır.

ÇADIR BAKIM VE ONARIMI

- Çadırı kaldırmadan önce tamamen kuru olduğundan emin olun. Kuru çadır, hem daha hafiftir, hem de çürümez.
- Çadırı uzun süre kızgın güneşin altında bırakmamaya 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 yamalar bulabilirsiniz.



BARINAK NASIL YAPILIR?

Barınak, 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.



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 gömebilmek için, desteklerin ucunu sivriltin.



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 sopalarının üzerine yatırın. Bu sopa mümkün olduğunca hafif olmalı, ancak damın ağırlığını da taşıyabilmelidir.



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





6 Bol yapraklı ve kalınca dallar kesin. Dalları örülmüş gibi sıkılaşana kadar sopaların 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 yırtıldıkları ve kurudukları için, küçük yapraklı ağaçları kullanmak daha avantajlıdır.



9 Barınak tamamlandıktan sonra da üzerinde çalışmanız gerekebilir. Örneğin kenarları kayalarla destekleyerek sert rüzgarlara dayanmasını sağlayabilir ya da yan duvarlar inşa edebilirsiniz. Kamp ateşini barınağın önüne yakın. Ancak ateşin barınağın damına sıçramasını engellemeye özen gösterin. Kurudukça çatı örtüsünü destekleyin.

İNSAN YAPISI MALZEMELER

Barınak 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 barınak 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.



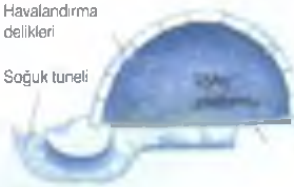
2 Blokları kestiğinizde oluşan çukurun etrafında bir daire oluşturun. Daireyi, ilk blok yer seviyesinden başlayacak şekilde, spiraller halinde kesin. Böylece daha kolay kubbe yapabilirsiniz.



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 tenceredeki 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

Dışarısı 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 (KVİNZİ) NASIL YAPILIR?



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

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 artırın.

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 birbiriyle birleşir.



4 Yaklaşık 60 cm uzunluğunda sopalar toplayın. Bu sopaları kubbenin her tarafına, uçları tümülüsün merkezini gösterecek şekilde dibe 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 kamış büyüyen her yerde yapılabilir. Boyunuzdan bir kol boyu uzun mesafelerde, yere dört tane kısa ve kalın kazık dikin. Ön kazıklar arka kazıklardan 50 cm. kadar kısa olmalıdır. Daha sonra resimde gösterildiği gibi kazıkların üzerine yatay kolonlar çatın.



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

DİKKAT

Kamışları bir bıçak kullanarak kolayca ikiye ayırabilirsiniz. Ancak bu işlemi yaparken keskin kıymıklara dikkat edin. Ayrıca kamışları keserken bazıları bıçağın baskısından kurtulup yüzünüze çarpabilirler.

CANGIL BARINAĞI





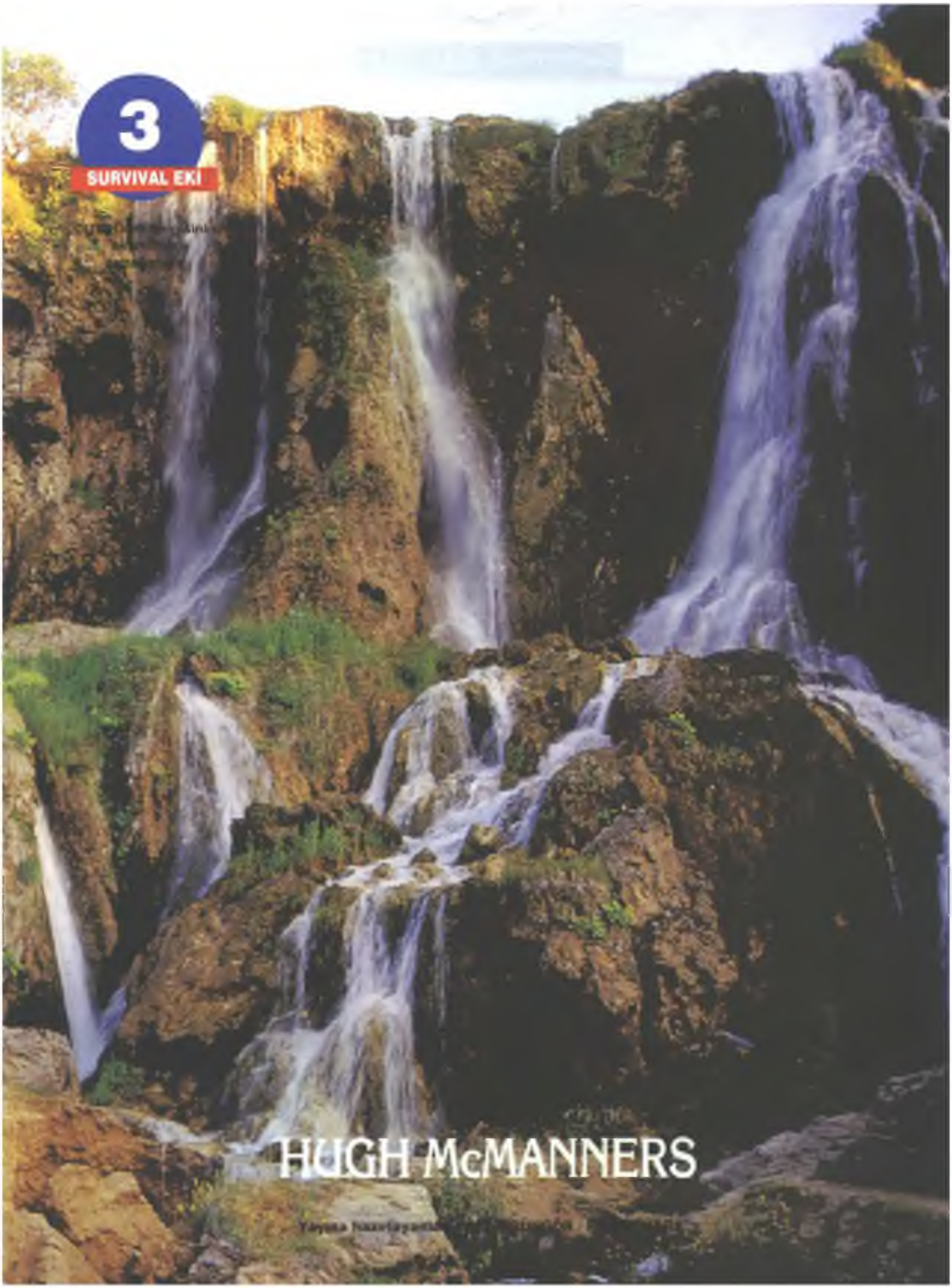


2 Birkaç dalı birbirine tutturarak bir çatı iskeleti hazırlayın. Çatının şekli, üzerinden yağmur akabilecek gibi olmalı ve çatı örtüsünün ağırlığını çekebilmelidir. İskeleti bitirdikten sonra dikey sütunlara tutturun.



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 kısım yukarı bakmalı ve parlak yüzleri üstte olmalıdır.




3
SURVIVAL EKİ
HUGH McMANNERS

UZUN DÖNEM BARINAKLARI

Bir 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.







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 binmelerine dikkat edin. Böylece duvar ve köşeler düzgün olacaktır. Kütükleri üstüste koyarak duvarları çıkın.



3 Penceresiz arka duvar ve çatının eğimi hakim rüzgar 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.



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

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 kayaları kullanabileceğiniz gibi güneşte kurutulmuş çamurdan tuğlalar da yapabilirsiniz.



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

ÇİMEN KULÜBE



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.

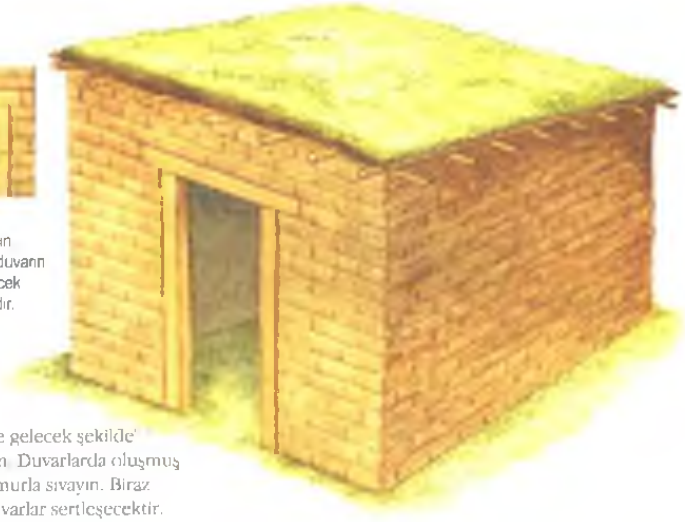


3 Kulübenin duvarlarını çıkarken çimen kalıplarının birbiri üzerine binmesine dikkat edin. Bu şekilde sağlam ve dayanıklı olacaktır. Duvarları mümkün olduğunca yere dik yapmaya çalışın.



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





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

DİĞER UZUN DÖNEM BARINAKLARI



Doğal oyuklar

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

Mağaralar

Barınak 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 yansımasını 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 barınakları iyice havalandırın. Buzdolabı ve lavabo olmayan kamp yerlerinde gıda zehirlenmelerinin ve diğer hastalıkların çok çabuk oluşabileceğini aklınızdan çıkarmayın.

KAMP ÇEVRESİNDE GÜVENLİK

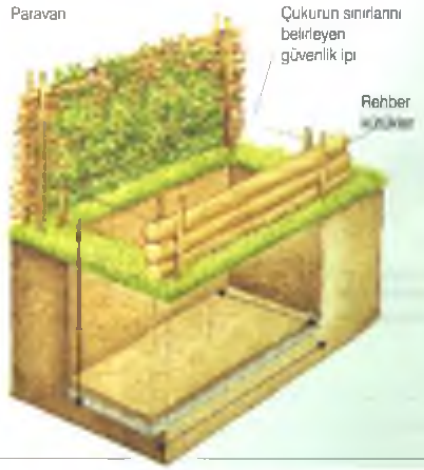
Eğer bir geceden daha uzun süre konaklayacaksanız kamp yerini mümkün olduğunca güvenli kılmalısınız. Kazalar genellikle gece olur; tuvalete kalktığınızda ateşin kalıntılarına basabilir, nehre düşebilir ya da karanlıkta kaybolup çadıra dönemeyebilirsiniz.



Tehlikeye karşı hazırlıklı olun
Herşeyi iyi planlamalı ve gerçekleşmesi imkansız görünen kazalara karşı bile önlem almalısınız.

TUVALET NASIL YAPILIR?

Hazırlayacağınız tuvalet, rüzgâraltında 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 çukurun bir yerini küçük tuvaletinizi yapmak için belirleyin. Ayrılırken çukuru doldurmayı unutmayın.



Kamp tuvaleti
Sadece uzun süre kalacağınız yerlerde ya da grup çok kalabalıksa 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 birkaç çamaşır suyu koyarak kokuyu azaltmanız mümkündür. Kutuyu sadece kısa süreliğine kullanın.



PORTATİF TUVALET

ÇAMAŞIR YIKAMAK



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

Elbiseleri temiz tutarak hem yalıtkanlıklarını hem de hijyeni korumuş olursunuz. Tropik bölgelerde elbiselerinizi her gün yıkamalı, temiz ve kuru bir kat giysiyi de gece giymek için saklamalısınız. Soğuk iklimlerde sadece çorap ve iççamaşırlarınızı 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

Ilık 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.
- Çadırı uzun süre aynı yerde kurulu bırakmayın ki altındaki otlar tamamen ölmesin.
- Barınak 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 rüm 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

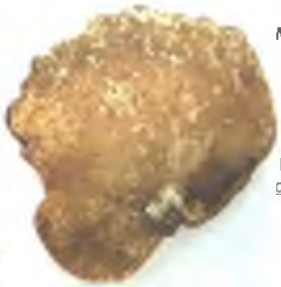
Kamp ateşi yakmak bazı durumlarda yaşamsal önem taşır; ateş ısınmanızı ve yemek pişirmenizi sağlar, gerektiğinde moralinizi yükseltir, vahşi hayvanları ve böcekleri uzak tutar, ısınmak için vücudunuzdaki değerli kalorileri harcamanızı engeller, ağza konulmayacak durumdaki yiyecekleri ziyafete dönüştürür, 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 kısımlarını 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 sıçratarak 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, kavı rahatça tutuşturabilirsiniz.



Ufalama

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

KAYA DÜĞÜMÜ

Isınmak için yakacak

Dişbudak, köknar, elma, hındık, çobanpuskulu 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.



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.



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 kurutarak 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 kullanabileceğiniz zift parçaları da bulabilirsiniz. Hayvan yağı da yakacak olarak kullanılabilir.


Kuru hayvan pisliği



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 yarılmazsa patlayabilir.



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 kullanabileceğiniz sıvı 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 dalların kolayca kırabileceğiniz kalınlıkta olması gerekir. Kamp ateşlerinde genel olarak bu büyüklükte odunlar kullanılır.



Büyük yakacaklar

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



ATEŞ YAKMAYA HAZIRLIK

Ateş 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. Tepeciğin çok büyük olması gerekmez.



DİKKAT

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 tepeciği büyütün ve mümkün olduğunca sağlamlaştırın. Tepeciğin 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. Tepeciğin içindeki çalı çırpıyı tutuşturun. Isı arttıkça tepeciği oluşturan dallar da tutuşup alev alır. Tepeciği kendi üzerine yıkarak besleyebilir ya da köz ocağı olarak kullanabilirsiniz. Ateşin dibine dizdiğiniz dallar da yanarak daha kordu 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.



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 ısınınca patlayan arduvaz taşından uzak durun. Bulabileceğiniz en büyük ve en sağlam taşları kullanmalısınız. Duvardaki boşlukları çamur ya da kille sıvarsanız yemek pişirebileceğiniz kullanışlı bir alanınız olur.

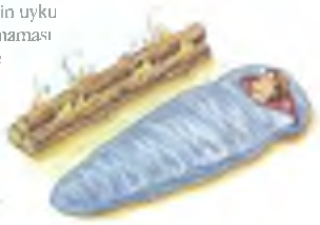
Taş duvar ateşi rüzgardan

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.



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 ateşe fazla yaklaşmayın.



Gece boyunca ateş
Uzun bir kütükle yakılacak ateş bütün gece sönmeden yanar.

ATEŞ TAŞIMAK



1 Hâlâ canlı olan korları, 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 korları yosunların içine yerleştirin ve üzerlerini yine yosunla örtün. Söner gibi olduklarında kutunun içine hafifçe üfleyin.

İçin için yanan korlar kuru yosunu tutuşturur.



ATEŞ YAKMAK

Ateş yakmak, ilkyardımla beraber en gerekli survival bilgisidir. Bu bilgi insanı diğer hayvanlardan ayıran en önemli farklardandır. Odun ya da diğer yakıtlar ısındıkları zaman tutuşarak alev oluşturan gazlar çıkarır. Ateş sadece birkaç parça çalıçırpı kullanılarak başlatılmalı ve bu küçük ateş fasılalarla 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 çakmaktaşına sürtün. Kavın içine düşen kıvılcımları üfleyerek alevlendirin. Kav tutuşunca ateşi tepeciğin içine itin

Çakmaktaşına 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 gizleyeceğiniz yanan kibriti içine tutarak kavı tutuşturun. Yanan kibriti kavın içinde bırakarak üzerine biraz daha kav ve çalıçırpı ekleyin

Kibriti elinizin içinde koruyun.



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

Güneşığını 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 kırpıntısı 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.



Çakmaklaşı ve çelik
Bu çelik testere ve magnezyum cevheri (çakmaktaşı) doğal çakmaktaşından 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 laşınması kolay bir alternatif

Parafin parçaları
Bu parçalarla kav kullanmadan büyük odun parçaları tutuşturulabilir



Ateş çubukları
Kimyasal maddelerle muamele edilmiş odun kırpıntılarından 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 sivriltin.



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 matkabın ucunu sokmak için bir yuva açın. Matkabın yaratacağı siyah, sıcak küller çentiğin içinden kavın üzerine düşecektir.



Matkabın üst kısmının uyması için tahtada bir oyuk açın.

4 Matkabın üzerinden bastırabilmek için sert bir tahta parçası kullanın. Matkabın 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 matkabın çevresine sarılabilecek kadar gevşek olmalıdır.



Matkaba baskı uygulamak için tahtayla bastırın.

Matkabın orta kısmı yayın kaymaması için yontulur.

Sürtünmeyle oluşan sıcak, siyah toz.

Matkabı çevirmek için yayı itip çekin

6 Matkabın orta kısmını yontup ipi etrafına dolayın. Çentiğin yanına kav yerleştirmeyi unutmayın. Matkabın ucunu açtığınız oyuğa 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 kıvılcımlar kavın üzerine düşerek onu tutuşturacaktır.

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

Kamp bozumu bir rutin olarak yapılabilmeli 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 bozmamış 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 bile için için yanmakta olan korlar orman yangınına sebep olabilir. Ayrılacağınız gün kahvaltı hazırlarken mümkün olduğunca küçük odunlar kullanırsanız ateş daha kolay bitecektir.



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



2 Yüzeyde çimenleri öldürecek kül kalmadığından emin olduktan sonra ateşi yakuğınız 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 arıyorlarsa, 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 engellemiş olursunuz.



Bayrak

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



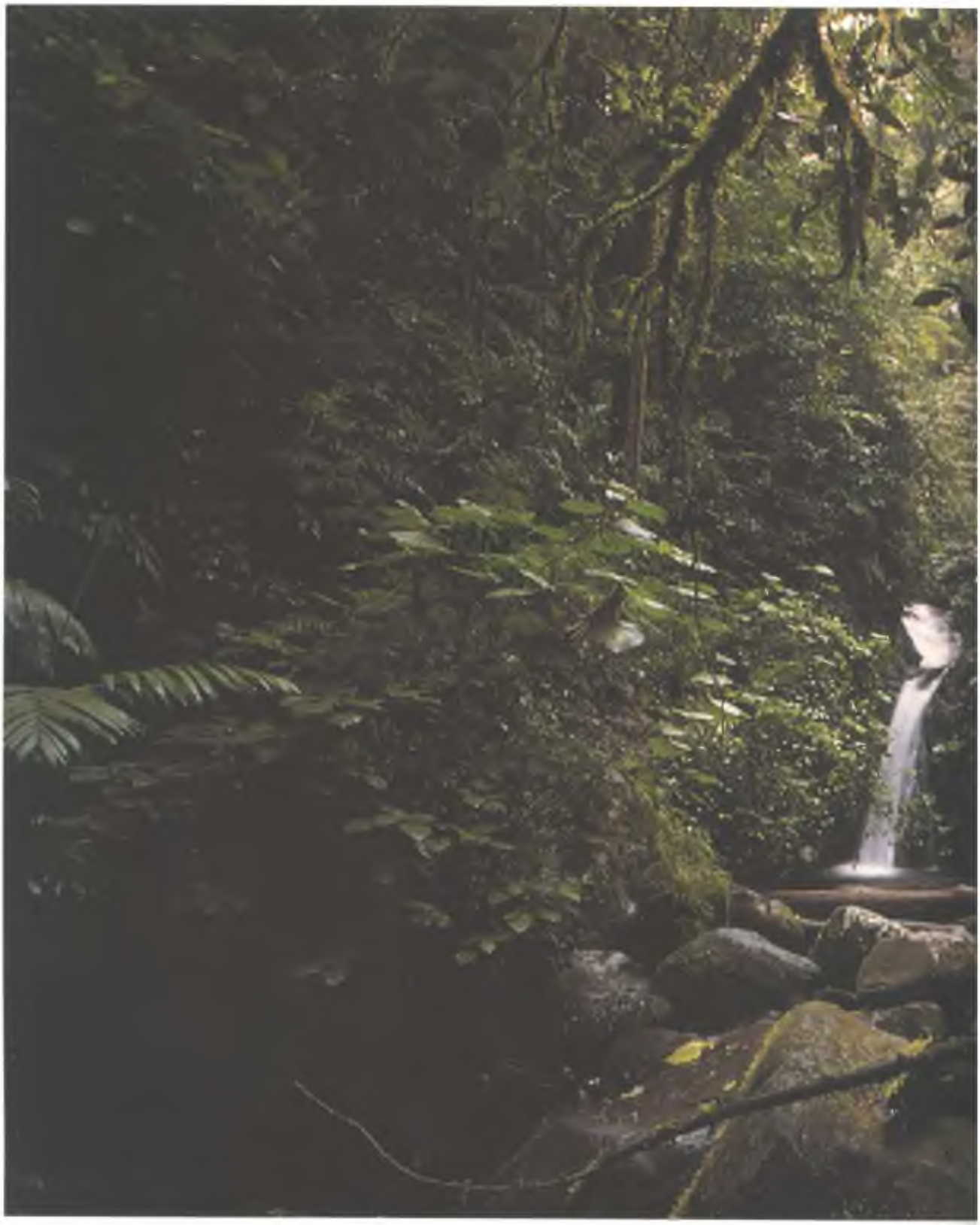
Çam kozalağı

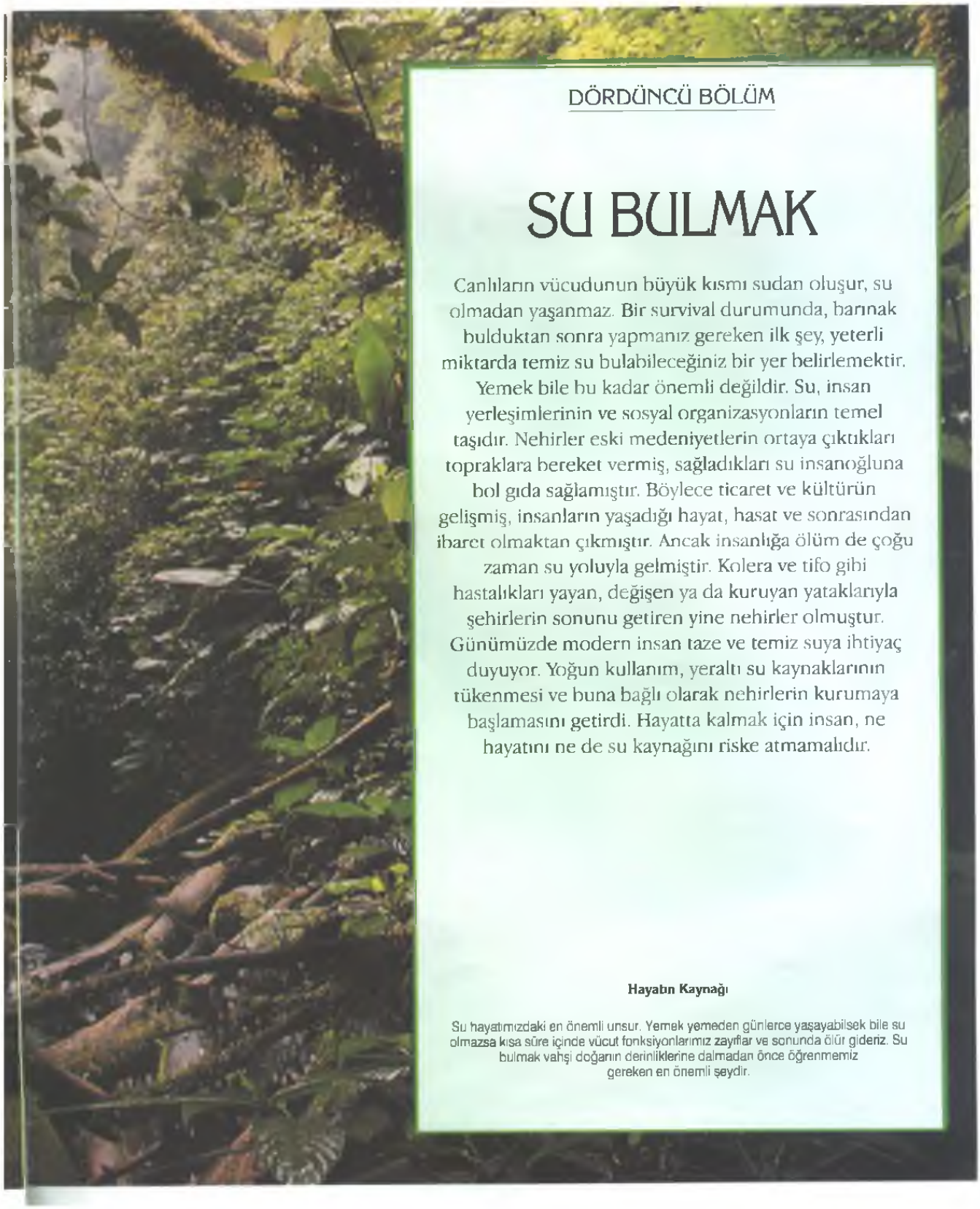
Gittiğiniz yol boyunca yank dalların arasına sıkıştıracağınız kozalaklarla işaret bırakın. Kendiliğinden asla oluşamayacak bu durum sizi arayan kişilerin dikkatini çekecektir. Hayvanların yiyebileceği bir şeyler kullanarak işaret bırakmayın.



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 kollara ayrılsa bile kurtarıcılarınız sizi izleyebilirler.





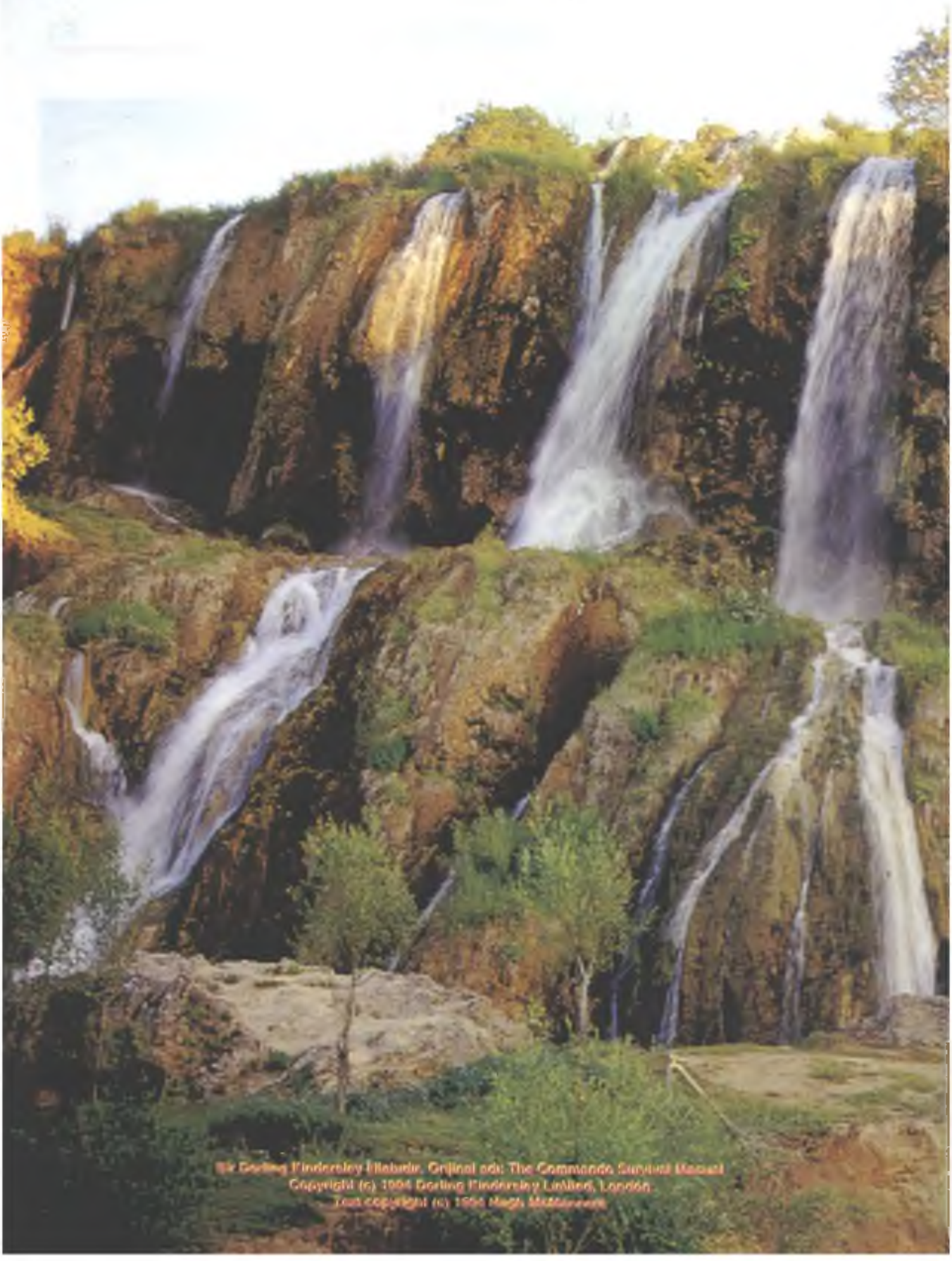
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

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 sonrasından 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 yaşayabilsek bile su olmazsa kısa süre içinde vücut fonksiyonlarımız zayıflar ve sonunda ölür gideriz. Su bulmak vahşi doğanın derinliklerine dalmadan önce öğrenmemiz gereken en önemli şeydir.


(c) Dorling Kindersley Limited, London
Original copyright (c) 1994 Hugh Middleton

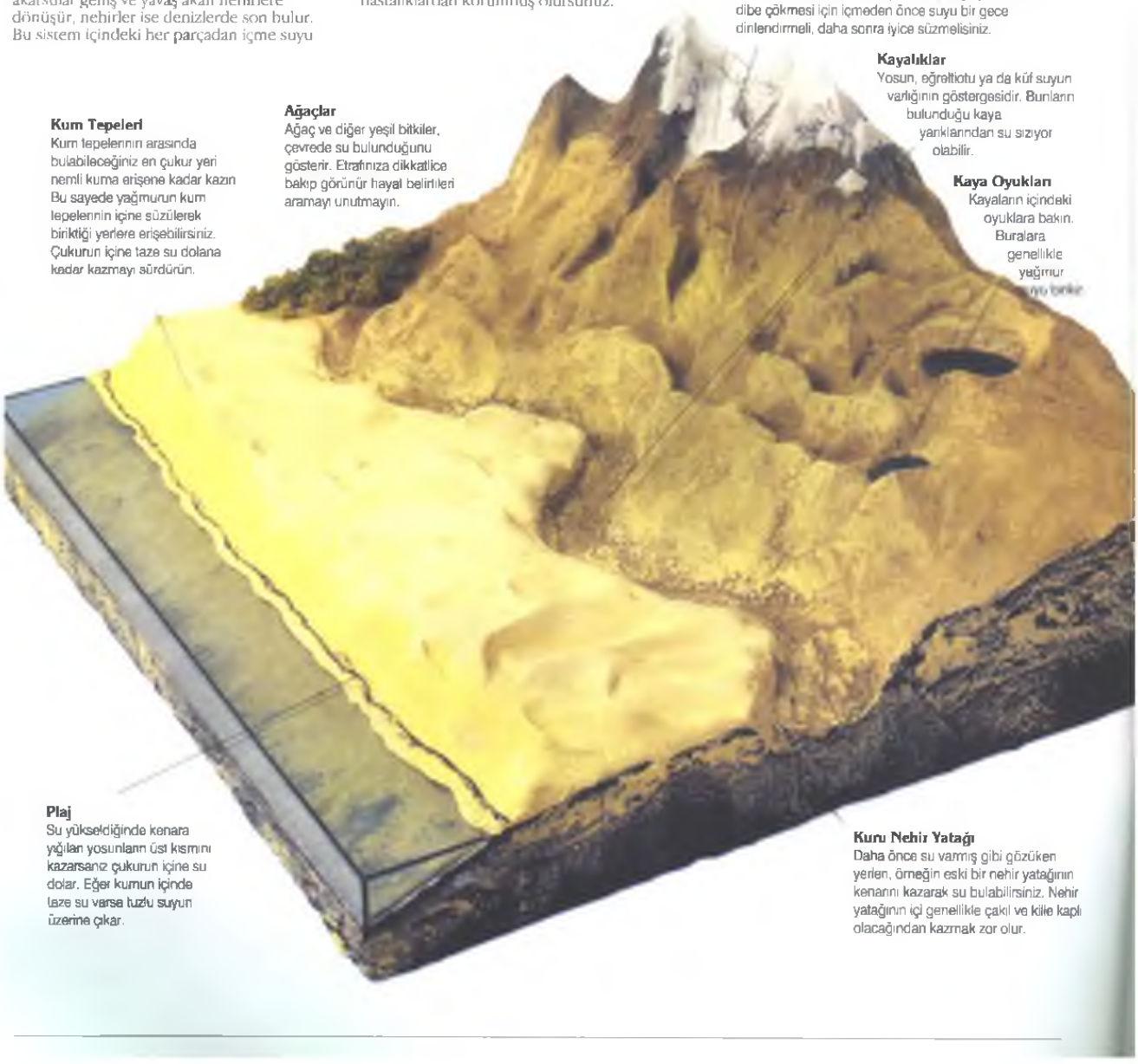

4
SURVIVAL EKİ
OUTDOOR dergisinin
okurlarına
armağanıdır
HUGH McMANNERS

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 ulaşınca 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 suların 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 yarıklarından 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 gözüken yerler, örneğin eski bir nehir yatağının kenarını kazarak su bulabilirsiniz. Nehir yatağının içi genellikle çakıl ve kille kaplı olacağından 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. Bazıları 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
Geviş 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.



Arı ve Sinekler
Arılar 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 çıkıverirler, 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 birikintisine 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 karıncalanma	Sağırlık
İştahsızlık	Morarma	Göz kararması
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 yiyin. Yağlı yiyeceklerden kaçının 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 çiğ 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 kabın ya da küçük bir göletin içine yönlendirebilirsiniz. Bulunduğunuz 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 geniş bir su geçirmez örtüyü tercihen bir yamacın kenarlarına çakacağınız kazıklarla gerin. Böylece yağmur suyunu bir kabın içine toplayabilirsiniz.



Yağmur Suyu Kollektörü
Yağmur suyunu depolamak ve bir kabın 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 çiğ olarak yere, bitkilerin ve araçların üzerine yağar. Çiğ güneş çıkınca süratle buharlaşır. Birçok böcek, bitki ve hayvan hayatta kalmak için çiği kullanır. Siz de bu su kaynağından faydalanabilirsiniz.



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



2 Mendil iyice ıslandığı zaman bir kabın 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.



Çamurdan Suya
Delikte biriken su iyice berraklaşana kadar bulanık suyu dışarı atın

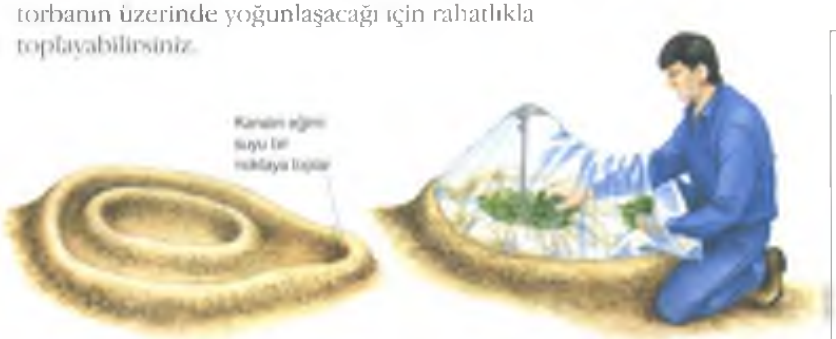


DİKKAT

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.



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



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 ulaşıldığında 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.

Dalları Kullanın

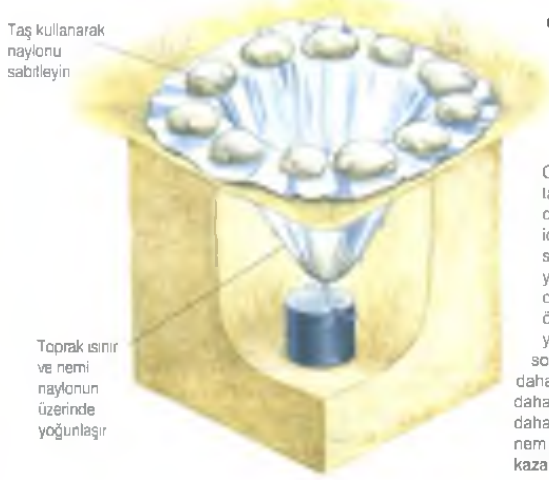
Büyümekte olan bir dal ya da bir bitkinin tamamının üzerine bir naylon torba geçirin. Bitkinin dışarı verdiği su buharı ısınacak ve torbanın yüzeyinde tekrar yoğunlaşacaktır.



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.



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 kabın 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 tükenince 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 biriken 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 (Opunthia)

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



Fıçı Kaktüsü (Ferocactus, Echinocactus)

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

DİĞER SU KAYNAKLARI

Birçok palmiye cinsi filizleri kesilerek elde edilebilen şekerli bir sıvı salgılar. Çöl bitkilerinin köklerinde birikmiş su bulunsa 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.

KAKTÜSTEN SU NASIL ELDE EDİLİR?



1 Fışı 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 kamış 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 kamışın 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.



Su sarmaşığın dibinden akacaktır

2 İkinci olarak sarmaşığın dibini keserek bazı bulunduğumuz bir kaba koyup sıvının akmasını sağlayın. Gerekirse başka sarmaşıkları da keserek verimimizi su sağlayabilirsiniz.

DİKKAT

Sütümsü bitki özsuları 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.



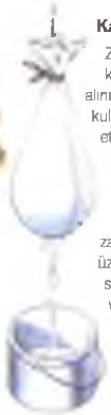
2 Kütüğün ortasına oyun. Kökündeki yerden su oyuğa toplanacaktır.

BUZ VE KARDAN SU NASIL ELDE EDİLİR?



Buz Eritmek

Ateşin üzerine yerleştirilmiş bir kayanın üstüne koyacağınız buzu eriterek su elde edebilirsiniz. Yeni donmuş deniz buzu kullanırsanız elde edeceğiniz su tuzlu olur. Oysa Arktik bölgelerdeki eski deniz buzu 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. Batılılar 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 süzülmeli 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 arıtır. Buna alternatif olarak arıtma tabletleri kullanabilir ya da suyu süzdükten sonra kaynatabilirsiniz.



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. Yarım litre kirli suya yarım tablet kullanılır.



Kirli su ampul şekilli parça tarafından emilip hortumun diğer tarafından akmadan önce kimyasal maddelerden geçer



Filtrenin kapağı bardak olarak kullanılır



Bir defada az miktarda su alabilen filtre şişenin tepesine takılır

Şişe

Pompa sapı





Su filtrenin deposundan kaba aktarılır

Hortumun ucu pis suya daldırılır



Filtrenin parçaları şişenin üzerinde birbirine takılır

Filtrenin içinde kimyasal maddeler vardır

Portatif Filtre
Hortumun ucu kirli suya daldırılır. Filtrenin sapı yukarı aşağı hareket ettirildikçe arıtılmış su musluktan akar ve bir kaba toplanabilir.

Bardaklı Arıtıcı
Bu arıtıcı söküldüğü cepte taşınabilir. Kirli su, şişenin tepesine takılabilen filtrenin içinden geçirilerek arıtılır. Arıtılan su şişenin içine dolar.

Pompanın kulbu aşağı yukarı hareket ettirilir

Pompanın içinde suyu arıtmak için kimyasal maddeler vardır





Ampul şekilli parça kirli suya daldırılır

Hortumun diğer ucundan temiz su çıkar



Arıtma Cihazı
Ampul şekilli 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 arıtıcınız 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. Kaynattığınız zaman 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
LEPTOSPİROSİS	İnsanlara, hastalığı taşıyan hayvanlardan (sıçan, sığır, 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, başağrısı, kas ağrıları) vardır. Daha ileri durumlarda menenjit, sarılık, böbrek yetmezliği, iç kanama ve kalpte hasara sebep olabilir.
BİLHARZİA	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
GİARDİASİS	İdrar ve vajinal sıvılarla kirlenmiş sudaki Giardia paraziti sebep olur.	İshal 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 dışkısından ve kirli elbiselerinden uzak durun. Kamp temizliğine daha fazla özen göstererek başkalarının da hastalanmasını engelleyin.

SU TAŞIMA VE BİRİKTİRME YOLLARI

Bir 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 kaldırılabilmeleri 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 defnebilir.



Askılı Matara
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 ağzına 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.



2 Kenarları ıslatarak yumuşamasını sağlayın ve yavaşça katlayın.



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



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 hanka su kapları yapabilirsiniz. Kalın bir kamışı, halkalarından birinin bir santim kadar altından kesin ve üstteki halkaya da aynı işlemi uygulayın. Böylece ağzı 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 çıkarın ve uzun bir sopa kullanarak temizleyin



SU NASIL BİRİKTİRİLİR?

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 sugeçirmez hale gelmesini sağlayın. Buharlaşmayı en aza 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 çiğin yaptığınız gölete dolmasını sağlayın. Suyu düzenli olarak kaplara doldurun.



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 işlemden 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.





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 sayılabilir. 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 taşımanız 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 etmekte şekerli besinlere güvenirler.


ÇİKOLATA TOZU


SUYU ALINMIŞ DONDURMA

ÇİLEKLİ PUDİNG TOZU


MEYVALI BONBON

Kahvaltılıklar

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


YOLCULUK KARIŞIMI


MÜSLİ


KURU MEYVE


YULAF

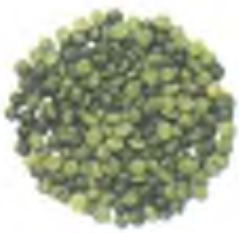
Fasulye ve Baklıyat

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.


PİRİNÇ


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


ÇİKOLATALI 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 ıslatılmaları gerekir.


SOYA YEMEĞİ


KURUTULARAK DONDURULMUŞ YEMEK


SUYU ALINMIŞ YEMEK


KURUTULMUŞ VEJETARYEN YEMEĞİ

Karıştırmalıklar

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 kamp 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 konserveleri tercih edin. Ayrıca konserve yiyecekler sırt çantasında taşınamayacak kadar ağır olabilir. Salam sosis 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.

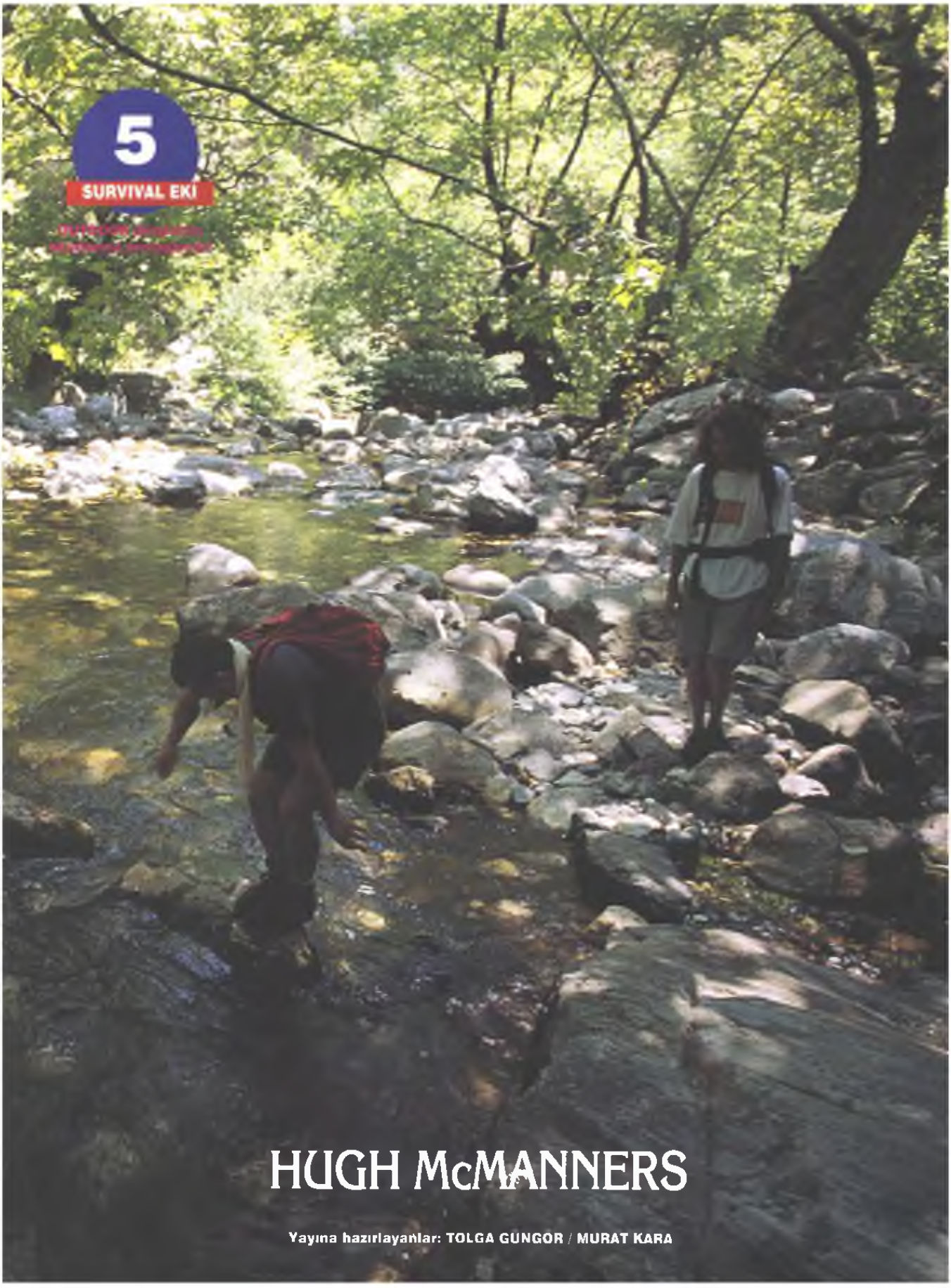

SARDALYA


HAZIR HAMURİŞİ


FASULYELİ SOSİS


SALAM


Copyright (c) 1994 Dorling Kindersley Limited, London



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 tadları 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)
Yabanı 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 andıran bir tadı vardır. Yaprakları salatada 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. Karahındiba (Taraxacum) ve kuzukulağı (Rumex) yaprakları ıspanak gibi kullanılabilir ya da yabani sarımsak kullanarak yemekler tatlandırılabilir.



Kurt Pençesi (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 yenilse bile kökü pişirmeden önce suya yatırmak gerekir.



Kışteresi (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 saplar yaklaşık 15 santim uzunluktayken çok lezzetlidir.



Semizotu (Portulaca)
Semizotu ılıman iklimlerdeki ıslak 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 kullanabilir ve çiğ yiyebilirsiniz.

DİĞER TROPİKAL BİTKİLER

Bitki türleri bölgeden bölgeye değişir ve bu bitkilerin yüzlercesi 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 yenebilir. Sago palmiyesinin gövdesi içindeki nişastalı kısım kaynatıldığında bir çeşit lapa elde etmek mümkündür. Ancak bütün palmiyeler yenmediğinden güvenli olanları ayırd etmeyi öğrenmelisiniz.



Palmiye Sürgünü
Palmiyelerin büyümekte olan uçları çiğ ya da pişmiş olarak yenebilir. Ancak ne çeşit palmiye olduğunu bilmiyorsanız yemeseniz 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 yenebilir. 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 özsu koyulaşıncaya 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 keçiboynuzudur (Ceratonia).

ZEHİRLİ BİTKİLER

Zehirli bitkilerin sayısı, özellikle ılıman bölgelerde yenebilen bitkilerin sayısından çok daha azdır. Ancak bu bitkilerin bazılarına 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 özsuları zehirli olabilir. Bu bitkilerin bir kısmına dokunmak bile gözenek ya da dikenler yoluyla zehir salgılamalarına sebep olabilir. Ilıman 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 ormanlarda yetişen keşişotudur (Aconitum). Ölümcül olan baldıranotu (Conium) ve sığırbaldıranı (Cicuta) şemsiyeye benzeyen beyaz çiçeklerinden tanınabilir. Hemen hepsi zehirli olduğundan üçgen yaprakları olan maydonozgillerden uzak durmak gerekir. Zehirlimeşe ve zehirlisumak (Toxicodendron) dokunulmaması gereken bitkilerdir.



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 ayırdedilebilir. Deriye temas ettiğinde yanma hissi ve isiliğe sebep olur.





Düğün Çiçeği (Ranunculus)
Bu türdeki tüm bitkiler yenirse bağırsaklarda aşırı yanma hissine sebep olur. Dünyanın hemen her yerinde bulunur ve birbirin üzerine binen sarı taçyapraklı çiçekleri vardır.

DİKKAT

Ilıman 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 güvenliğiniz 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, özsuyu 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 özsuyu olan bitkiler genellikle zehirlidir.

DİĞER ZEHİRLİ TROPİKAL İKLİM BİTKİLERİ

Isırgan ağacı (Laportea) tropikal bölgelerin hepsinde karşılaşabileceğiniz bir bitkidir. Dokunulduğunda yanma hissi ve isiliğe sebep olur, tohumları da zehirlidir. İthyan'nın (Hippomane) ise meyvesi ve özsuyu 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. Özsuyu 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. Sarı çiçekleri, yeşil ya da mor meyveleri vardır.

DİĞER AĞAÇLAR

Sarısalkım 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 (Hura) ağaçlarının özsuyu 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 yenebilir. 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 yenebilir olup olmadığını anlamanın tek yolu üzerindeki bitkiyi tanımaktır. Farklı bölgelerde yetişen bitkiler genellikle birbirine benzese de güvenli gözüken her kök yenebilir değildir. Örneğin ölümcül camas bitkisinin kökü soğana benzer. Bütün kök ve soğanlar yenmeden önce pişirilmelidir.



Tekesakalı (Tragopogon)
Tekesakalı bir metre ila doksan santim uzunluğa ulaşan ve kuru bölgelerde yetişen bir bitkidir. Mor, karahindiba çiçeğine benzeyen çiçekleri vardır. Uzun yaprakları ve yabani havuca benzeyen yumrukökü



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, yumrukökü ve sapı yenir. Ancak tohumu acıdır.



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

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





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

DİĞER YENEBİLEN KÖKLER

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

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 ayırdetmek 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 da bilinen Calla zambağının çiçeği kolaylıkla tanınabilir. Su kaynaklarının yanında yetişir. Kökleri yenebilir ya da un haline getirilebilir. Ancak çiğ yenirlerse zehirli olduklarından önce pişirilmeleri gerekir. Bitkinin diğer kısımları da zehirli olduğundan uzak durulması gerekir.



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 yenebilir ve tadı patatesi andırır.



Yabani tatlı patates (Dioscorea)
Tatlı patatesin bazı türleri tropik bölgelerde yetiştirilse de soyulmaz ve pişirilmezse bazı türler zehirli olabilir. Eğer elinizdeki türü çok iyi tanımıyorsanız en iyisi soymak ve pişirmektir. Geniş yaprakları vardır ve geniş ağaç kütüklerinin etrafında yetişirler.

DİĞER ZEHİRLİ KÖKLER

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



Kırlangıçotu (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. Ilıman iklimlerde sık rastlanır.



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

YAĞLI TOHUM VE MEYVELER

Yağlı tohum ve meyveler survival yiyecekleri içinde en önemli kaynağı oluşturur. Ilıman 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 ılıman iklimlerde yetişir. Ağaçların kabuğu kolayca tanınır. Tohumların yeşil, yumuşak kılıfı ağaçtan düştükten sonra çürür. Ceviz kalori açısından zengindir



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



Fıstık (Pistacia)
Fıstık Avrupa, Asya ve Avustralya'da yetişir. Kırmızı tohumları çiğ ya da kavrularak yenebilir

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 Makadamia cevizinin de yenmesi hoştur. Çamfıstığı (Pinus) da yenebilir ancak kavrulduğunda 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 kebap yapmalısınız.

ZEHİRLİ YAĞLI TOHUMLAR

Yağlı tohumları yemeden önce lezzet testini yaparak dikkatle denemelisiniz. Sadece birkaç çeşit yağlı tohum zehirli olsa da bu tür tohumlar 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 ılıman iklimlerde yetişir, geniş, ele benzeyen yaprakları, soluk renkli çiçekleri ve yapışkan tomurcukları vardır. Ağaç bazı bölgelerde otuz metreye yaklaşabilir. Zehirli yapraklarının tohum keseleri kestaneden daha az dikenli ve kılıfın içindeki tohumlar kestaneden çok daha büyüktür.



Mahun cevizi
(Anacardium)
Mahun cevizinin yağlı tohumları soyulmaz 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 sapları, üç köşeli yaprakları, asma filizine benzeyen sapların üzerinde mor - beyaz çiçekleri olan çarkıfelek çiçeği tropikal bölgelerde özellikle Güney Amerika'da yetişir. Yenebilen mor renkli ve yumurta şekilli meyveleri son derece suludur.

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 lezzetlidirler.



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



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

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 yenebilse de genelde beyaz üzümler zehirli olur. Bu renktekı üzümleri yiyerek kendinizi riske atmayın. Zehirli beyaz üzüm veren diğer bitkiler zehirli üzüm ve ıtüzümünün 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 düştüyseniz durum çok daha ciddidir. Sık rastlanan zehirli meyvelerden bazıları itüzümünün (Atropha) 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 kargabüken ağacıdır.

MANTAR VE LİKEN

Birçok insan için mantar ve liken toplamak sıradan bir iştir. Son derece lezzetli olmalarının yanısıra 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.



Karnıbahar mantarı (Sparasis crispa)
Sonbaharda kozalaklı ağaç ormanlarında, ağaç diplerı ve köklerinde oluşur. Kokusu anasona, tadı fındığa benzer.



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



Portakal kabuğu mantarı (Aleuria aurantia)
Büyümek için günışığına ihtiyacı vardır. Ormanlardaki açıklıklarda ve sonbaharda otlu bölgelerde bulunur. Yenebilir olmasına rağmen belirgin bir tadı ya da kokusu yoktur.

DİĞER YENEBİLEN MANTARLAR

Boletus familyasından olan mantarlar sofra mantarına benzeyen şekillerine rağmen şapkalarının 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.



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



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

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 solungacı ve eti, geniş bir volvası vardır.

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.

DİĞER ZEHİRLİ MANTARLAR

Zehirli mantarların bazı türleri diğer bölgelerde yenebilen mantarlara benzer. Örneğin Agaricus türünün birçok çeşidi yenebilirken sarileke mantarı (Agaricus xanthodermus) son derece zehirlidir. Yaydığı 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 Cortinarus cinsi mantarlar sayılabilir.

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 Ren geyiği 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

Yemek 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.



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



2 Bitkinin bir kenarına 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 parçalar 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 hamurişi ya da ekmekyapmak 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.



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



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 yenebilir. 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



2 Üzerindeki pedikeli temizlemek için durulandıktan sonra parçalara ayırın

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



4 Yosunları karışımın içinden çıkardıktan sonra tatlandırmak için şeker ya da toplayacağınız meyveleri ekleyin.



5 Karışım soğuyunca kıvılcık ve kayıklamak mümkün olacaktır. Ince soğuyuncaya kadar yemezseniz ağzınızın yanmasını engellemiş olursunuz.

1 Deniz yosununu beşikte küçücük kayalardan ayırın. Kurutmak üzere güneşe serin. Yapraklar kuruldukça renkleri açılacak ve dalları birbirinden ayrılacaktır.

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 kullanmalısınız. 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 yetecektir.



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



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

Çayı sbezden geçirerek süzün

DİĞER İÇKİLER

Avustralya'da okaliptüs 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 sarmaşıkran (Glechoma) da çay yapmak mümkündür. Akçaağacın 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 hazır baharatları çantanızda 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 bekledikçe daha güçsüz düşer ve giderek başka yiyecek arayamayacak hale gelebilirsiniz. Yemeden önce denemek hayati olsa da sağ kalmak için hiçbir olası besin kaynağını reddetmemeli ve ne kadar tiksindiğinize aldırmamalısınız. Tırtıl gibi omurgasız hayvanlar sebzelerden daha çok protein içerdiklerinden toplamanıza değecektir.

YENEBİLEN OMURGASIZ HAYVANLAR

Çoğu omurgasız hayvan yenebilse de sümüklüböcek ya da çekirgeleri ağzınıza atıp çatır çutur 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.



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



Arı
Yabani arılar, pupaları ve larvaları yenebilir. Ayrıca arılar gerekli enerjiyi sağlayacak bal da yapar. Ancak şoka yol açan arı sokmaları ölüme sebep olabileceğinden arılarla 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 değillerse 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 kardeşleri de yenebilir. Bu hayvanları sular çekildiğinde kayalıkların 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 heryerde 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. Fındık böceği (Gyrinidae) gibi su böceklerini de unutmamak gerekir. Ancak sıkı bir ağınız 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 mantığınızın 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 tadlarının kötü olduğunu anlatmaktadır. Bu yüzden onları rahat bırakın. Zehirleri sizi öldürmese de hastalanmanıza sebep olabilir.



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.

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.



DİKKAT

Tüm yabani 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 denizanaları ılık akıntılarda bulunur. Portekiz denizanasının (Physalia) onikı metreye kadar uzanan zehirli kolları olabilir. Mümkün olduğunca denizanası ve akrabalarından uzak durun. Zehirli iğneleri zararlı olabilir.



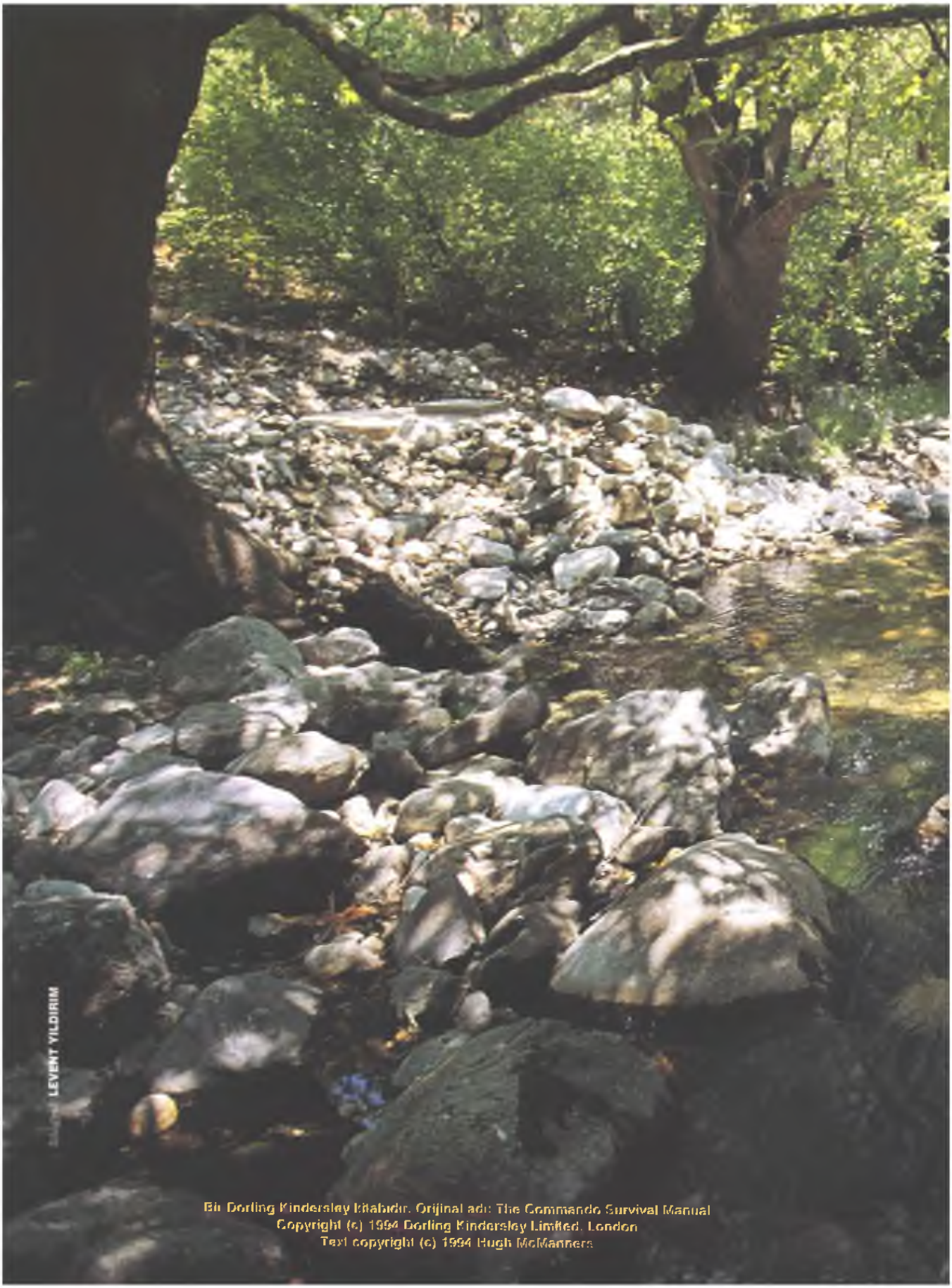
Eşekarısı
Eşekarıları her zaman sinirli yaratıklardır ve ölseler bile sokmaya devam ederler. Yemek için bir eşekarısına asla bakmayın bile. Eğer yüzünüzden sokarsa yol açacağı şişme nefes almanızı engelleyebilir ve ölüme yol açabilir.

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.





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 EKİ
HUGH McMANNERS

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 balarısıdır. Yetişkin arılar ve larvalar yenebildikleri gibi bal da yaparlar. Ancak arılar tehlikeli olabildiklerinden başka seçeneğiniz yoksa arı yiyin.



Arılar 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 tıkayın ve ertesi güne kadar bekleyin. Sabah olunca girişi dikatlice açın ve bir sopa yardımıyla ölü arıları ve balı dışarı çıkarın.

Gece Üçüncüları
Geceleyin iki dal arasına 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 beze çarpan güveler bezden aşağıya kayarak tasın içine düşecektir.



YEMEKLİK BÖCEK

Arıların dikenini çıkarın. Bütün böceklerin bacak ve kanatlarını koparın. Böcekler çiğ yendiğinde çok daha besleyici olurlar ama kaynatarak veya kavurarak görünüş olarak daha yenebilir hale getirebilirsiniz.

Ufalama
Böcekleri iki taş arasında ezerek yemeklere katabilirsiniz.



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 kılların dokunulduğunda derinizi tahriş edebileceğini unutmayın.



1 Termit ya da karınca toplamak için uzun ve düzgün bir sopa bulup kabuğunu soyun. Böylece sopa yumuşayacaktır. Sopanızı yavaşça termit ya da karınca yuvasından içeri sokun. Yanınızda bir kap bulundurursanız dışarı çekeceğiniz böceklerin yere düşmesini engellemiş olursunuz.



2 Sopayı yavaşça çekip çıkarın. Termit ya da karıncalar sopaya saldıracaklarından yumuşak sopayı ısıracak ve çeneleri sopaya saplı kalacaktır. Sopanın üzerindeki termit ya da karıncaları kabın içine sıyırın. Daha sonra yukarda 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

Kabuklu 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.



Ostura 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.



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.

DİĞER LEZZETLİ OMURGASIZLAR

Salyangoz, sümüklüböcek ve kurtçuklar şafakta rahatlıkla toplanır ve yenebilirler. Salyangoz ve sümüklüböcekleri kaynar suya atarak öldürmeden önce 24 saat yeşil yapraklarla besleyin. Salyangozları haşlayın ama sümüklüböcekler kavrulduklarda daha lezzetli olurlar. Kurtçukları tuzlu suda 24 saat bekletin ve yemeğe katmadan ya da kurutmadan önce bağırsaklarını çıkarın.

Bal Karıncaları
Bal karıncaları nektar ve suyla beslenir. Aralarından bazıları yuvanın tavanına tutunur ve yaşayan kavanozlar haline gelirler.



YENGEÇ NASIL TEMİZLENİR?

Yengeç toplarken kıskaçlarına dikkat edin. Büyük türleri topladıktan sonra aralarında kavga etmelerini ve birbirlerini yaralamalarını engellemek için kıskaçlarını bağlamanız gerekebilir. Öldürmek için kaynar suya atın.



1 Yengeç temizlerken bütün zehirli organların temizlenmesine dikkat edin. Yemeği hazırlarken önce bacakları ve kıskaçları çıkarın. İçlerinde yiyebileceğiniz et parçaları vardır.



2 Bıçağınızın ucunu kabuğun içine sokup kanırtarak gövdeyi ikiye ayırın.



3 Mide, yeşil kalıntılar ve iki solungacı çıkarın çünkü bu kısımlar zehirlidir. Daha sonra bıçağınızla eti kabuktan kazıyın. Kıskaçları bir kayayla çatlatıp içlerindeki uzun kasları bıçağınızla çıkartın.

TATLISU BALIKLARI

Tatlısu 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 sularda 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. Gökkuşağı alabalığı İskandinavya, Kuzey Amerika, Hindiçini, Afrika ve Hindistan'daki serin dere ve göllerde yaşar.



Kızılkanat (Scardinus)
Kızılkanat, içinde bol bol bitki yetişen durgun sularda yaşar ve o bitkilerin altında saklanır. Kuzey Amerika, Avrupa ve İskandinavya'da bulunur. Yüzeyden beslenen kızılkanat çok fazla büyüdüğünde genellikle dipte yatar ve dinlenir

DİĞER 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 sulan tercih eder. Atlantik'e dökülen nehirlerde yaşar. Keskin dişleri vardır.



DİĞER TEHLİKELİ BALIKLAR

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) açgözlü ve tehlikeli bir balıktır. Yine Güney Amerika'da yaşayan elektrikli yılanbalığı da verdiği güçlü elektrik şokuyla yüzücülere ya da suda yürüyenlere zarar verebilir.

Tandan (Tandanus)
Kedibalığı familyasından olan tandan, Hindiçını 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 iskorpitinin 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 açgözlü bir balıktır. Avrupa, Asya, Kuzey Amerika ve Avustralya'daki durgun yavaş akan akarsularda yaşar. Yenmesi hoştur, ancak sırt yüzgeci çok keskindir.



DİKKAT

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 görünsün bulduğunuz ölü balıkları yemeyin.

Turnabalığı (Esox)
Yalnız yaşayan ve jilet gibi keskin dişleriyle son derece saldırgan bir balık olan turnabalığı, açgözlülüğü ve yırtıcılığı yüzünden bazı bölgelerde "nehir kurdu" 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.



TUZLUSU BALIKLARI

Genel bir kural olarak büyük tuzlusu balıkları derin denizlerde yaşarken, küçük tuzlusu balıkları sürüler halinde sığ denizlerde yaşarlar. Buralarda güneş denizaltını aydınlattığından 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 yaklaşsalarda bir tekneden yakalanmaları daha olasıdır. Bir survival durumunda eğer tekneniz yoksa suyun sığ olduğu yerlere ya da haliçlere 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 yukarı çok uzun mesafeler kateder. Son derece lezzetli bir balıktır. Avrupa, Kuzey Amerika, Avustralya, Yeni Zellanda, Güney Amerika ve Asya'da bulunur.



Tarpon (Megalops)
Tarpon gelgitle oluşan küçük körfezlerde, mangrov bataklıklarında, göllerde ya da tropikal ve ılık bölgelerdeki sahillerde bulunur. Geniş ve sert pulları vardır ve oltayla 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.



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. Ilıman ve tropik sularda yaşar ve kıyıya yakın sürüler halinde gezer.

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 oltayla yakalanabilen orta boy bir balıktır. Tuzlusuda yaşayan ve sık rastlanan diğer balıklar ise Dubar türleri (Mullidae, Muglidae), Derekayası (Thymallus) ve Hanibalığıdır (Serranidae).

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.

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.



Uyuşturangiller (Urolophus, Dasyatis)
Bu familyanın üyelerinin kamçıya benzer bir kuyruğu ve zehirli bir iğnesi vardır. Eğer doğru tedavi yapılmazsa soktuğu zaman ölümcül olabilir. Kuzey Pasifik'de tropik sularda yaşar



Wahoo (Acanthocybium)
Wahoo oltaya yakalandığında sudan dışarı sıçradığından yakalanması zorlaşır. Jilet gibi keskin dişleri yüzünden karaya çekildiğinde de tehlikeli olabilir. Dünyanın hemen her yerinde ılık sularda bulunur.

KAÇINILMASI GEREKEN DİĞER BALIKLAR

Sığ, tropik sularda yaşayan Tetikbalığının (Balistidae) karnından bir tetik gibi çıkan tek bir dikeni vardır. Ayrıca eti de zehirlidir. Tropik Taşbalığı (Synanceia), Kurbağabalığı (Batrachoididae) ve Zebrabalığının (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 avlanılabilirler. Ancak Uskumru hızlı yüzer, keskin dişleri vardır ve yakalandığında çok direnir. Dünyanın herşerinde bulunur.

DİKKAT

Zıpkınla 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 ılık ve tropik sularda yaşar. En 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 (Sphyraena)
Barracuda jet keskinliğindeki dişleriyle zaman zaman yüzücülere saldırır. Küçükleri sığ sularda bulunur ve yenebilir. Ancak onlar da ısırır. Ayrıca yakalandıklarında sıçramaya başladıklarından avlanmaları güçtür. Dünya çapında ılık 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 sığ içsularda yaşar. Köpekbalığı karaciğeri zehirli olduğundan yenmez.



BALIKÇILIK MALZEMESİ

Balık 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 kullanabilir, 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 ısırdığı 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 dikeni olan yaklaşık 2.5 santim uzunluğunda bir böğürtlen dalı parçası kesin.



2 Dalın etrafına bağlayacağınız ipin kaymaması için oltanın üzerine çakınızı kullanarak çentik açın.



3 Misinanızı açtığınız çentiğin etrafına bağlayın ve defalarca dolayın.

Bitmiş Olta
Bu oltayı yılanbalığı ya da kedibalığı gibi yemi bütün olarak yutan balıklar için kullanmalısınız. Ama yine de bu olta diğer balıkların ağız ya da solungaçlarına da takılabilir.



ÇİMİ OLTASI VE TÜY YEM

1 Yalancı yemin mümkün olduğunca gerçek bir ava benzemesi gerekir ki balık yemi ısırsın ve oltayı yutsun. Avlanacağınız sudaki balıkların neler yediğini gözlemleyin ve yalancı yeminizi ona göre yapın. Olta yapmak için bir çiviyi 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 balıkları kandırmak için devamlı suya dalıp çıkmasını sağlayın.



Bitmiş Yem
Oltanın misinaya iyice bağlandığından emin olun ki balık ısırdığında yalancı yeminiz ve oltanız kaybolmasın.

KUŞÜZÜMÜNDEN MANTAR VE İĞNE OLTA



1 Mantar yapmak için doğal malzeme kullanabilirsiniz. Kuşüzümü kullanmak için sivri bir sopa ya da dikenle meyvayı delin.



2 Misina ya da iğnenizi meyvenin içinden geçirin. Mantar oltanın en uygun derinlikte durmasını sağlar.



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 ZIPKIN



DİKENLİ ZIPKIN



Bitmiş Zıpkın
Nehir dibine veya kayalara vurarak zıpkının dikenlerine zarar vermemeye dikkat edin. Balığı kıyıya alırken bir ağ kullanmak akıllıca olur.

BALIK TUTARKEN DİKKATLİ OLUN

Yaptığınız balıkçılık malzemelerini çok dikkatli kullanın. Kolaylıkla kırılabilir, avınızı ya da dengenizi 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.

Balıkçıyı Avlayanlar
Hayvanların su içtiği yerlerdeki izleri kontrol edin ve kendinizi etçil bir hayvana yem olacak kadar 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



Kendinden Gerilmeli Olta
Kendinden gerilmeli olta bir anlamda otomatik bir olta olarak değerlendirilebilir. Balık, yemi yuttuğunda olta çentikten kurtulur ve kamış geriye doğru çekilir. Böylece olta balığın ağzına saplanır.

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.



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 enında bir balık deliği açın. Deliği buzu kırarak açarsanız buzu 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 elinizde tutup kontrol etmek zorunda kalmazsınız.



Balık Yakalandı
Eğer bayrak dikleşirse bir balık yakaladınız demektir.



BALIĞI GIDIKLAMAK



1 Bu ilkel metod birçok ülkede kanuna aykırıdır. Özellikle suyun üzeri örtülüyse işe yarar. Ellerinizi avuçiçi yukarı bakacak şekilde suya sokun ve kıyı boyunca balığı arayın.



2 Dinlenen balığın altına yavaşça ellerinizi sokun. Başparmaklarınız yukarı baksın. Balığı aniden yakalayıp kıyıya atın.

ZIPKINLA BALIK AVLAMAK





Tuzaklı Zıpkın
Bu çeşit zıpkınlar balığı kavrar ve kaçmasını engeller.

Zıpkın Nasıl Kullanılır?
Zıpkınla balık avlamak zaman alır ve sabır gerektirir. Zıpkınınızı nehrin dibine ya da kayalara vurarak kırmamaya dikkat edin. Zıpkının ucunu suyun içinde tutarsanız vururken ses çıkarmamış olursunuz. Avınızı gördüğünüzde süratli olmalısınız.

BALIK KIYIYA NASIL ALINIR?



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 herşeyden önemlidir.

KANCA NASIL KULLANILIR?



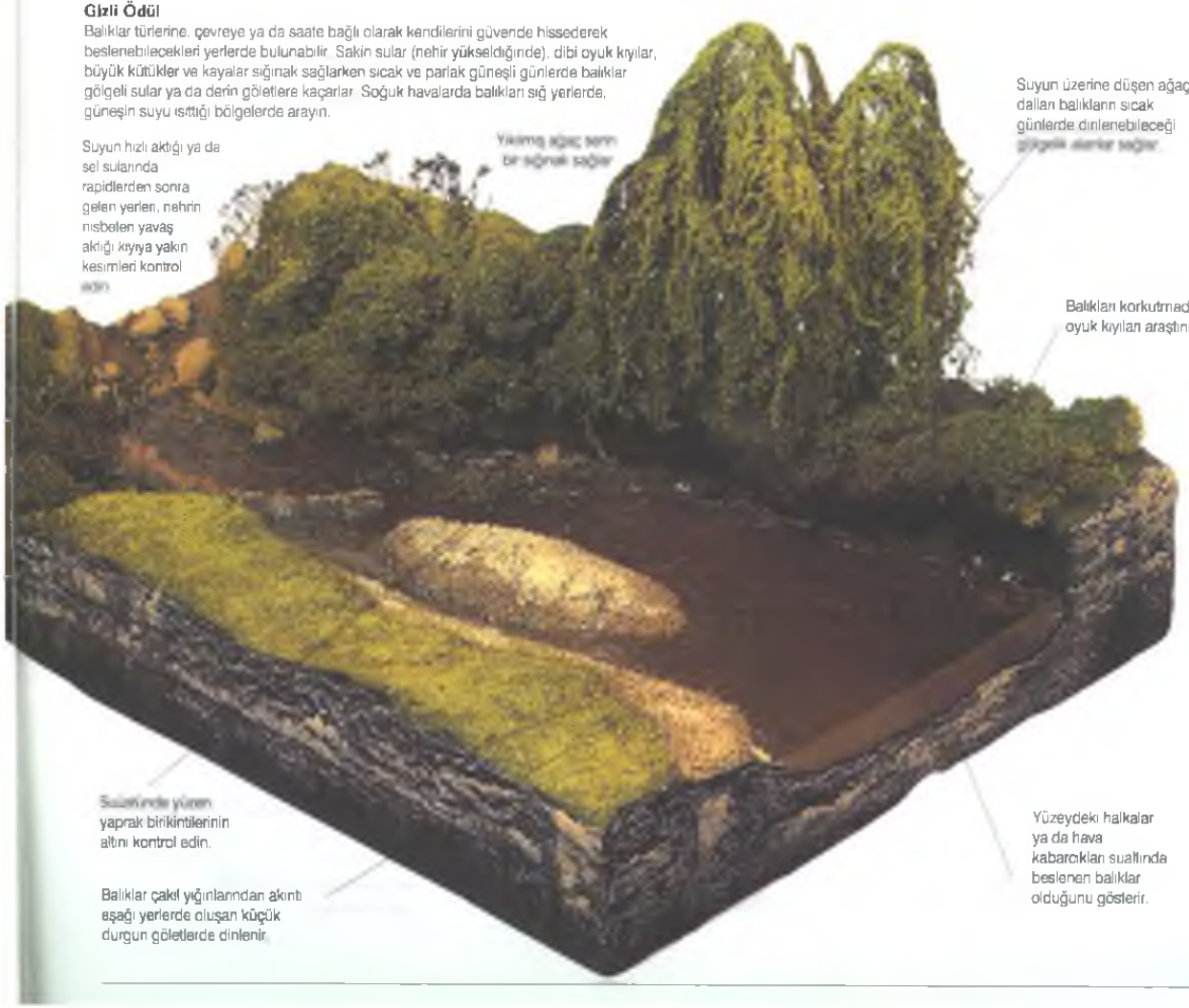
Kanca Kullanımı
Kepçe kullanmanın acil durumlarda kullanılacak bir alternatifi olarak balığı bir kancayla da çekebilirsiniz. Balığı havaya çok fazla kaldırmayın.



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.



BALIK AĞLARI VE TUZAKLARI

Bir survival durumunda balık ağları 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 çatalını atletin bacaklığı yerini içine sokun.

2 Çatalın iki ucu birleştiğinde bacak yerine delik açın ve uçları buradan çıkarın. Birbirine bağlayın ve tekrar içeri itin.

3 Telefon dibini bağlayın. Bağladığınız yerden sarkan kısmı kesebilir ya da ağın içine alabilirsiniz. Böylece artan parça ile ağı kullanırken suya girmez.

İP KULLANABİLİRSİNİZ

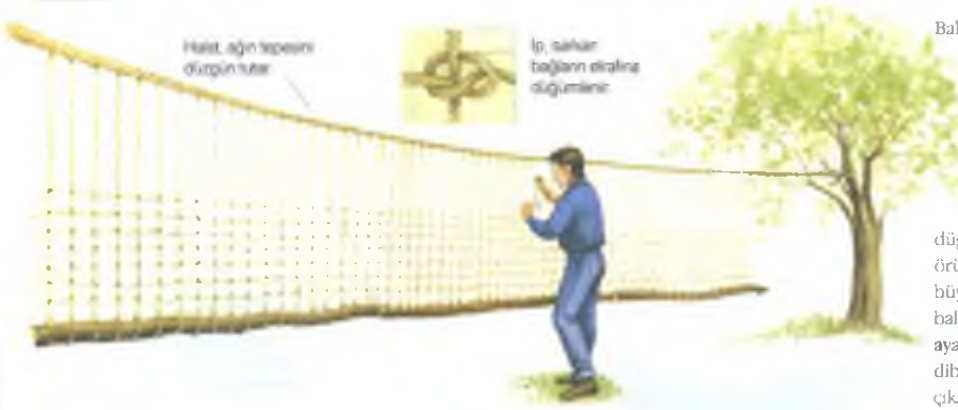


1 Çatallı bir dalın iki ucunu halka oluşacak şekilde birbirine bağlayın.

2 İp parçalarının bir ucunu halkanın bir kenarına, diğer ucunu karşı tarafına, ipler gevşekçe asılı sarkacak şekilde bağlayın.

3 Sarkan iplerin arasına başka ip parçaları örün. Böylece ağa benzer bir yapı elde edeceksiniz.

BALIK AĞI NASIL YAPILIR?



Balık ağları 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 sopaları 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.



Halka tuzağın dikmelerini tutar ve birbirlerinden ayrı durmalarını sağlar.

2 Bir dalın iki ucunu birbirine bağlayarak halka yapın.



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.



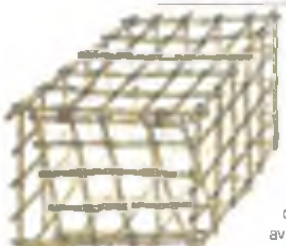
İpleri, dikmelere bağlayarak ağı oluşturun.

6 Yaptığınız huniyi tuzağın açık ağzına yerleştirin ve bağlayın. Dikmelerin üzerini iplerle örerek tuzağın yanlarını oluşturun.



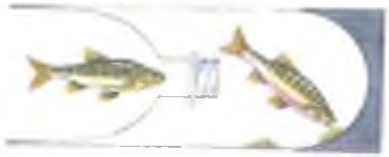
7 Tuzağın yanlarını ördüğünüzde balıklar içeri girebilecek ama dışarı çıkamayacaktır.

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 açılabilmelidir. 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?

Gece nehre akıntı oltası attığınızda 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.



2 Derenin tabanına yaklaşık bir metre arayla üç destek sütunu çakın. Sütunları akıntıya açı yapacak 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.

Duvarı akıntıya açı yapacak şekilde yapın



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 anlaşılabileceği 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 hapsolmuş olur. Ağ kıyıya çekilir ve balıklar toplanır.

Kıyıda Avlanmak
Sığ sularda balık sürüleri bu yöntemle avlanabilir.



KAYA DUVARI TUZAKLARI



Sular çekildiğinde balıklar tuzağa düşer



Tek Duvarlı Tuzak
Gelgitle dolan körfezlerde iri kaya parçalarından iki ucu kıyıya gelecek kavisli bir duvar yapabilirsiniz. Sular çekildiğinde balıklar 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 aşağı bir huni şekli oluşturun. Akıntı aşağı yüzerek gelen balıklar huninin ağzından geçmek zorunda kalacak ve oraya yerleştireceğiniz tuzağa gireceklerdir.

DALDIRMA AĞI NASIL KULLANILIR?



Balıkları yakalamak için ağı hazır tutun

1 Balıklar çamurlu suyu sevmezler çünkü çamurlu suyun içinde oksijen oranı düşüktür ve nefes almaları zorlaşır. Göletin dibini ayağınızla karıştırarak bulanmasını sağlayın. Balıklar daha rahat nefes almak için yüzeye çıkacaktır.

Dipteki çamuru ayağınızla kaldırın



2 Ağı suya yavaşça ve dikkatlice sokun, ancak balık ağa girdiğinde süratli bir hareketle çekin. Ağı sudan çıkardığınızda ağzını büzerek balığın dışarı atlamasına izin vermeyin.

Yüzeye çıkan balıklar ağla yakalanabilir

YEMLİ AĞ NASIL KULLANILIR?

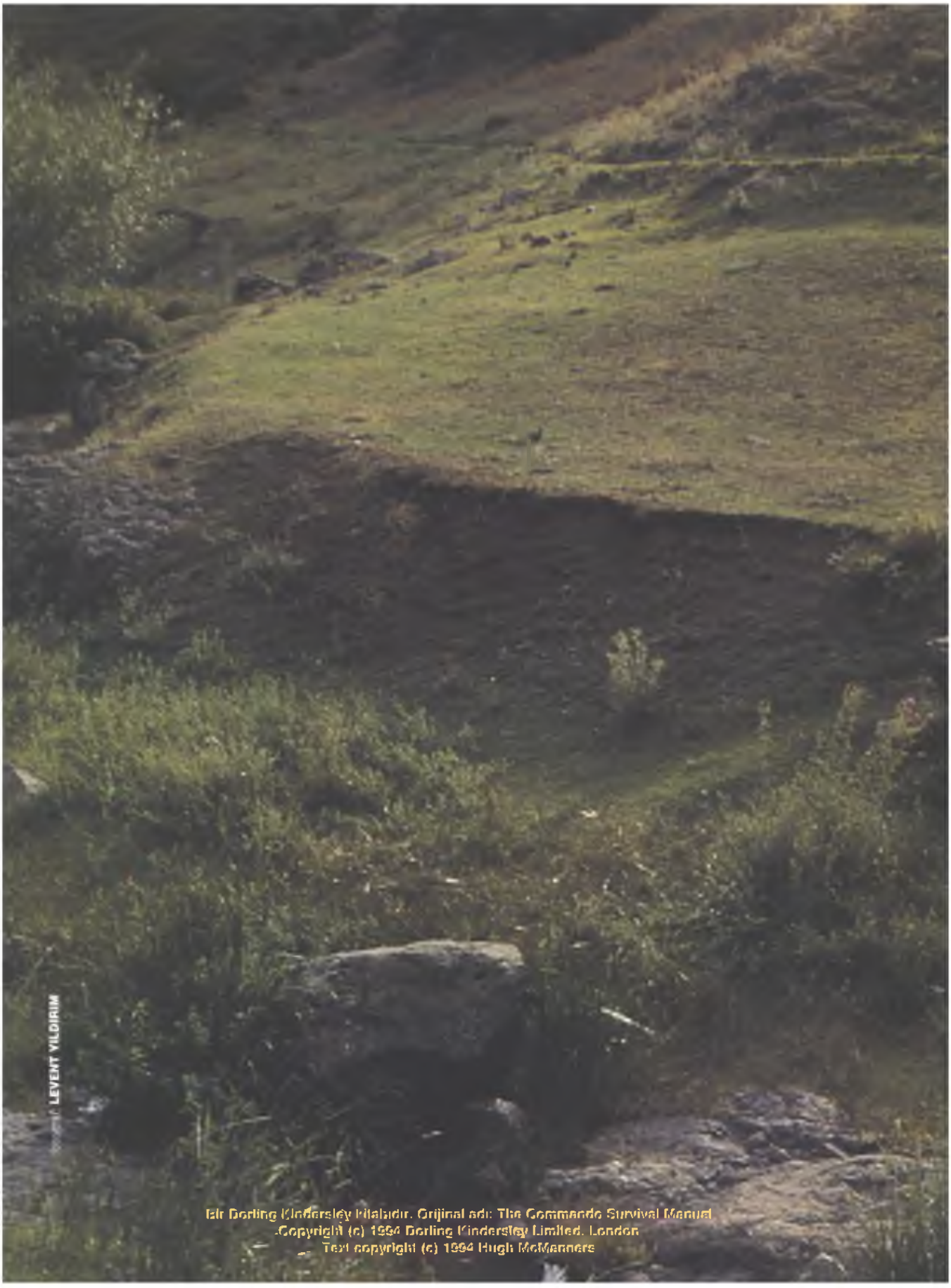
Bazı balıklar yemli ağ kullanılarak yakalanabilir. Atlet ya da çorabınızla yapacağınız ağın sapı olarak da çatallı bir dal kullanın. Ağın içine yem olarak hayvan pisliği ya da balık organları koyun ve suya daldırın.



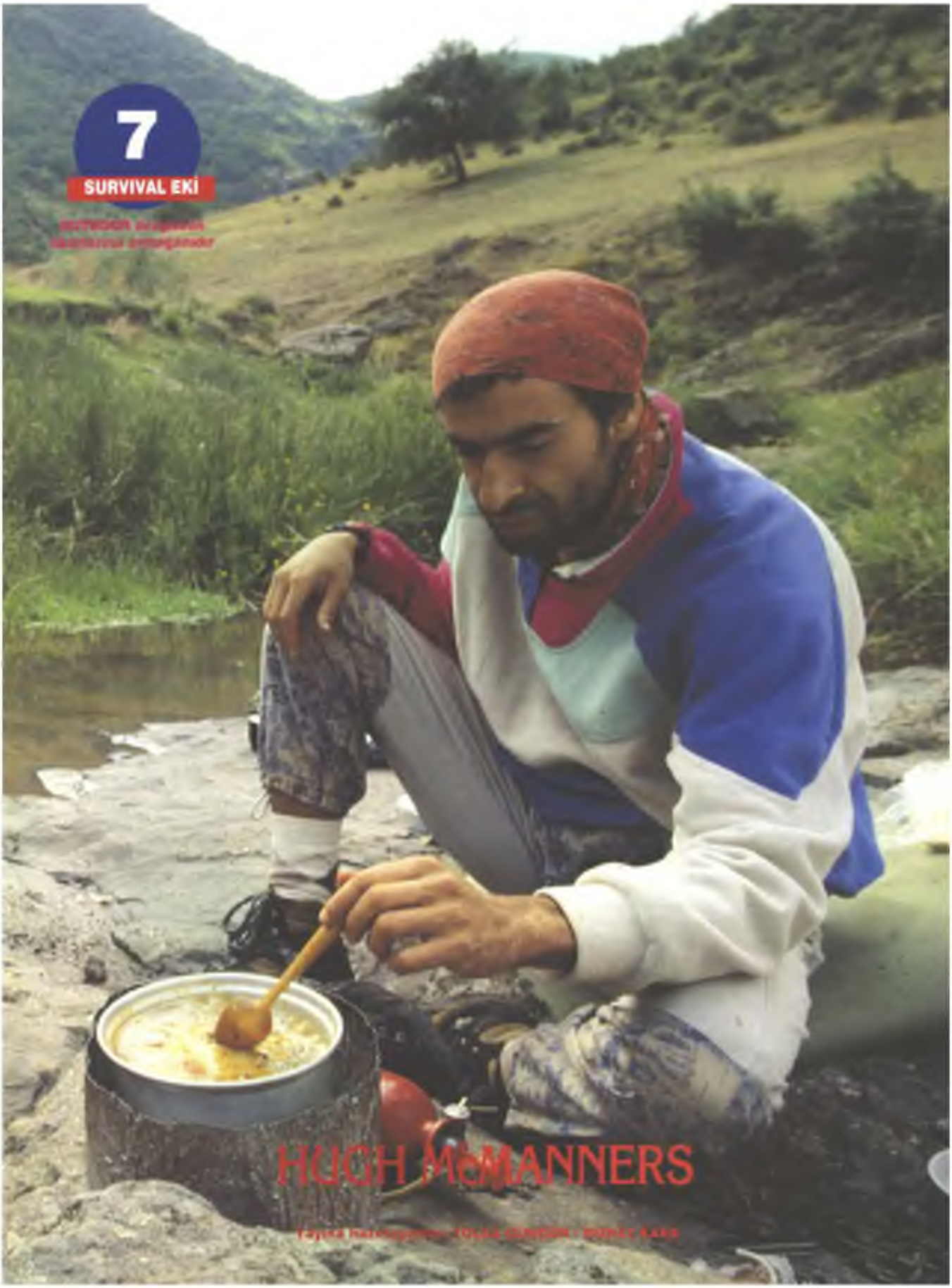
Yılanbalıklarını Yemlemek
Yem olarak hayvan pisliği ya da balık içorganları kullanarak yılanbalığı yakalamak mümkündür.

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.



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


7
SURVIVAL EKİ
HUGH McMANNERS

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, kılçığı 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 çıkarmak 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 için. Kuyruk kaslarını kesmemeye ve iç organlara zarar vermemeye dikkat edin.



3 İç organları dikkatle çıkarın. Balığın içini açarak bunları çıkardığınızdan emin olun. Balığın havyarını da yemek üzere saklayabilirsiniz. Daha sonra balığın içini ve dışını iyice yıkayın.



4 Kafayı, kuyruğu ve yüzgeçleri bıçağın ucuyla keserek çıkarın. Kılçıkları balığı pişirdikten sonra çıkarmak da mümkündür.



5 Omurgayı bıçağın ucuyla etten ayırın. Daha sonra yavaş ama sertçe çekerek tek parça halinde çıkarın. Eğer kılçıklar 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 Ayırın

Deriyi etten ayırın. Ayırdığınız deriyi bir elinizle sıkıca tutarak testere kullanır gibi elle derinin arasını kesin.

BALIK KIYIYA NASIL ALINIR?

BALIK ŞİŞ NASIL YAPILIR?

Balığı tuttuktan sonra hemen yemek en iyisidir. Avınızı 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 fırınlayabilirsiniz.



KÜÇÜK BALIKLAR NASIL PİŞİRİLİR?

Eğer tuttuğunuz balıklar 15 santimden küçükse filetosunu çıkarmadan kızartabilir, ızgara yapabilir ya da fırınlayabilirsiniz. İç organlarını temizledikten sonra yaş bir sopaya takın ve bir ateşin közleri üzerinde ızgara yapın. Tavada da kızartabilirsiniz. Kuyruk ve kafalarını kesmezseniz erin dağılmasını engellersiniz.



Balık Şiş
Küçük balıkların iç organlarını çıkarın ama kafayla kuyruğu kesmeyin. Balıkları bir sopadan yapacağınız şişe 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 yüzmek mümkündür.











MUTFAK MALZEMESİ

Kamplarda kullanılan temel mutfak malzemesi bir kase, üzerinde 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



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 tavalar 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 bulundurmalıdır.



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.

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

KİLDEN 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 oluşturacak tencerenin kenarlarını yapın.

3 İstenen yüksekliğe ulaştığınızda en üstteki çubuğu başparmağınızla düzleştirin.

4 Suyla kenarları düzeltin. Tencere kuruduğunda 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.

2 Bıçağın kayma ihtimalini gözönüne alarak yontma hareketini kendinizden uzağa doğru yapın. Kaşık, ağzınıza sığabilecek büyüklükte olmalıdır. Sapının ise çok dar olmasına gerek yok.

3 Kaşığın içini ovmak ve [illegible] için 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.

2 Yanan tahtanın kara[illegible] ovun ve tekrar kor [illegible]. Hafif hafif üfleyerek gerekli [illegible] yanmasını sağlayabilirsiniz.

3 Kasenin tamamlanmasına yakın, dibini çok incelitmemeye 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 yapacağınız 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 ateşle 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 yakıta uygun bir ocak seçin. Yakıt doldururken ocağınızın tamamen söndüğünden emin olun.

KAMP OCAKLARI



Mini Ocak
Bu son derece hafif ocak, bütan/propan yakıt karışımı yakar. Çok büyük tencereler için uygun değildir.



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 ağzının temizlenebilmesi için bir düzeneği vardır.



Çok Yakıtlı Ocak
Dünya çapında sık rastlanan ocaklardan olan bu model gazyağı, parafin hatta uçak yakıtıyla bile çalışır.

DİKKAT

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. Basınçlı gaz ocakları söndüklerinde en ufak kıvılcımla bile patlayabilecek bir gaz buharı oluşturur.



Basınçsız 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 ayrılabilecek şişeler olmalı, üzerlerinde delik ve çatlak bulunmamalıdır. Oluşabilecek kaçaklar yiyeceklerinizi bozabilir, giysilerinizin ve malzemenizin çürümesine sebep olabilir. Yanınıza alacağınız yakıt miktarını yolculuğa çıkmadan önce dikkatle belirlemeli ve yakıt taşıdığınız kapları nasıl atacağınızı hesaplamalısınız.



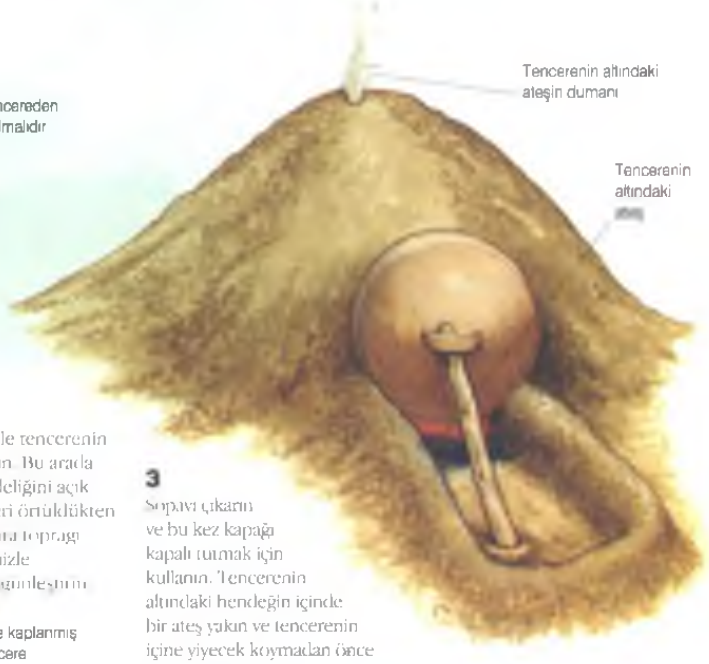
ÇAMUR FIRIN



1 Yaklaşık 20 santim derinliğinde dar bir hendek kazın. Hendekten daha geniş, kapaklı bir tencereyi hendeğin üzerine yerleştirin. Tencerenin arkasına uzun bir sopa saplayın.



2 Toprak ya da ıslak kille tencerenin üzerini tamamen kapatın. Bu arada sopayı oynatarak baca deliğini açık tutun. Tencerenin üzeri örtüldükten sonra toprağı elinizle düzgünleştirin.



3 Sopayı çıkarın ve bu kez kapağı kapalı tutmak için kullanın. Tencerenin altındaki hendeğin içinde bir ateş yakın ve tencerenin içine yiyecek koymadan önce ateşin kor haline gelmesini bekleyin.

BUHAR ÇUKURU

1 Açacağınız bir hendeğin üzerine sopalardan yapacağınız bir platformu yakın ve üzerine bir miktar taş koyun.



2 Platform tamamen yanıp taşlar aşağıya düştüğünde hendeğin içine bir sopa saplayın. Közleri süpürdükten sonra hendeğin içine ot döşeyin. Yine ot içine saracağınız yiyecekleri, yaptığınız ot örtüsünün üzerine yerleştirin.



3 Et sıcağın en yoğun olduğu orta kısıma 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 yemeğin 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 artıracağından 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

En 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 dalla bir "şiş" hazırlayabilirsiniz. Ateşin çok güçlenip asacağınız tencereyi sarmasını engelleyin. İşiniz bittiğinde bir sopa yardımıyla tencereyi iterek ateşten uzaklaştırın.



Olla 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 çatallarına 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.



SICAK TAŞ ÜZERİNDE YEMEK PİŞİRMEK



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 yakıktan 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. Tepeciğin kenarları daha soğuk olacaktır. Taşlar soğuyana kadar pişirme işlemine devam edebilirsiniz. Sovulmamış patatesleri taşların altına gömerek fırınlamak da mümkündür.

ÇAMUR İÇİNDE YEMEK PİŞİRMEK



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 edeceğiniz 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.

YEMEK PİŞİRME 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 yenebilir kılacaktır.

■ Eğer haşlama yapıyorsanız yemeğin suyunu da mutlaka içmelisiniz (Eğer zararlı maddelerden kurtulmak için kaynatmıyorsanız). Böylece yemeğin içerdiği tüm besleyici maddeleri almış olursunuz.

KÜLBASTI EKMEĞİ



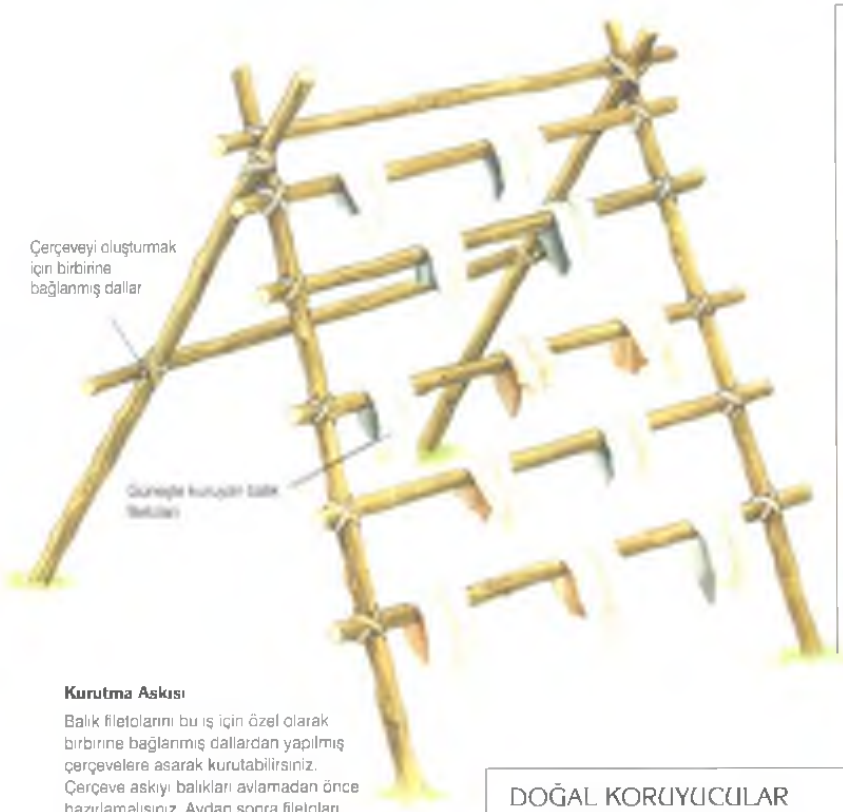
1 Avustralya'da kampçıların yaptığı bu lezzetli ekmeğin hazırlanışı çabuk ve kolaydır. Önce un ve su kullanarak şekil verebileceğiniz bir hamur hazırlayın ve uzun, kalın bir sosis şekli verin.

2 Hamuru bir sopanın etrafına sarın ve pişene kadar közlerin üzerine tutun. Ekmek 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 bulunduğunda toplanmalı ve kıtlık 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 fileto'ları 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.

DİĞER KURUTMA YÖNTEMLERİ

Doğal Kurutma

Sıcak ve kuru iklimlerde mantar ve bitkileri bir kayanın üzerine sererek, ot ve şifalı bitkileri de kökleri yukarı gelecek şekilde başaşağı asarak kurutabilirsiniz



Ateş Üzerinde Kurutma

Kurutmak için meyveyi dilimleyin ve bir şişe geçirerek ateşin üzerine koyun. Ateşin çok harlı yanmamasına ve meyveyi pişirmemesine dikkat edin.



DOĞAL KORUYUCULAR

Yiyecekleri korurken içlerindeki doğal maddeleri de saklamalısınız. Balığı tuzla ovarak, sebzeleri ise limon suyuna yatırarak veya toplama baharatlar katılmış suda kaynatarak koruyabilirsiniz. Tuzlanmış balık 11 derecelik sıcaklığa kadar bozulmadan durabilir.



TUZ TOPLAMA BAHARATLAR MİSKET LİMON 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 yaptığınız üçgenin üzerine daha küçük ve ince sopalar koyarak balığı tütsüleyeceğiniz ızgarayı oluşturun.

Yemek ızgarasının üzerine yerleştirilir



Desteklerin arasına koyacağınız 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 böğürtlen kurutup, 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 ortamdan 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

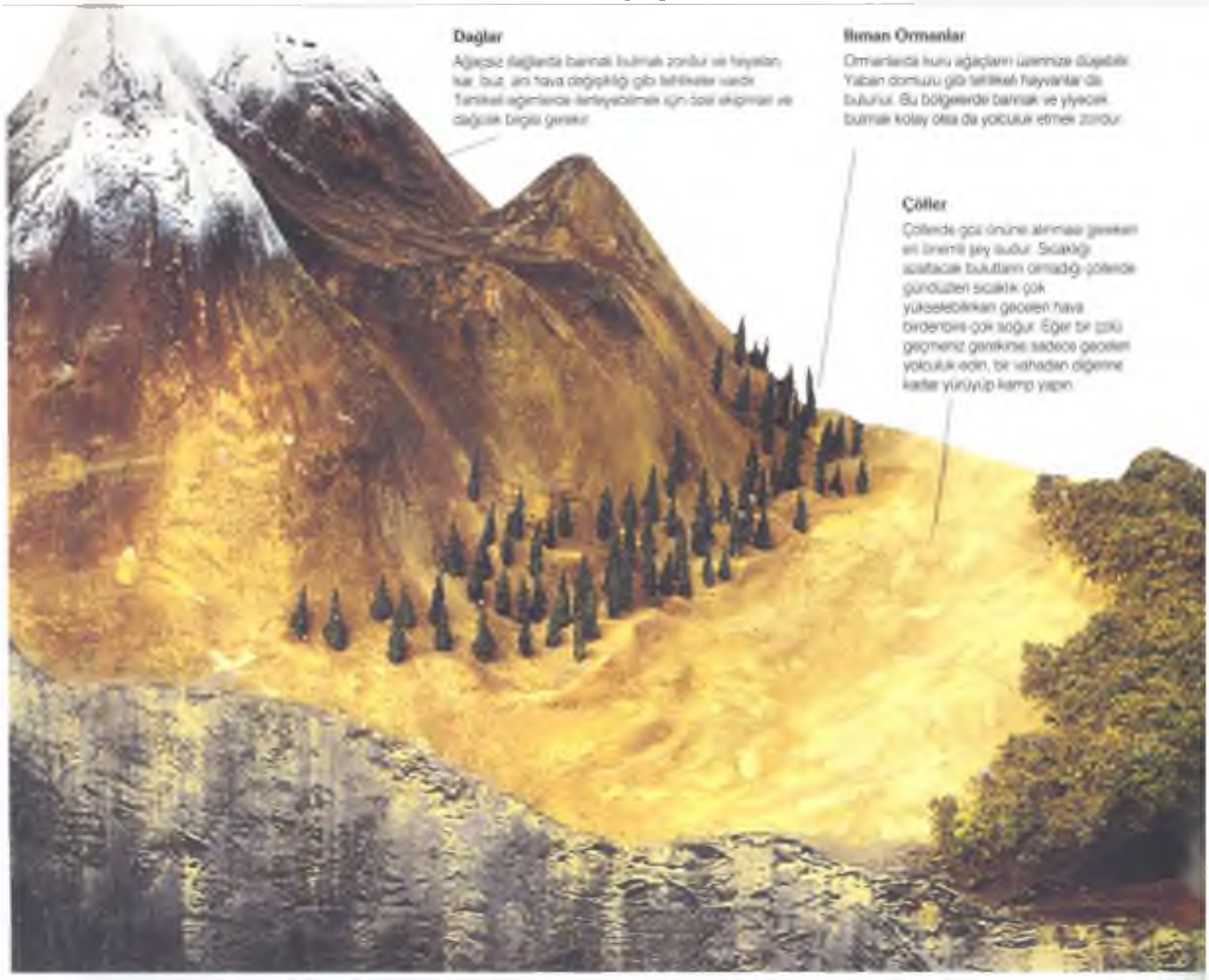
İyi planlanmış bir araştırma gezisinde bile yolculuk sizi ve yanınızdakileri belirsiz risklere sokabilir. Bir survival durumunda bu riskler iyice açığa çıkar. İyi hazırlanmış olmak ve sağlam bir plana göre hareket etmek önem kazanır. Eğer kurtarılmayı bekliyorsanız en iyisi yer değiştirmemektir. Ancak 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 heryerin kalın bir çamur tabakasıyla kaplanmasına sebep olur. Bu yüzden yiyecek bitki ya da yakacak kuru odun bulmanız veya bir barınak inşa etmeniz zorlaşabilir.

ARAZİ ÇEŞİTLERİ



Dağlar

Ağaçsız dağlarda barınak bulmak zordur ve heyelan, kar, buz, ani hava değişikliği gibi tehlikeler vardır. Tamikeli eğimlerde tırmanabilmek için özel ekipmanlar ve dağcılık bilgisi gerekir.

Ilıman Ormanlar

Ormanlarda kuru ağaçların üzerinize düşebilir. Yaban domuzu gibi tehlikeli hayvanlar da bulunur. Bu bölgelerde barınak ve yiyecek bulmak kolay olsa da yolculuk etmek zordur.

Çöller

Çöllerde gölge bulmak gerekir. 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 halde neler yapabileceğini kestirerek bir plan hazırlamalıdır. Liderlik özellikle bir ölüm kalım durumunun baskısı altında ve bazı kişilerle özel olarak ilgilenilmesi gerekiyorsa çok zordur.



Birlikte Çalışmak
Eğer herkes birarada kalır ve grubun hareketleri bir lider tarafından yönlendirilirse hayatta kalma şansı artar.

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.

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 arazıyi tarayın



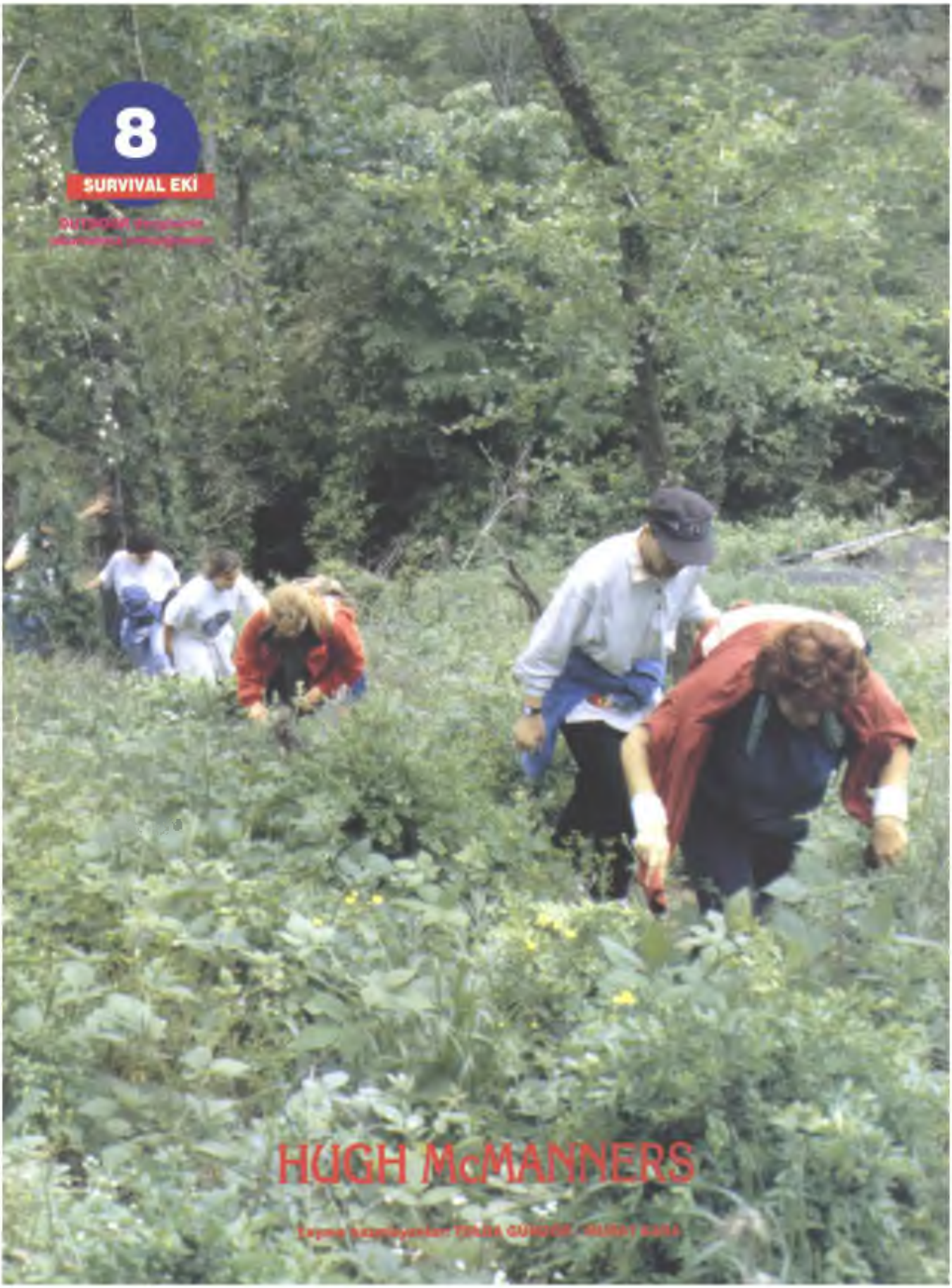
Nehirler
Nehirler tehlikelidir ve dikkat gerektirir. Bir nehri geçmek için devrik kütükler bulmanız ya da boyunuzu geçmeyen sığ ve dar kısımlar aramanız gerekebilir. Ayrıca nehirlerde timsah gibi tehlikeli hayvanlar da yaşar.

Cangıllar
Cangılların sıcağı 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.

Savanlar
Tropikal otlaklarda su göz önüne alınması gereken bir unsurdur. Ayrıca barınak 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 suların yükselmesine ve akıntı yönüne her zaman dikkat etmelisiniz. Ayrıca kumsallarda tehlikeli yaratıklarla da karşılaşabilirsiniz.



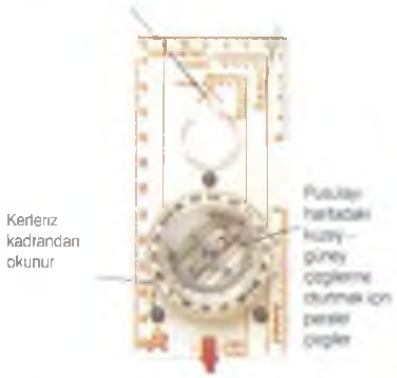

8
SURVIVAL EKİ
HUGH McMANNERS

YÖN BULMAK

Hayatta 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'ın temellerindendir. 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.



Silva Pusulası

Gönyeli pusulalarla, pusulayı hiç kıpırdatmadan haritada kerteriz ölçümü yapabilirsiniz. Bu şekilde ayrıca bir gönye taşımanıza ve aklınızdan hesap yapmanıza gerek kalmaz.

PUSULA NASIL YAPILIR?

Eğer manyetize edilmiş demir esaslı bir parça metal asılıp serbestçe sallandırılırsa 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 çok kullanmak yerine bir mıknatısa bu işi çok daha çabuk yaptırabilirsiniz.

1 Bir parça ipek kumaş alıp bir iğneyi hep aynı yöne doğru kumaşa sürterek manyetize edin. Bu şekilde iğneye statik elektrik yüklemiş olursunuz.



İğnenin kesenin içinde serbestçe yüzmesini sağlayın

2 Bir kaseye su doldurun ve içinde bir parça çerçeve vurdurun. İğneyi çerçevenin 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 batığı 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 Yarıküre

Akrebi güneşe çevirin. Akreple 12 arasındaki hayali çizgi güneyi gösterecektir



Güney Yarıküre

Güney yarıkürede 12'yi güneşe doğru tutun 12'yle akrep arasındaki hayali çizgi kuzeyi gösterir.

GÜNEŞ SAATİ

Yere bir sopa dikin. Sabah sopanın gölgesinin en ucunu işaretleyin (kuzey yarıkürede 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 Yarıküre

Büyükayıya bakarak kasenin 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 Yarıküre

Güney Haçı'nı kullanarak güneyi yaklaşık olarak belirleyebilirsiniz. Haçın kuyruğundan, uzunluğunun dörtbuçuk katı kadar hayali bir çizgi uzatın. Güney bu noktanın altındaki ufuktadır. Haçın altında bulunan iki parlak yıldız da doğru noktayı bulmanıza yardımcı olacaktır.

DOĞAL YÖN TABELALARI

Doğadaki yabanıl hayat, insanlarla karşılaştırıldığında, yeryüzünün 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

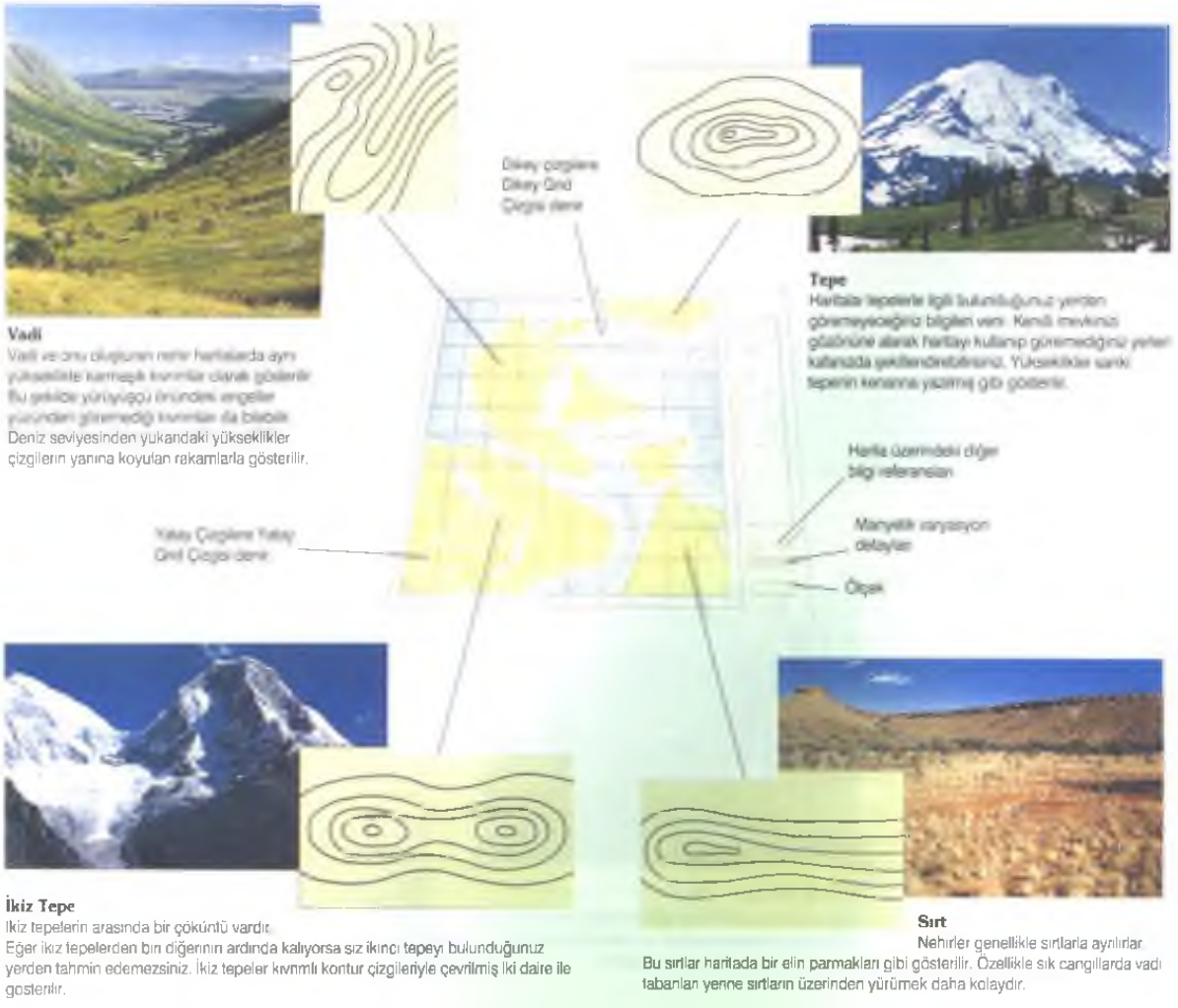
Bazı kuşlar temel yön bulma aleti olarak kullanılabilir. Örneğin bazı örücü kuş türleri yuvalarını ağaçların sadece batı tarafına yapar. Bu kuşların yaşadığı Güney Afrika gibi yerlerde yuvalar güvenilir yön göstergeleridir.

HARİTA KULLANIMI

Herbiri 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



Vadi
Vadi ve onu oluşturan nehir haritalarda aynı yükseklikte kenarşık kıvrımlar olarak gösterilir. Bu şekilde yürüyüşü önünüzde engeller yüzünden göremediğiniz kıvrımları da bilebilir. Deniz seviyesinden yukarıdaki yükseklikler çizgilerin yanına koyulan rakamlarla gösterilir.

Tepe
Haritada tepelerle ilgili bulunduğunuz yerden göremeyeceğiniz bilgiler vardır. Kendi mevkinizi gözönüne alarak haritayı kullanıp görmediğiniz yerleri kafanızda şekillendirebilirsiniz. Yükseklikler sanki tepenin kenarına yaslanmış gibi gösterilir.

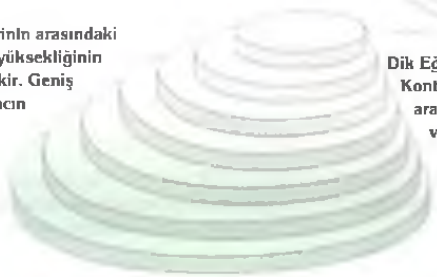
İkiz Tepe
İkiz tepelerin arasında bir çökürtü vardır. Eğer ikiz tepelerden biri diğerinin ardında kalıyorsa siz ikinci tepeyi bulunduğunuz yerden tahmin edemezsiniz. İkiz tepeler kıvrımlı kontur çizgileriyle çevrilmiş iki daire ile gösterilir.

Sırt
Nehirler genellikle sırtlarla ayrılırlar. Bu sırtlar haritada bir elin parmakları gibi gösterilir. Özellikle sık cangıllarda vadi tabanları yerine sırtların üzerinden yürümek daha kolaydır.

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, yamacın 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 yakınlaşıp tepeye doğru uzaklaşıyorsa eğim dışbükeydir.



İçbükey Eğim
İçbükey bir eğimin tepesini aşağıdan görmek mümkündür. Harita üzerinde kontur çizgileri etekte seyrek, dorukta sıktır.

KOORDİNAT ÇİZGİSİ BİLGİLERİ

Kılavuz çizgiler haritanın üzerindeki bir mevkiyi 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 gridin 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

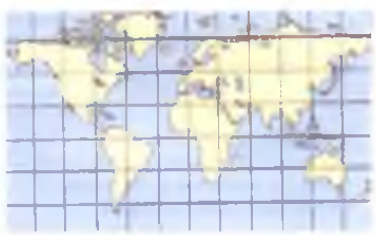
Kesin Mevkii
Yukarıda gördüğünüz metin altı rakamlı bir kılavuz çizgi bilgisi verir (045410). Eğer haritanızda bilgilendirme harfleri varsa, harfi rakamlardan önce koymalısınız.

HARİTA PROJEKSİYONLARI

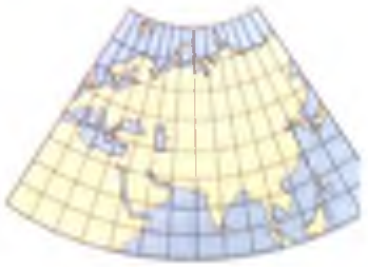
Haritalar düzensiz bir kürenin üzerindeki detayların hepsini mümkün olduğunca doğru bir şekilde göstermeyi amaçlar. Dünyayı bir silindir ya da koninin üzerinde göstermek bazı bozulma ve farklı görünmelere yol açar. Bu yüzden harita hazırlanırken bunlara karşı tedbir almak gerekir. Çoğu haritada gösterilen 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?

Tamamen 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 kurtarılabilmenizi 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 hesaplamanıza yarıyor. Hiçbir belirleyici noktası olmayan göl 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 kullanılabiliyor.



Uydu Bağlantısı
Yer istasyonları uydulardan gelen sinyalleri alır ve yansıtır. Bu sinyaller özel alıcılar tarafından alınarak navigasyon amaçlı kullanılır.

KENDİ HARİTANIZI KENDİNİZ YAPIN



1 Kılavuz çizgiler çizip herbiri bir kilometrekareyi sembolize eden kareler oluşturun. Tam ortaya da mevkinizi belirten bir X çizin.



2 İyi bir mihenk noktası bulun, bir unsura göre kerteriz alın ve tahmini uzaklığını belirleyin.



3 Seçtiğiniz kerterizi haritanıza kuzey güney doğrultusunda çizin. Tahmini mesafede unsuru belirleyin



4 İki unsurun daha kerterizini alın ve haritaya işleyin. Kerteriz çizgilerinin kesiştiği nokta mevkinizi gösterir

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 pozisyonundan aldığınız kerterizle kesişecektir. Bu şekilde unsuru haritanızda işaretleyebilir ve uzaklığını da gerçeğe en yakın olarak hesaplayabilirsiniz.



1 Bulunduğunuz yerle arazideki bir unsur arasındaki mesafeyi hazır bir harita ya da kendi yapacağınız harita üzerinde bulabilirsiniz. Eğer kılavuz çizgiler çizdiyseniz, oluşturduğunuz kareler tam olmalıdır. Önce bir unsurun kerterizini alın.



2 Belli bir mesafe boyunca kuzeye doksan derece açı yapacak şekilde yürüyün ve unsurun kerteriz açısı en az 30 derece olunca durun. Yeni pozisyonunuzu ve kerterizi işaretleyin. İki kerteriz çizgisinin kesiştiği yer tepenin mevkiini gösterecektir. Kılavuz çizgilerin oluşturduğu kareleri sayarak tepenin uzaklığını bulabilirsiniz

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.



Üç Kuzeyler
Pusulanın gösterdiği kuzey Manyetik Kuzey, haritada görülen kuzey Grid Kuzeyidir. Gerçek Kuzey ise astray coğrafi kutbun düştüğü yöndür. Manyetik varyasyon ise Grid kuzeyiyle Manyetik kuzeyin arasındaki farktır.

MEVKİ SAPTAMANIN PÜF NOKTALARI

- Altın kural: "Pusulanıza 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 kerteriz açısından başka size olan uzaklığını da bilmelisiniz. Bunu öğrenmek için pusulanızın kenarındaki cetveli ya da haritanın altındaki ölçeği kullanabilirsiniz. Bir kerterizde yürürken araziyi haritadan kontrol edin.



1 A noktasından B noktasına doğru kerteriz 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 kımıldatmadan kadranı çevirerek üzerindeki paralel kuzey güney çizgilerini haritanın grid çizgileriyle paralel hale getirin. Pusulanın kuzeyi gösteren (kırmızı) oku grid kuzeyiyle aynı doğrultuda olmalıdır. Böylece kerterizi (AB çizgisiyle Manyetik Kuzey arasındaki açı) pusulaya oturtmuş olursunuz.



Ok izlemeniz gereken kerterizi gösterir.

3 Haritayı kadrandaki kırmızı ok, manyetik kuzeyi gösterene kadar çevirin. Pusulanın arka tarafındaki ok şu anda belirlediğiniz kerterizi göstermeli.

5 Artık pusulayı elinizde tutup yön okunu izleyebilirsiniz. Kadranın üzerindeki kuzey göstergesiyle pusula iğnesini aynı hizada tutmaya dikkat edin. Bir kerterizi izlerken pusulayı her zaman yere paralel tutmalısınız.



Kadranla manyetik iğne aynı hizada olmalı

YÖN BULMA TEKNİKLERİ

Kırda 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.



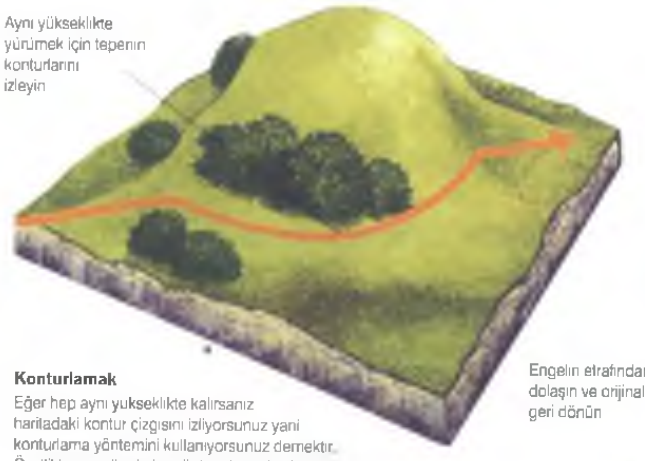
Dolaylı Ulaşmak

Pusulanız sizi bir kertenizin 10 ila 20 derece yakınına götürür. Bir kilometreden uzaktaki böylesi 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 derecesinde. Nehri izleyin ve tepe 250 dereceye düşünce o kertenizde 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 süratinizi çok daha iyi hesaplayabileceksiniz. Zor arazide, ağır yükle saatte dört kilometre çok iyi bir süratttir.



Etrafından Dolaşmak

Bataklık gibi büyük engeller haritalarda tam olarak gösterilmez. Bir engelin etrafından dolaşırken ya da konturlama yaparken pusulanızdaki kertenizi kaybetmeyin ve katettiğiniz mesafeyi ölçün. Böylece engeli aştığınızda orijinal kerterize dönmek için ne kadar yürümeniz gerektiğini bilirsiniz.

HAVA TAHMİNİ

Hava 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.

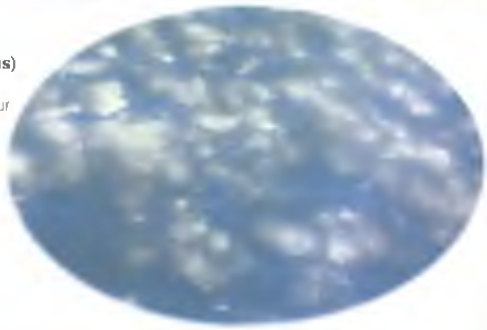


Karakatmanbulut (Kümülonimbüs)
Karakatmanbulutlar dolu, rüzgâr ve fırtına getirir. Bu kara, yoğun bulutlar gökyüzünde kule gibi yükselir ve fırtına esnasında şimşek de oluştururlar.



Kümebulut (Kümülüs)
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.

Yığınbulut (Stratokümülüs)
Yığınbulutlar bazen kümebulutların üzerinde oluşur ve kalın bir örtü oluşturur. Genellikle akşamüzeri hafif yağışlar getirirler.

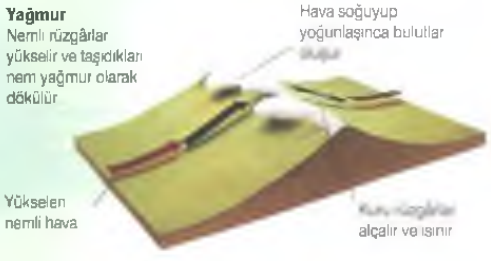




Tüybulut (Sirrus)
Tüybulutlar çok beyazdır ve tüye benzer. İyi havalarda, çok yüksekte oluşurlar. Yüksekte atmosfer çok soğuk olduğundan bu küçük bulutlar tamamen buz kristallerinden oluşur.

YERYÜZÜ HAVA DURUMUNU NASIL ETKİLER?

Nem yüklü rüzgârlar özellikle de deniz yönünden geliyorlarsa 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.



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 gruplar oluşturur ve daha güvenli alçak bolgelere inerler



Kızıl Gündoğumu
Gün doğarken gökyüzü kızarırsa havada çok fazla nem var demektir. Güneş bu durumda bulutlardan yansır. Bu genellikle bir fırtınanın yaklaştığına işarettir.

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 geldiğinin 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 romatizmaların 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 kuruysa 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	Yaprakli 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 ruzgâr	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	Kasırga	64+	Doğal felaket

Bofort Rüzgar Şiddeti Skalası
Hava durumundaki değişiklikler rüzgâr şiddetindeki değişikliklerden anlaşılabilir. Bofort Skalası'nı kullanırken rüzgânın hızı etraftaki belli başlı bazı nesneler üzerindeki etkisi gözlemlenerek belirlenir. Bu skalada rüzgâr hızı durgundan kasırgaya kadar 12 şiddete ayrılmıştır.

YOLCULUĞA HAZIRLANMA

Yolculuğa çıkmaya karar verdiğinizde herşeyi önceden hazırlamak iyidir. Malzemelerinizi yıkatın, tamir ettirin ve çantanıza yerleştirin. Geçeceğiniz araziyi iyice inceleyip rotanızı mümkün olduğunca kesin bir şekilde belirleyin. Ekstra su ve yiyecek bulundurun. Yol boyunca ve bir sonraki kampta işinize yarayacak herşeyi 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

Sırt 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 üste koyarsanız sırt 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 terkedebilirsiniz.



Organize Olmak
Eğer bütün ekipmanınızı her zaman aynı yerde bulundurursanız ve bu yeri dikkatli seçerseniz hiçbir şeyinizi kaybetmez ve gerektiğinde herşeyi rahatlıkla bulabilirsiniz



Sırt Çantası Nasıl Taşınır?
Sırt 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 sırt çantalarının mümkün olduğunca yüksekte taşınabilmesini sağlar

GÜNLÜK GEZİLER İÇİN ÇANTALAR

Kısa geziler için yiyecek, elbise ve acil durum malzemeleri bulunan küçük bir çanta almak büyük bir sırt 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.



BASİT BİR SIRT ÇANTASI YAPALIM



1 Çatallı bir dalı çatalından yaklaşık bir metre aşağıdan kesin ve üstünü temizleyin.



2 Dalı sembolik bir sopa olarak kullanacak iki ip ya da doğal bir dalı çatalın uçlarına bağlayın.



3 İplerin diğer ucunu dalın diğer tarafına bağlayın. Yaptığınız kayışların omuzlarınıza iyi oturmasına ama çok sıkı da olmamasına dikkat edin.



4 Malzemelerinizi büyükçe bir beze ya da suyu geçirmez bir pançoya sarın ve kayışların diğer tarafına gelecek şekilde çatalların üzerine mümkün olduğunca yukarı doğru bağlayın.



5 Bu çantayla oldukça ağır şeyler taşıyabilecekseniz de bezin içini çok fazla doldurmayın. İki omuz kayışını birbirine bağlayarak iplerin omzunuzu kesmesini engelleyebilirsiniz. Ayrıca kayışların altını bitki ve yapraklarla desteklemek de mümkündür.

TRAVOY YAPIMI



1 En az iki metre uzunluğunda iki tane düzgün dal kesin. Dalların üzerini temizleyerek yükü taşıyacak sopaların sıkıca bağlanabilmesini sağlayın.



2 Toplayacağınız eş uzunluktaki sopaları iki dalın arasına 10 ar santim arayla bağlayın.



3 Son sopayı dalın ucuna çok yakın bağlamayın. Travoy kullanıldıkça dalların ucu aşınacaktır. Son yatay sopayı dalın ucuna en az beş santim uzaklıkta tutturun.



4 Malzemelerinizi travoya iyice bağlayın. Yapacağınız travoyu kendiniz çekebilir ya da bir köpek ya da ata çektirebilirsiniz. Yükün sizin ya da hayvanın ayaklarına dolanmayacağından ya da ters dönmeyeceğinden emin olun.

YÜRÜYÜŞ

Bir ulaşım şekli olarak yürüyüş, özellikle eşya taşımak durumundaysanız şehirde yaptığınız 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 TEKNİKLER

Yavaş ve sağlam hareketlerle momentum, denge ve bacaklarınızın doğal olarak ileri gitmesini sağlayabilmek için kollarınızı sallayarak yürüyün. Sağlam ve sürekli bir tempo 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.



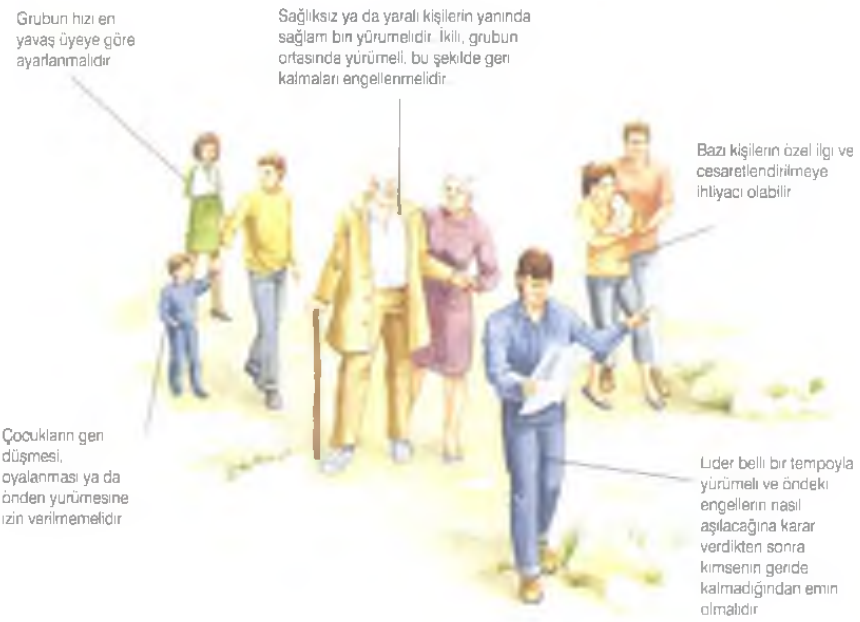
Yokuş Aşağı Yürüyüş
Yokuş aşağı yürürken hafifçe geriye doğru kaykılın ve adımlarınızı açın. Hızlı gitmeye çalışmayın. Yokuş aşağı yürümek, özellikle ağır bir çanta taşıyorsanız dizlerinize çok bindirecektir.



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 önden 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.



Birarada Kalmak
Özellikle survival durumlarında öncü ekip hariç grubun birarada yürümesi gerekir. Çocukların ya da yaralıların geri kalmasını engelleyin. Herkesin uyabileceği bir hızda ilerlemelisiniz.

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 yürünüyorsa düzenli olarak mola vermek önemlidir. Her mola için 10 dakika ayırın ama herkes mola yerine varıp oturmadan süreyi başlatmayın. Herkes dinlenirken öncüler keşif yapabilir.

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 siluetini 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.



YÜRÜYÜŞ TEHLİKELERİ

Vahşi doğada yürürken yaralanmalardan, böcek ya da yılan sokmalarına kadar birçok tehlikeyle karşı karşıya kalabilirsiniz. Örneğin Kuzey Amerika'nın orman ve otlaklarında ısırgan 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 uydurmalısınız. Diğer bir tehlike ise sıcak çarpmasıdır. Soğuk almamak şartıyla elbiselerinizin sizi yeterince serin tuttuğundan emin olmalısınız.



Eşekarısı
Eşekarısı (Vespa) türleri özellikle ılıman bölgelerde acı veren sokmalarıyla yürüyüşçüler için tehlikeli olabilir.

HUDSON KÖRFEZİ ÇANTASI

1 Eğer bir sırt çantanız yoksa kendinize uydurma bir çanta yapabilirsiniz. Malzemelerinizi bu çantanın içinde taşıyabilirsiniz. Önce sağlam bir bağlama noktası oluşturmak için bir yaygı bezinin ya da pançonun köşelerine birer taş sarın.



Pançonun köşesini taşın etrafına bağlayın



2 Malzemelerinizi pançonun içine düz bir hatta serip pançoyu dizdiğiniz malzemelerin etrafına sarın. Pançe elbiselerin etrafına sarıldıktan sonra kenarları içine tıkıştırın.



3 Yaptığınız bohçayı tüm malzemenizin pançonun içinde kalacağından ve eşyaların yolda düşmeyeceğinden emin olacak şekilde sıkıca bağlayın. Bir uçtan diğerine, kayış olarak kullanacağınız 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.


Sir Stirling Kindersley (Modern English with The Cavendish Survival Manual)
Copyright (c) 1994 Sterling Kindersley Limited, London
Text copyright (c) 1994 Hugo Middleton


9
SURVIVAL EKİ
HUGH McMANNERS

BUZ VE KARDA YÜRÜYÜŞ

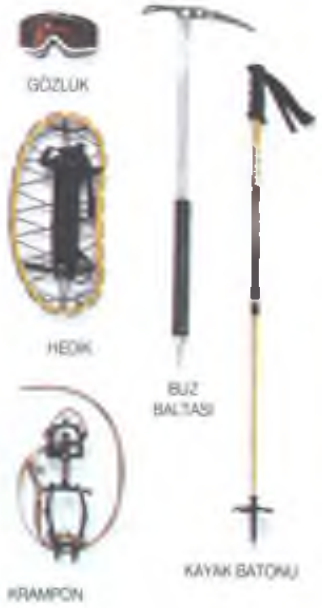
Kar ve buzda yürüyüşün tehlikeleri arazinin yapısı ve soğuğun insan vücuduna etkilerinden kaynaklanır. Üşümemek kutup bölgelerinde terlememekten daha önemli değildir. Yürür ya da çalışırken terlersiniz. Kutup arazisine uyum sağlayabilmek için son derece zinde olmak gereklidir. Bu arada doğru ekipmanı 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 GİYİM

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 yanığını 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 batmamanızı sağlar. Buzlu eğimleri tırmanırken buz baltası kullanmak gerekir. Kayak batonları ise dengenizi sağlamanıza yardımcı olur.





Kapşon
Kapşon yüzünüzü iyice kaplayacak şekilde olmalıdır. Ayrıca içine sıcak tutacak bir bere giymek gerekir.

Ceket
Giyilecek 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 Kazmasının Sapı
Buzlu eğimleri tırmanırken buz kazmanızın sapıyla basamaklar açabilirsiniz. Ayrıca kayıp düştüğünüzde kazmanızı fren yapmak ya da tutunmak için buza saplayabilirsiniz

Pantalon
Pantalon ya da salopetlerde (göğüse kadar çıkan askılı pantolon) rüzgâr geçirmeyen bir dış kat olmalıdır. Ayrıca pantalonun arka tarafında fermuar olursa, çıkarmadan doğal ihtiyaçlarınızı karşılayabilirsiniz

Buz Çekici
Buz çekici buz duvarlarına tırmanırken tırmanma kazıklarını çakmak için kullanılır.

Sıcak Kalmak
Soğuk iklimlerde giyeceğiniz elbiseler sıcak havayı tutmak ve vücudu yalıtabilmek için kat kat olmalıdır

Bot
Çadırın içinde ve kampta 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 bukülmesini sağlar.



3 Dalın iki ucunu birbirine tam oturacak şekilde vontun.



4 Bu uçları birbirine oturtup sıkıca bağlayın.





5 Bu sopaları ortasından birbirine bağlayın. Bu şekilden 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 hediğin tabanını örün.



8 Yaptığınız hediği bir ip yardımıyla botunuza bağlayın. Hedik vücudun ağırlığını ayağınızdan daha geniş bir alana yayarak batmasını 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 yürümektir. 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 yarık 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 köpekli 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 elbiseleriniz 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.

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 kızarır, su toplar ve ölür. Daha sonra da donan organ düşer.



Malzemeler sugeçirmez bir örtüye sarılarak çekçeğe bağlanır

İNSANIN EN İYİ DOSTU

Sert plastik sürtünme sağlar

Kızak sürücüsü ağırlığı bir ayağından diğerine bindirerek kızağın 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 kopek 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 kızağın sürücüsüdür.

RÜZGARIN SOĞUTMA ETKİSİ

Sürat	Sıcaklık (C)														
Durgun	-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

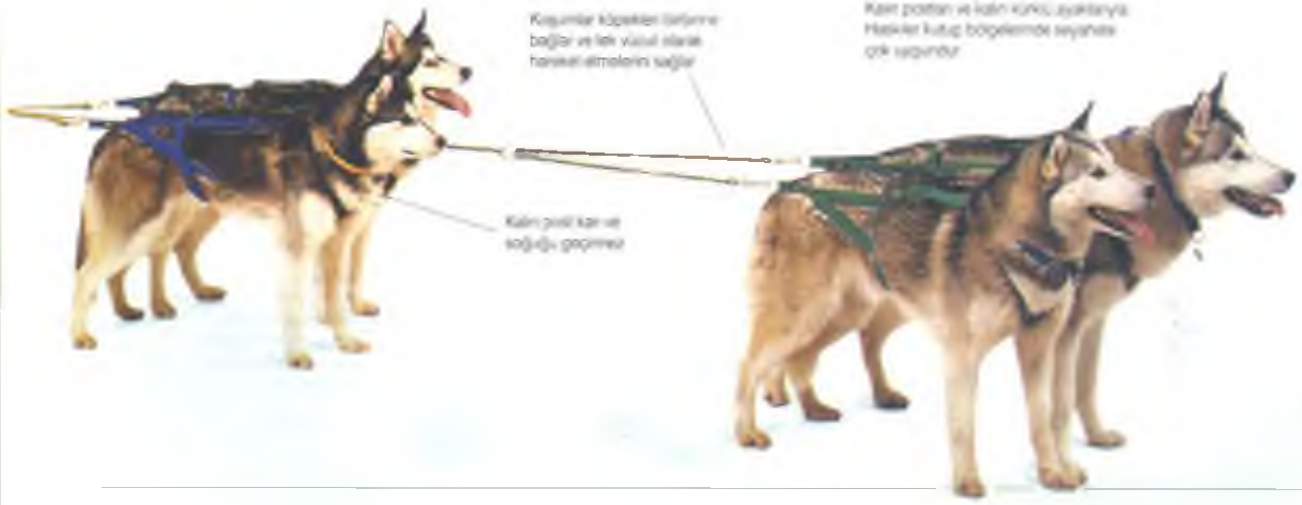
Son derece tehlike durum Açık havaya maruz kalan deri 30 saniye içinde donar

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





ÇÖL GEÇMEK

Çöller sürekli yerleşimi destekleyecek su kaynağı ve bitkisel yaşamdan yoksun olduğundan genellikle insansız bölgelerdir. Üç iklim bölgeleri olduklarından gündüzleri çok sıcak, sıcağı 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 GİYİNMEK

Çölde elbise seçerken amacınız vücut ısısını sabit tutmak olmalıdır. Giysiler gündüzleri vücudu sıcaktan korurken geceleri ısı aniden düşünce 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.



Şapka
Açık renkli, geniş kenarlı bir şapka sıcak güneş ışınlarını yansıtır ve geceleri başınızın üşümesini engeller.

Güneş Gözlüğü
Kalın filtreli güneş gözlükleri güneş körlüğünü engeller.

Pamuklu Gömlek
Hafif, pamuklu gömleğiniz uzun kollu olmalı ve kollarınızı güneşten korumalıdır. İçinize giyeceğiniz bir tişört terin buharlaşmasını kontrol eder ve serinlemenizi sağlar.

Ceket
Rüzgâr geçirmeyen ceket dikenli bitkiler, güneş, rüzgâr ve gece soğuğundan korur.

Kemer
Örgü ya da kanvas bir kemer içinize kum girmesini engellediği gibi acil durumlarda ilkyardım askısı olarak da kullanılabilir.

Eller
Güneş kremi sürerek ellerinizin yanmasını engelleyin.

Pamuklu Pantalon
Sıkı pamuklu kumaştan yapılmış pantalonunuz rüzgâr geçirmez olmalı ve bacaklarınızı güneşten, kumdan ve dikenli çalılardan korumalıdır.

Çöl Giysileri
Çölde giyilen elbiseler çok hafif olmalı, gözenekli ama dayanıklı malzemeler seçilmelidir. Gündüzleri güçlü ultraviyole ışınlarından ve güneşin sıcağından korunmanızı, geceleri ise sıcak kalmanızı sağlayacak elbiseler giymelisiniz.

Botlar
Çölde giyilen botlar kalın ve yalıtılmış olmalı, üstten ayakların nefes almasını sağlayabilmek için süet olmalıdır.

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 ayakkabılarınızı sarmanız da mümkündür.

Güneş Gözlüğü
Gözlerinizi her zaman korumalısınız. Bir filmden kaseceğiniz parçaya bıçakla yanıklar açarak ya da iğneyle delerek uydurma güneş gözlükleri yapabilirsiniz. Film parçasını bir iple başınızın arkasından tutturun.



ÇÖL TİPLERİ

Bir bölge yılda 25 santimden az yağmur alıyorsa çöl olarak nitelendirilir. Çöller mevki 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 çoller 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 çöller Kuzey ve Güney Amerika'da, Avustralya'da ve Asya'da bulunur.

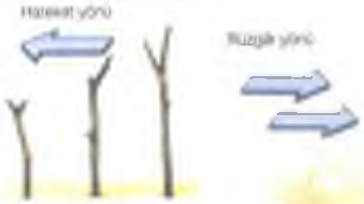


Kum Çölü
Geniş, sıcak ve kum tepeleriyle kaplı araziler kum çölü olarak bilinir. Avustralya, Kuzey Afrika ve Asya'da bulunur.



Ilıman Yarı - Çöl
Her tarafı odunsu çalılarla kaplı olsa da bu bölgeler otlakların oluşması için fazla kurudur. Ilıman yarı - 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. Yolculuğa devam etmeden önce fırtınanın tamamen dinmesini bekleyin.



ÇÖLDE SEYAHAT

Çölde karşılaşacağınız 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 bilseniz bile) pek kolay değildir.

Oydurma Gölgelik
İki taş kümesinin arasına gereceğiniz ipin üzerine bir survival battaniyesi ya da uyku tulumu örterek bir parça gölge yaratabilirsiniz. Kumu biraz kazarak örtünün altında biraz daha fazla yer kazanabilirsiniz.



KISITLI SUYLA ÇÖLDE SAĞ KALMA SÜRESİ

C	SUSUZ	2 LİTRE	10 LİTRE	F
Gölgede Dinlenirken				
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 cangıllar cennet bahçesi gibidir. Yiyecek boldur ve hiçbir mevsimde azalmaz. Gökten bol bol taze su yağar. Ancak cangıla alışık olmayanlar için ortam karanlık, nemli, gürültülü, yıldırıcı 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.



Şapka
Giyeceğiniz pamuklu şapkanın kenarı bitkilerin gözlerinize girmesini engelleyecek kadar geniş olmalıdır.

Sivrisinek Filesi
Sivrisinek filesi sivrisineklerin özellikle aktif olduğu şalak vakti takılmalıdır. Çok sıkı olduğu ve görüşü engellediği için hareket halindeyken kullanılmaz.

Önemli Aletler
Takımlarınızın en önemli parçalarını kaybetmemek için sağlam iplerle boynunuza asın. Hareket halindeyken boynunuza asılı duran aletleri gömleğinizin içine sokabilirsiniz.

Gömlek
Gömleğiniz pamuklu ve uzun kollu olmalıdır. Boynu korumak için kaldırıp iliklenebilecek bir yakası olması iyi olur.

Su Şişesi
Su şişesi son derece gereklidir. Kemerinize takın ve asla kaybetmeyin. Topladığınız suyu içmeden önce mutlaka suzun ve dezenfekte edin.

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.

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.

Pantalon
Pantalonlar pamuklu, sağlam ve hafif bir kumaştan yapılmalı ve paçaları lastikli olmalıdır.

Cangıl Malzemesi
Yoğun bitki örtüsünü yararak ilerlerken kollarınızı asla sıvamayın. Ellerinize, boynunuza ve yüzünüze böcek kovucu sürün. Ancak böcek kovucu maddeleri asla alnınıza sürmemelisiniz. Aksi halde terle karışan madde gözlerinize girebilir.

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.

CANGIL İLKYARDIM TAKIMI

En küçük kesiklerin bile mikrop kapmasını engellemelisiniz. Dikenli ve keskin çalılıkların içinde ilerlemeye çalışırken elleriniz mutlaka kesilecektir. Enfeksiyonu engellemenin en kolay yolu antibiyotik toz kullanmaktır. Palanızı kullanırken kendinizi yaralamamaya özen gösterin. Büyük yaraların 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 cangıla özel tedaviler için gerekli maddeleri de içerir.

CANGILDA NELERLE KARŞILAŞILIR?



Yeşil Örtü

Birinci derece cangıllarda 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 barınır.



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 cangıllar insanların tarla açmak için yaktıkları alanlarda büyüyen bitkilerden oluşur. Hasattan sonra terkedilen bu arazilerde güneşiği toprağa kadar inerek inanılmaz bir bitki gelişimi süreci başlatır. Bu çeşit cangıllarda yön belirlemek ve keşif çok zordur. Bitkilerin arasından bir yol açmak gerekir ve bu son derece yorucu bir iştir.



CANGILDA HAREKET

Birinci derece cangılları geçmek kolay olsa da ikinci derece cangıllar 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.

YAĞMUR ORMANINDA BİR GÜN

Ekvatora yaklaştıkça günler birbirinden farksızlaşır. Ekvator civarında gün doğumu ve batımı her gün aynı saattedir ve genellikle hava kararırken 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 yaranın mikrop kapmasına sebep olabilir. Önce ateş ya da böcek kovucu maddelerle sizi bırakmasını sağlayıp sonra çıkartın.



CANGILDA SEYAHATİN TEHLİKELERİ

Cangılın içinde vahşi hayvanlardan sıtma gibi hastalıklara kadar birçok tehlike kol gezer. Sürekli ıslaklık ayaklarımızda mantar oluşmasına sebep olabileceğinden devamlı pudra kullanmalısınız. Bot ve elbiselerinizi giymeden önce mutlaka ters çevirip sallayın; içlerine zehirli yılanlar ya da örümcekler girmiş olabilir. Sıtma aşısı olmayı asla ihmal etmeyin ve cangıla girmeden önce gerekli sıtma ilaçlarını mutlaka alın. Bolca böcek kaçıran sıvı kullanın ve geceleri mutlaka cibinlik kurun.



Ölümcül Düşman

Dişi anofel sivrisineği ölümcül sıtma virüsü taşır.

GÜVENLİ TIRMANIŞ

Sadece önünüzdeki engeli geçmenin başka bir yolu yoksa tırmanmalısınız. Ayrıca bu işi asla yalnız yapmayın. Eğer düşer ya da sıkışırsanız 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
Iki yanınızda dengenizi sağlamak için tutunabileceğiniz yerler olabilir. Bu gibi yerlere özellikle eğer kavramak için başparmağınızı da kullanabiliyorsanız tutunun.



El Sıkıştırma
Eğer tutunabileceğiniz bir yer yoksa elinizi yumruk yapıp bir yarığın içine sıkıştırarak kendinizi yukarı çekebilirsiniz.



Büyük Tutuş
Eğer tutunduğunuz yeri 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 bileğiniz kaya yüzeyine doksan derece açı yapacak şekilde ilerletebilirsiniz.



Büyük Cep
Kaya üzerindeki büyük deliklere "cep" denir ve bu gibi deliklere ayağınızı basabilirsiniz. Dengenizi ağırlığınız el ve ayaklarınıza eşit olarak dağılacak şekilde ayarlamalısınız.



Ortaboy Blok
Bir çıkıntıya bastığınızda tabanınızın tamamını yerleştirmeye çalışın. Ancak çıkıntı ayağınızın yarısını 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

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 kaslarınıza fazla güvenmeyin

Yumuşak hareketlerle ilerleyin ve yaptığınız hamleyi başaramazsanız eski pozisyonunuza geri dönün

Fazla esnemeyi engellemek için mümkün olduğunca küçük hareketler yapın



İniş
Aşağı inmek doğal değilmiş gibi gelen hareketlerle yapılır ve tutunacak yerleri görmek daha zordur. Az eğimli yerlerde zemine arkanızı dönerek inebilirsiniz. Eğim artıkça yüzünüz kayaya bakana kadar yana doğru dönün. Tutunacak yerlere bakın

ayağınızla hissetmeye çalışmayın

Gidecek yeriniz kalmazsa tutunacak yerleri yukarıda ve iki yanda arayın

Ayağınızı koyacağınız yerlere dikkatlice basın. Ağırlığınızı taşımayabilir. Böylesi durumlarda eski pozisyona geri dönmeniz gerekir

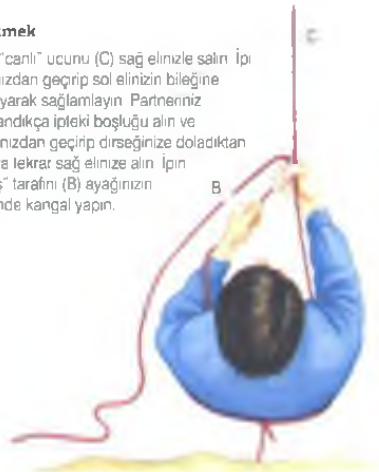
Ayağınızı bir yere yerleştirdiğinizde parmaklarınızda durmayın, topuğunuzu aşağıya doğru itin

İP VERMEK

Tırmanmakta olan birinin düşmesini engellemek için halatla destek olmak gerekebilir. Önce başlama noktasında bir yerde kendinizi sağlama alın. Aşağıya inen birine destek olmak için ya da tırmanmakta olan partnerinizin yükselirken daha fazla ipe ihtiyacı olursa ipi aşağıda gösterildiği gibi salın.

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 kangal yapın.



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.



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 tutunun.

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 taraf sol elinizle tutun. Düz durarak kayadan aşağıya geri geri yürürken ipi yavaş yavaş bırakarak kaymasına izin verin.

Halatla İniş

Sırtınızı sağ elinizle ayarlayın.



ÇOK KADEMELİ TIRMANIŞLAR

İpinizin uzunluğundan fazla olan kaya yüzeylerine çıkmak için uygun yerlerde durup ekibin geri kalanına ip vererek yanınıza gelmelerini sağlamalı. çok kademeli tırmanış teknikleri kullanmalısınız.

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.



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.



ACİL DURUM TIRMANIŞI

En 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.



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.



2 Yüz ve göğsünüzü kaya yüzeyine mümkün olduğunca yakın tutarak ağırlığınızı bir dirseğin üzerine verin. Bir ayağınızı setin üzerine atın.



3 Ellerinizle kayayı itin ve dizinizi de setin üzerine atın. Kendinizi yavaşça setin üzerine çekin.

PRUSİK DÜĞÜM NASIL ATILIR?

Prusik düğüm yük bindiğinde sıkılaşan 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.

KARABİNALAR

Karabinalar halat birleştirmek ya da malzeme takmak için kullanılan eklemlerdir. Yaylı karabinalar daha çabuk açılsa ve kilitli karabinadan daha kolay takılsa da kilitli karabinalar özellikle ip verme, halatla iniş gibi durumlar için daha güvenilirdir.



Kilitli Karabina
Ip verme ve halatla inme gibi çok güvenli bağlantılar gerektiren durumlarda her zaman kilitli karabina kullanın

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 emniyeti 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

2 Tırmanmak için bacaklarınıza kuvvet verip doğrulun ve bacağınızı düzleştirin. Üstteki düğümü (A) kaydırmak için sabit halatı aşağıya doğru çekin. Düğümü bükerek gevşetin ve erişebileceğiniz kadar yukarıya çıkartın.

Ayağınızın etrafındaki halka ağırlığınızı çeker



Dengenizi sağlamak için kaya yüzeyine dayanın

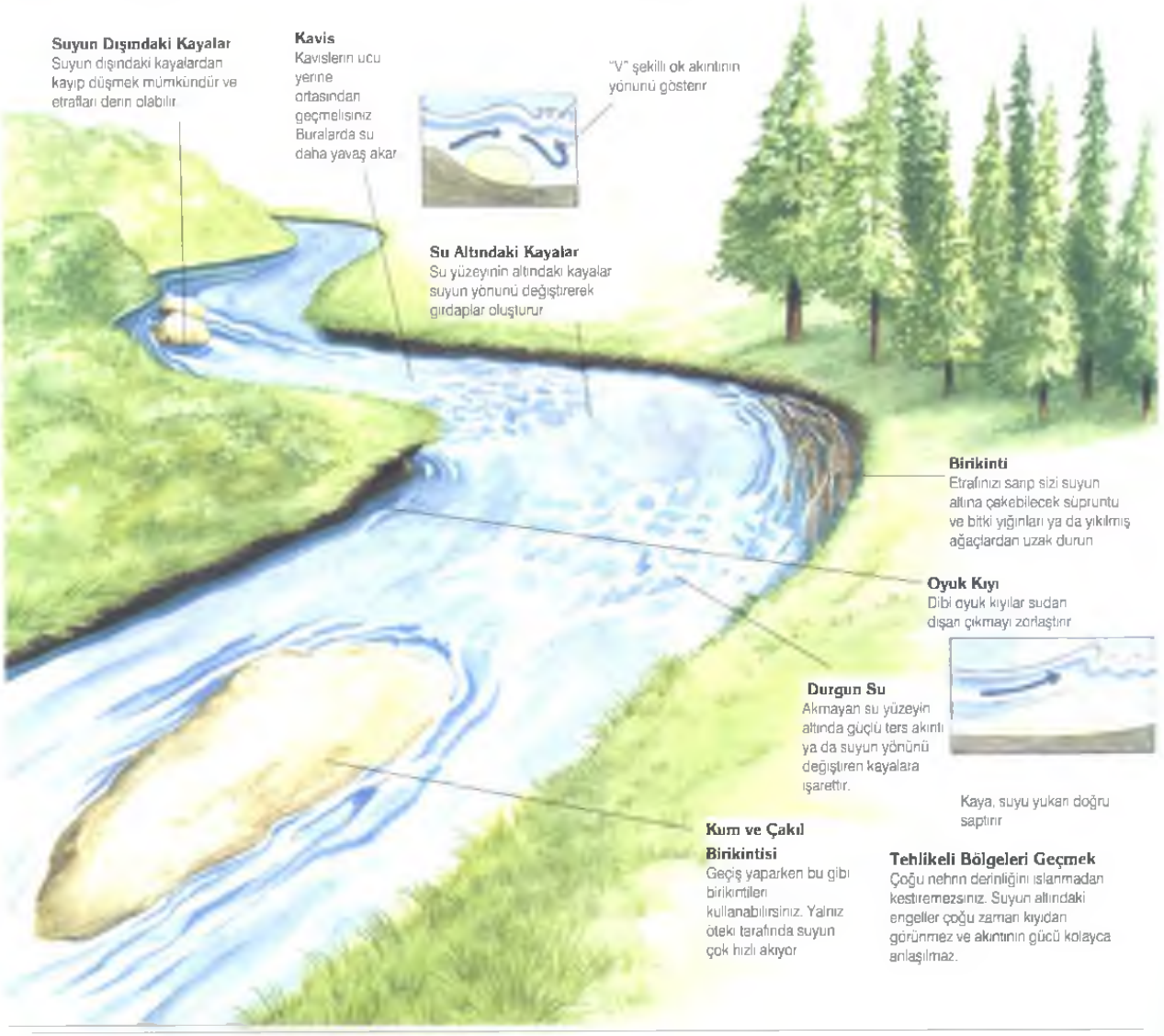
3 Yavaşça oturma pozisyonuna geçin ve ağırlığınızı, yaptığınız kemerdeki çifte denizci düğümüne bindirin. Sabit halatın aşağıdaki düğümün (B) altında kalan kısmını sabitleyerek düğümü yukarı itin. Şimdi tekrar yukarı doğru hareket etmek için doğrulun.

SU NASIL GEÇİLİR?

Nehir ve dereler dar, sığ ve süratli aktıkları kaynaklarından, geniş, derin ve yavaş aktıkları deltalara kadar binbir tehlikeyle doludur. Su sakin ve yavaş akıyormuş, sığ 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 güvenle 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.



Yalnız Geçiş
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 dengenizi bozmasına engel olun.



Kıvrak 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 sığ, hızlı akan suları geçmek için idealdir.



Halay Geçişi
Birçok kişi aynı anda bir sıra oluşturarak, en güçlü olan kişi, akıntı yukarıda kalacak şekilde geçiş yapabilir. Diğerleri dengeyi korur ve düşen olursa kaldırır. Lider nereden geçileceğine karar verir ve ilk hareketleri yapar. Diğerleri kollarını birleştirir. En güçsüz 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. Geçişi yapmanıza yardımcı olacak bir tulum yapın. Suya girmeden önce karşı kıyıda rahatlıkla çıkabileceğiniz bir nokta belirleyin.



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 tutunun. Ayaklarınızı çırparak ilerleyin.

HİPOTERMİ (Donma)

Suya girmeden önce ayakkabılarınız hariç bütün elbiselerinizi çıkarın. Su ya da rüzgâr geçirmez elbiseleriniz varsa bir miktar koruma sağlamaları için giyebilirsiniz. Soğuk uyuşukluk hissetmenize sebep olabilir. Geçişi tamamlar tamamlamaz 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 ısıtılmazsa 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 EKİ
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 kullanmalı ama ipin boştaki ucunun sudaki halatlara dolaşmamasına dikkat etmelisiniz.



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.



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 ıslanmamaları 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 kıyıdaki ucu kısa sopalarla sabitlenmiş başka bir kütüğe dayanmalıdır.



2 İlk kütük yerleştirildikten sonra ikinci bir kütüğü ilkinin üzerinden kaydırarak karşı tarafa geçirin. Bunu yaparken ikinciyi 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 altlarına kısa bir kütük yerleştirin. Kütüklerin etrafına kaymalarını engellemek için kısa sopalar çakmalısınız.



4 Üçüncü bir kütüğü daha karşıya kaydırın. Kütüklerin işe başladığınız 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





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 açıp 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 uzanır ve size bir dal uzatarak çekip çıkarır. Bu durumda da paniğe kapılmamak ve debelenmemek önemlidir. Hızlı hareketler yüzeyi karıştıracağından yavaş hareket ettiğiniz zamandan daha hızlı batarsınız. Sırt çantanızın üzerine yatarsanız ağırlığınızı yüzeye yayabilir ve böylece daha fazla gömülmeyi 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 çözmenin 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 sekilde düşeceği yeri de belirleyebilirsiniz. Eğer mümkünse salı derin sulara çıkarmadan önce sığ 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 iskelenin 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 görecektir. 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. Düğümleri üst tarafa atarsanız sal suüstündeyken de kontrol edebilir, gerektiğinde sıkılayabilirsiniz.



9 Çerçeve kütükleri, güverteyi oluşturan kütüklerin en dıştakinin iki tarafından kaya düğümüyle birbirine bağlayın.



10 Bağların sağlam ve iyi düğümlenmiş olduğundan emin olun. Eğer zamanınız varsa bütün kütüklerin etrafına benzer bağlar bağlayabilirsiniz.



11 İki sopayı birbirine bağlayarak çaprazlayın. Aracığınız 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 manevralandırmanı zı 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 mafsal ve küreğin kırılmasını engellemek için kütüklerin arasından çıkartın. Dümeni, salı suya indirdikten sonra takabilirsiniz. Sal sizi ve eşyalarınızı akıntı aşağı ya da karşı kıyıya güvenle taşıyabilecek büyüklükte olmalıdır. Salı yüklemeden önce yüzdüğünden emin olun.

SALLAR VE RAFTING

■ Salın güvertesini yapmak için ahşap yerine bambu kamışları kullanmak da mümkündür. Ancak tek kat kamış büyük olasılıkla ağırlığınızı taşımayacağından iki tanesini birbirine bağlayarak kullanın. Kamışları yanlarına açacağınız deliklerden geçireceğiniz ince sarmaşıklarla birbirine bağlayarak bu sarmaşıkları örerseniz bambuları 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 çarpmamaya dikkat edin. Sal parçalanmasa bile bağlar kopar ya da gevşeyebilir.

SAL VE TEKNE KULLANIMI

Eldeğmemiş 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 sularda 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 sularda 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

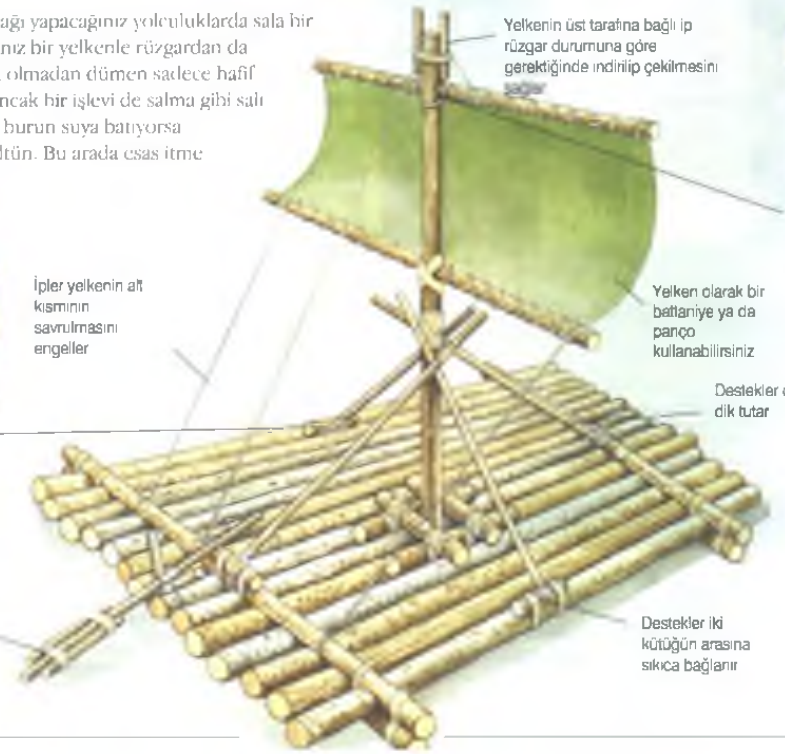
Düz bir nehirde akıntı aşağı yapacağınız yolculuklarda sala bir direk dikebilir ve açacağınız bir yelkenle rüzgardan da faydalanabilirsiniz. Salma olmadan dümen sadece hafif rüzgarda yön verebilir. Ancak bir işlevi de salma gibi salı dengede tutmaktır. Eğer burun suya batıyorsa yelkenin boyutunu küçültün. 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 dümen işlevi görür



Yelkenin üst tarafına bağlı ip rüzgar durumuna göre gerektiğinde indirilip çekilmesini sağlar

Yelken olarak bir battaniye ya da pançó kullanabilirsiniz

Destekler direği dik tutar

Destekler iki kütüğün arasına sıkıca bağlanır



Yelkenin üst kısmını oluşturan dala açılan çentik direk boyunca rahatça kaymasını sağlar

Direk ve Yelken
Dört kısa kütüğün arasına dikeceğiniz direği sala sıkıca bağlayın. Direği direğe ve sala sıkıcı bağlanmış sopalarla destekleyin. Sugeçirmez bir pançó ya da battaniye kullanarak yelkeninizi hazırlayın.

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 sularda 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. Yarımküre 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 sularda 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 kaldıracağından buruna koyulacak yükle denge sağlanmalıdır. Pervane şaftının uzun olması su çizgisinin yükselmesine sebep olabilir.





Kayak

Eskimolar'ın geleneksel teknesi olan kayak hızlı akan tehlikeli sularda kullanılabilen sağlam modern kanoların alasıdır. Bu teknelerin yapımında kullanılan deri ya da kumaş, fiberglas kadar sağlam olmasa da hafif olduğundan rapidlerde sudan çıkıp botu karadan taşımayı mümkün kılar. Kayak kullanırken, özellikle de yük taşıyorsanız veya tehlikeli sulardaysanız kürek çekmek zordur. Salması olmayan kayaklar çok çabuk alabora olur.

TEKNE ÜZERİNE İPUÇLARI

- Can yeleğinizi asla çıkarmayın. Can yeleğiniz yoksa cebinize boş su şişeleri koyabilirsiniz.
- Bütün malzemelerinizi teknenize bağlayın.
- Teknenizi 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 yontuğunuz kenara bağlayın. Bu iki dal küreğin palasını oluşturacaktır.



3 İki dalın arasına üçüncü bir dal daha sokup yontuğunuz uca saplayın.



Küreğin Son Hali
Kürek islandıktan sonra tekrar bağlamanız gerekebilir. Islanan ipler gevşerse küreğiniz bozulacağından dikkatli olun

ARAÇ KULLANIMI

Yol 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 yüke oranının yüksek olması ve diğer modifikasyonlar aracın kötü arazide daha kolay ilerlemesini sağlar. Ancak bir taraftan da yakıt tüketimini arttırır 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.

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 yükleme boşaltma işlerini kolaylaştıracağı gibi aracın tavanını gözetleme, film çekme, güvenlik hatta sıcak topraktan uzakta, serin bir dinlenme yeri olarak kullanmanıza yardımcı olur.



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.

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

Engebeli 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. Aracının 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 bulunduğunuz 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 Geçişi
Yavaşça ama durmadan geçin. Su geçiş tapalarını takmış ve aksların hava girişlerini tıkamış olmanız gerekli. 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 Geçişi
Kumlu zemin sert ve düz yüzeylerden, yumuşak, derin kum tepelerine kadar değişiklik gösterebilir. Kumun içinde karterı 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 kazdığınız çukurların kenarına eğimler kazarak aracı yavaşça eğim yukarı sürün. Motorun devrini fazla arttırmamalısınız. Aksi halde patinaja kalır ve daha derine gömülürsünüz.



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

VINÇLEME

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.



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 kullanılabilecek 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, kontrolu zor hayvanlardır.



Fil

Filler son derece güçlü olmalarına rağmen oldukça yavaş yürüdüklerinden yük taşımak için hiçbir zaman ilk tercih olmamalıdır. Özel gereksinimleri vardır ve sürücüleri 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 de 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 davranmasanız 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 eğerlenmeden 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 ısırıklarını 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 yüklemeden ya da eğerlemeden önce poslunu fırçalayın

Tımar

Hayvanları düzenli olarak tımarlayın ve tımarı yaparken yaraları, 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 kullanılabilse de devamlı olarak gerekli bakımların yapılması gerekir. Motosiklet doğru yüklenmeli ve yükleme yapılırken denge ve ağırlık gözönüne alınmalıdır. Yedek parça ve aletler yükünüzü artırsa da motora her gün bakım yapmak gereklidir.



Yakıt deposunun üzerine koyduğunuz yükün üzeri yumuşak olmalıdır ki göğsünüzü dayayabilin

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

En ağır yükleri arka lastiğin üzerine koyun

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

MOTOSİKLET ÜZERİNE İPUÇLARI

Hava soğutmalı motosikletler düşük sürətlerde 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 taşınamayacak 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 herşeyi giyebilirsiniz. Ancak en azından pantolonun paçalarını çorabınızın içine sokun ki zincire takılmasın. Her zaman kask ve gözlük takın.



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

Rüzgar geçirmez bir ceket giyin ve durduğunuz zamanlar için el altında bir kazak bulundurun

Ayağınıza spor ayakkabısı, yürüyüş botu ya da pedal takacaklarına takılan özel bisiklet ayakkabısı giyebilirsiniz

Tekerlekler özellikle taşıdığınız yük ağırsa eğilebilir

Tozluklar pantalon paçalarının zincire takılmasını ve otlara takılıp yırtılmasını engeller

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 hadar 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 iştir. 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 salları ve sandallarıyla tecbiz edilmiştir. Bu araçlar basit şişme bir bottan içinde oturacak yerleri, acil durum ekipmanı ve yiyecek bulunanlara 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 ağzınızı kapayın ve burnunuzu tıkayın. Boşta kalan elinizle omzunuzdan tutun. Böylece ağzınızdaki 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 sibobtan 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 SUDSTÜNDE 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 karnınızda saklamak için kollarınızı kavuşturun.



Kucaklaşmak

Eğer grup halindeyseniz çocukları ortaya alarak mümkün olduğunca sıkıca birbirinize sarılın. En ideali göğüslerinizin birbirine değmesidir. Kimsenin uyumasına izin vermeyin.

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 kalamıyorsanız ve dalgalar başınızın 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 Yüzmenize tekrar suya vurun. Bu arada ağzınız kapalı ve kollarınız ileri doğru uzanmış olsun. Bacaklarınız arkanızda serbest olarak yüzsün. Tekrar nefes alma ihtiyacı duyana kadar böyle kalın.

SUÜSTÜNDE 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 ısınızı 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

Yüzebilseniz 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 dişlerinizle 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.



3 Başınızı pantolonun bacaklarının arasından geçirin. Beli suyun altından kendinize bastırın. Pantolon söndükçe tekrar şişirin.

DİKKAT

Suyun içinde olsanız ve kurtarılmanız mümkün görünmese de sakin olun ve paniğe kapılmayın. Hayatta kalabilmek için iyi düşünebilmeniz 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 taşımalıdır. Çocuklar, yaşlılar ve yaralılar salın ortasına konmalıdır. Sıcak sularda salda çok insan varsa, durumu iyi olanlar salın kenarlarına asılabilir. Bu kişiler düzenli bir şekilde saldakilerle yer değiştirmelidir. Tüm stok ve ekipmanı naylon 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 paylaştırın.

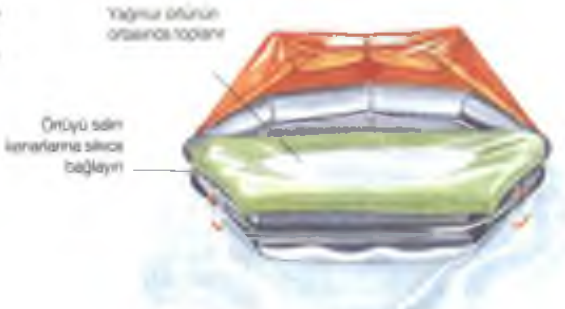


Köpekbalığı
Dünya üzerinde yüzlerce köpekbalığı cinsi vardır ve bunların bazıları insan için tehlikeli olabilir. Suyun içinde yaptığınız çırpınmalar ve kan kokusu köpekbalıklarını çeker. Dikkatlerini çekmemeye özen gösterin.

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 uydurmalı ve elinizdeki malzemeleri kullanarak bir çeşit yelken yapmalısınız.





Uydurma Yelken
Salın üzerine dik bağlanmış iki küreğin arasına gerilmiş bir panço can salını rüzgarın önüne katıp götürür. Ancak uydurma bir dümen yapmazsanız manevra yapamazsınız. Kürekleri salın kenarına sıkıca bağladığınızdan emin olun.

Yağmur Suyu Nasıl Toplanır?
Denizdeyken tatlı su elde etmek çok zordur. Yağmur yağarken salın üzerine naylon bir örtü gererek yağmur suyunu toplayabilirsiniz. Sıçrayan deniz suyunun tatlısuyu kirletmesini engellemek için su biriktikçe bir kaba boşaltın.



Demir Nasıl Yapılır?
Bir tpe 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 meraktan yaklaşır. Eğer çok yakına gelirlerse ve sala zarar verebileceklerini düşünüyorsanız yüksek sesle bağırarak ve onları korkutmak için hareketler yaparak kaçırabilirsiniz. Eğer kürek gibi sert birşeyle burnuna vurursanız genellikle kaçar. Eğer köpekbalığı açsa, kan ya da dışkı kokusu aldıysa veya güçsüz ve acıyla yapılan devinimler sezip kolay bir av peşine düştüyse tehlike artar. Köpekbalıkları salın etrafında dolaşmaya başlamadan önce ve sala saldıracaklarını gösteren ani hareketler yapmaya başlamazlarsa köpekbalığı kaçıran 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 kaçının. 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 açılabilecek bir deliği içine etrafına bez sarılmış bir tornavida gibi birşeyler tıkayarak geçici olarak tamir etmek mümkündür. Sadece eğer gerekli tamir takımınız varsa ve tamir ettiğiniz yeri kuru tutabileceksiniz 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 Fişeği
Bu fişeği mümkün olduğu kadar yüksekte tutmalı ya da küreğinizin sapına bağlayarak daha da yukarı uzatmalısınız. Beş kilometreden farkedilir. Düşük görüş mesafesi, karanlık ya da serl rüzgarlarda kullanılır.

GÜNDÜZ



Turuncu Duman
Bu fişek sadece günışığında, rüzgar hafif ve görüş mesafesi iyiyken kullanılır. Rüzgara doğru tutun.

Kollarla İşaret Vermek
Eğer bir gemi ya da uçak gördüyseniz 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 fişeği sadece diğer fişeklerin hepsini kullandıktan sonra kullanın. Daha çok geceleri ya da yakın mesafede görünür.

KARA GÖRÜNDÜ!

Can salınızdan etrafın görünüşüne alıştığınızda çevrenizdeki en ufak değişiklik bile dikkatinizi çekecektir. Bu değişiklikler karanın yakında olduğunu gösterebilir. Örneğin açık bir gökyüzündeki kümebulutlar (kümülüs bulutları) genellikle kara üzerinde oluşur. Sığ sudan yansıyan, suyun yarattığı "göl parlaması" da denen yeşilimsi bir renkleri 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.



Fok
Suda fok görmek karanın yakın olduğunun kesin bir işaretidir. Bu hayvanlar karadan çok uzaklaşmaz.

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. Yapabilirseniz tatlısuyla yıkanın ve koruyucu krem ve yağ kullanın. Çiğ balık yemek az dışkı üreteceğinden ve bağırsak hareketleri azalacağından oluşabilecek kabızlık dışkılarken acı verebilir. Yapılacak tek şey özellikle tatlısuyunuz azsa normalde yediğinizden az yemek yemektir.



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


11
SURVIVAL EKİ
OUTDOOR dergisinin
HUGH McMANNERS

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, kıraç ovalar ve sıcak çöller de vardır. Ormanların derinliklerinde Grizzly ayısı ve Kuzey Amerika kurdu (Canis) gibi büyük etçiller yaşarken, daha sıcak bölgelerde elmas sırtlı çıngıraklı yılan (Crotalus) ve kahverengi münzevi örümcek (Loxoscees) gibi zehirli yaratıklar vardır. Ilıman 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 metreye kadar uzayabilir. Zehirli olmalarına rağmen zehiri zerkeden dişler kısa olduğundan elbise üzerinden ısıramaz.



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.



Piranha (Serrasalmus)
Bu korku salan Güney Amerika balığının dişleri ustura gibi keskindir ve nehrin içindeki yaralı hayvanlara sürüler halinde saldırarak kemiklerine kadar sıyırır.



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.



Deniz Yılanı (Laticauda)
Bazı Hint - Pasifik deniz yılanları saldırgan olmamalarına rağmen son derece zehirlidir.



İskorpit (Scorpaenidae)
İskorpit Hint ve Pasifik Okyanuslarında 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 banliyölere bırakıyor. Kalan ormanların derinlerinde az sayıda yaban domuzu kaldı. Ancak yaban 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 kızdırıldıklarında 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 yarı kurak alanlarında ve Arap Yarımadası'nda yaşayan şişen engerek kalın govdeli, büyük ve yassı kafalı bir yılandır. Genellikle saman rengindedir ve üzerinde koyu kahverengi lekeler vardır. Zehrini akıttığı 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. Nehirağzı 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 kızdırıldığı 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 tehlikedeyse saldırır.

Hortum Ağlı Örümcek (Atrax)
Hortum ağlı 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 (Charcarodon)
Ilıman ve tropikal sularda bulunur. Bazıları çok saldırgan olabilir.

TEHLİKELİ HAYVANLARLA UĞRAŞMAK

Tehlikeyle uğraşmaktansa ondan uzak durmak daha iyidir. Ormanda ya da çalılıkların 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

Televizyonda sık sık türlü felaketler izler ve büyük ölçüde kayıtsız kalırız. 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 tamamıyla kontrolden çıkmadan söndürmeye çalışın. Kamp ateşlerinin kontrol altında tutulması ve devamlı gözlenmesi asla ihmal edilmemesi gereken bir iştir.

IŞARETLER VE ÖNLEMLER

Yangının önce kokusu gelir ve etraftaki hayvanlar huzursuzlanmaya başlar. Eğer rüzgâr yangına doğru esiyorsa rüzgârın içine doğru gidin. Eğer rüzgâr alevlerin arkasındaysa 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.

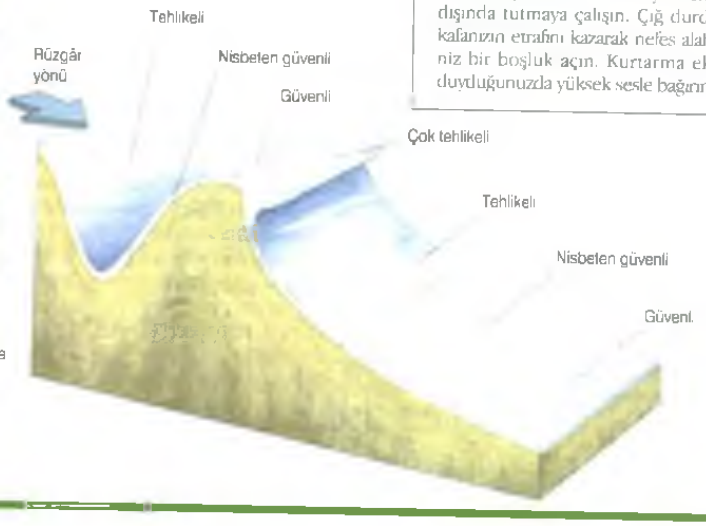
ÇIĞ



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 Yarıküre'de kuzeye bakan tepeler). Deprem hatta kayakçıların çıkardığı yüksek sesler yüzünden bile çığ oluşabilir.

ALINACAK ÖNLEMLER

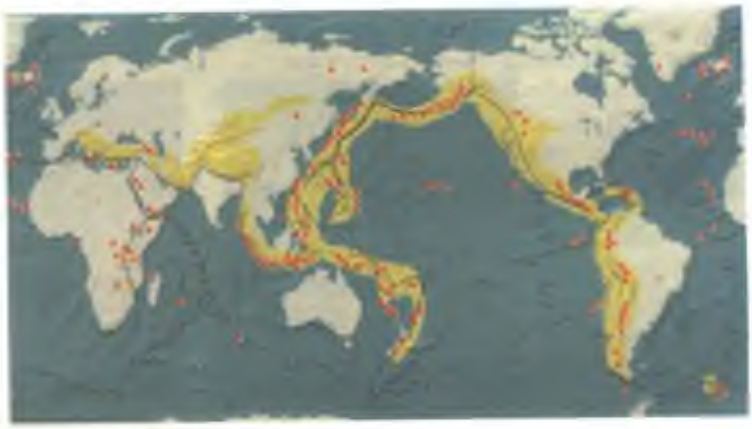
Eğer tepenizde bir çığ başlarsa tepeden aşağı mümkün olduğu kadar hızla kayarak ya da koşarak kaçmaya çalışın. Herhangi bir sığınak ya da kayanın altına kıvrılarak saklanın. Kaçarken çığ size yetişirse çantanızı ve taşıdığınız diğer malzemeleri atın. Ağız ve burnunuzu kollarınızla kapatıp dümdüz yatın 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, yukarıdakinden 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 gelişi bilinmediği 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 boruları 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.

TSUNAMI

Denizaltında oluşan bir deprem 30 metreye kadar yükselen ve sahil bölgelerine vuran dalgalar 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 akıntıları 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 sülfürdioksit ciğerleri ve deriyi etkiler. Sel yatağı gibi lavın akabileceği yerlerden uzak durun. Bölgeyi derhal terkedin.

ALINACAK ÖNLEMLER

Eğer volkanik aktivitenin arttığını farkederseniz bölgeyi terkedin. Patlama başladığında, kül ve çamur akıntıları yolların kayganlaşmasına ve tehlikeli bir hale gelmesine sebep olacağı gibi binalara zarar verecek ve kaçış yollarını tıkayacaktır. Havanın zehirlenmesi ihtimaline karşı toz maskelerini (ya da ıslak bez parçaları) hazır bulundurun. Derinize bulaşacak her türlü artığı mümkün olduğunca çabuk temizleyin.

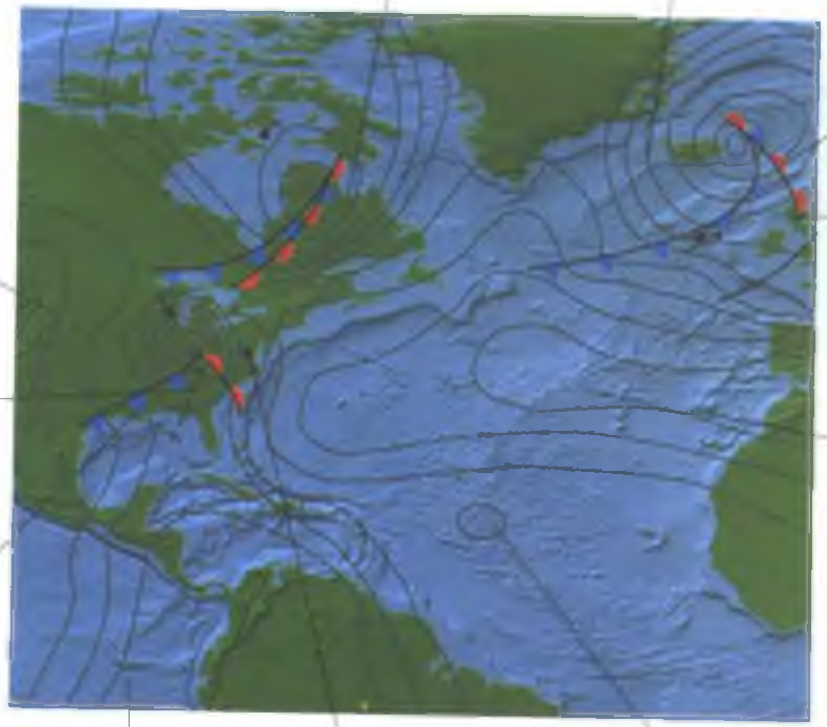
EKSTREM HAVA

Hava durumundaki değişiklikler atmosfer ısısı 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 mevsimliktir 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.



Sağanaklar

Atlantik rüzgârları

Soğuk cephenin sıcak cepheleri yakalayıp yere yaklaşmalarını engelledikleri kapalı cephe ok ve yarım dairelerle gösterilir

Yüksek basınç ve iyi hava kirliliği tutar ve dumanlı sis yaratır

Alçak basınç sistemleri ya da siklonlar kasvetli hava getirir

Hortumların oluştuğu kasırga hattı

Antisiklon adı verilen yüksek basınç sistemleri sabit, iyi havaları, açık gökyüzü ve kümülüs bulutları oluşturur

Üzerinde ok olan çizgiler ağır soğuk hava cephesinin, daha hafif olan ılık havanın altına girdiği sınırları gösterir.

İzobarlar (basınç eğrileri) eşit hava basınçlı bölgeleri birleştirir.

Semboller rüzgârın yönünü ve şiddetini gösterir.

Kasırgalar yüksek süratli rüzgârların çevrelediği sıcak, alçak basınçlı, diğerlerinden ayrı bir izobarla gösterilir.

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 fırtınadır.

İŞARETLER VE ALINACAK ÖNLEMLER

Barometrik basınçtaki anormal yükselmeleri takip eden ani düşüşler, kasırganın işareti olabilir. Bir kasırga belirdiği zaman bölgeyi boşaltın. Dışarıdayken sahil ve nehirlerden uzak durun ve bir mağaraya ya da derin bir çukura saklanın. Bir binanın içindeyseniz savrulduklan zaman zararlı olabilecek eşyaları dışarı çıkartın. Pencerelere tahta çakın. Bodruma inin ve ağır mobilyaların altına saklanın.

SAĞANAKLAR

Ani ve yoğun yağış toprak yüzeyini suya doyuracak 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 taşırır 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 parlamaları, 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'aidee"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 kurtarılmanız 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 kelimesi 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 murettebatla haberleşmek için kullanılabilir. Dik durmalı ve tüm hareketleri abartarak yapmalısınız. Helikopter indiğinde bir yerlere tutunursanız pervanenin oluşturduğu rüzgârın sizi düşürmesini engellersiniz.



GÜNEŞ NASIL KULLANILIR?

Ortasına delik açılmış bir yansıtıcı kullanabilirsiniz. Delikten güneş yönüne bakın. Yansıtıcıyı güneşin yansıması dizinüze düşene kadar öne eğin. Yansımayı gökyüzüne, havadaki araca doğru çevirin. Pilotun dikkatini çekmek için yansıtıcıyı yavaşça hareket ettirin ama gözlerini kamaştırmamaya dikkat edin.



Heliograf
Heliograf dikkat çekmek için güneş ışıklarını yansıtmakta kullanılır.

Mors alfabesi ile gönderilen mesajlar telsiz, ışık, heliograf ya da duman bulutlarıyla bile iletilebilir. Mors alfabesi ile mesaj yollamak almaktan daha kolaydır. Bu yüzden mesajınızı çok yavaş yollayın. Her kelimeden sonra ara verin. AAAAAA bir mesajım var 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

İLKYARDIM

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 başetmeniz mümkün olabilir.

TEMEL İLKYARDIM 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 engelemek için ve su toplayan yerleri örtmek için kullanın.

TÜL TAMPON

TÜL BANDAJ



ELASTİK BANDAJ

Bandajlar
Bandajlar 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 bandajların sağlamlanması ve geçici dikiş olarak kullanılabilir.

Ağrı Kesiciler
Ağrı kesicileri örneğin bir acil durumda yer değiştirebilmek gibi gerçekten ihtiyaç duyacağınız ana kadar kullanmayın.

Gazlıbez
Gazlıbezden yapılmış tamponlar kanı emer ve yaraları iyileşene kadar temiz tutar.



Üçgen Bandaj
Bu malzeme kırık bir kol için askı yapmak ya da örneğin ayağınızı sarmak için geniş bir bandaj olarak kullanılabilir. Ayrıca gerektiğinde eşarp gibi de iş görür.

Makas
Makas belki de en değerli ilkyardım malzemesidir. En kalitelisinden, mümkünse ucu keskin olmayan bir makas almalısınız.



ANTİSEPTİK BEZ

ANTİSEPTİK KREM

Antiseptik
Antiseptik bezleri yaraları temizlemek için kullanın. Küçük yaraların üzerine süreceğiniz antiseptik krem mikrop kapmadan düzgün bir şekilde iyileşmelerini sağlar.

Ayak Keçesi ve Nasır Flasterleri
Çok fazla yürümeniz gerekiyorsa su toplaması ve diğer ayakla ilgili problemlerle oldukça sık karşılaşırsınız. Bu yüzden ayak keçesi ve nasır flasterleri küçük yaraların büyümesini engellemekte kullanılır. Keçeyi yaranın üzerini 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 alnına ve diğer elinizin iki parmağını çenesinin altına koyun. Kafasını geriye doğru bastırarak hava yolunu açın. Ağzında hava yolunu tıkayan herhangi birşey 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. Öteki tarafında kalan elini yanağının üzerine koyun. Sizin tarafınızdaki bacak düz olacak şekilde öbür bacağı dizden tutup kendinize doğru çekin.

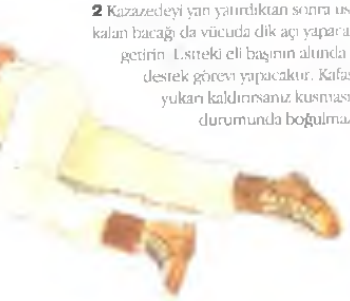


El başa destek



Diz vücudun midenin üzerine doğru dönmesini engeller

2 Kazazedeyi yan yatırdıktan sonra üstte kalan bacağı da vücuda dik açı yapacak hale getirin. Üstteki eli başının altında kalarak destek görevi yapacaktır. Kafasını yukarı kaldırmanız kusması durumunda boğulmaz.



SUNİ SOLUNUM

1 Hava yolunun açık olduğundan emin olmak için önce kazazedenin ağzının içinde bir şey varsa temizlemelisiniz. Bir elinizi [illegible] alnına, diğerini çenesinin altına 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 nabzı atıyorsa yardım gelene ya da kazazede kendisi nefes almaya başlayıncaya kadar dakikada on nefes vermeye devam edin. Eğer nabız da durmuşsa göğsüne baskı uygulamaya [illegible] (bkz. kalp - akciğer [illegible]



KALP AKCİĞER 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 bastırmalısınız. 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 (şahdamarı) adem elmasının hemen yanındadır



2 Nabzın atıp atmadığını kontrol edin. Her 15 baskıdan sonra iki defa suni solunum yaptırın. İşlemi nabız tekrar başlayana, tıbbi yardım gelene ya da devam edemeyecek derecede yorulana kadar tekrar edin.

TIKANMA

Sırta Vibrasyon Yaptırma

Boğaza takılan bir cismi çıkarmak 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, güvenini tazeleyin ve nabzına bakın.



2 Bir mont ya da uyku tulumuyla kazazedenin üzerini örtün. Özellikle bayginsa solunumunu ve nabzını kontrol edin. Eğer kalbi durursa canlandırma hareketlerini yapmaya hazır olun.

Uyku tulumu kazazedeyi sıcak tutar

ŞİDDETLİ DIŞ KANAMA

1 Yaranın iki tarafını sıkıca birbirine bastırın. Eğer yaranın 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.



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 ağzında saklamalıdır.

Dişi Yerine Yerleştirmek

Dişi yuvasına yerleştirirseniz kökü tekrar yapışabilir.



VARİS KANAMASI



1 Bacaklardaki varisler kolayca zarar görebilir ve çok fazla kan kaybına sebep olabilir. Bacağı yukarı kaldırın ve yaranın üzerine basınç uygulayın.



2 Kanama yavaşlayınca temiz bir tampon koyup sıkıca bandajlayın. Dolaşımı engellemediğinizden emin olun.

DİKKAT!

Yaranın üzerine turnike 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 dizi desteklerken hafifçe çekin. Bu acıyı azaltabilir.



2 Kırık bacağı sağlam bacağa 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.

4 Sedyeyi önce kendiniz deneyerek yeterince sağlam olduğundan emin olun. Daha sonra kazazedeyi yavaşça yan çevirerek sedyeyi altına doğru itin.



KAZAZEDELER NASIL TAŞINIR

Ciddi şekilde yaralanmış bir kişiyi kötü arazide taşımak hem taşıyan hem de taşınan için kabus gibidir. Hareket esnasında yaralanmayı daha da kötüleştirmemek için yaralı kısım rahat bir şekilde sağlamlanmalı ve hareketsiz kılınmalıdır.



Kırık Bilek
Kırık bileği etrafına saracağınız kumaşları bandajlarla sağlamlayarak destekleyin

BİLİNCİ YERİNDE OLAN KAZAZEDELER NASIL TAŞINIR?



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.



2 Ayağa kalkarken kazazedeyi omzunuzun 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.

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 taşımanın en iyi yolu ise bir sedye inşa etmektir.

BAYGIN KAZAZEDE NASIL KALDIRILIR?



1 Bu yöntemi sadece size yardım edecek kimse yoksa kullanın. Bir ip halka yapıp kazazedenin altına yerleştirin.



2 Kazazedenin bacaklarını arasına yanı ve ipi omuzlarınızdan geçirin. Eğer ipiniz yoksa uzun bir kemer de kullanabilirsiniz.



3 İp omuzlarınıza takılı kalacak şekilde vücudu dönün ve kazazedeyi üzerinize çekin.



Kazazedenin ağırlığı omuzlara biner

4 Kazazede omuzlarınızın üzerinden sarkmış şekilde önce diz çökün ve sonra dikkatle ayağa kalkın. Bu şekilde kazazedeyi kısa süreler için taşıyabilirsiniz.

KIRIK KOL



1 Kırık kolun daha fazla zarar görmesini engellemek için bir parça ağaç kabuğu ya da tahtayla atele alabilirsiniz.



2 Bir üçgen bandaj alıp yavaşça yaralı kolun altına yerleştirin. Eğer kol dirseğe yakın bir yerden kırıksa bükmek çok ağrı verebilir. Böyle bir durumda atel olarak vücudunuzun üst kısmını kullanabilir ve kolu vücudunuzla birlikte sarabilirsiniz.

Bandaj 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 boyna 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



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. Isırıldıktan hemen sonra yaranın üzerine en az beş dakika boyunca su tutun. Yarayı steril bir bant ya da sargı ile sarın.



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 huntsmanı 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 panik yapmayın. Panik kalp atışını arttırarak zehrin vücuda yayılmasına sebep olur. Eğer yılanın az zehirli cinslerden biri olduğundan eminseniz yarayı yıkayıp sıkıca bandajlayın. Eğer yılanın türünü bilmiyorsanız yarayı yıkamamalısınız. Yılanları 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 ısırdığı 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 Arısı Sokması

Bir cımbız kullanarak iğneyi çıkarın. Ancak çıkartma işlemi sırasında iğneyi çok sıkarsanız zehir kesesini patlatabilir ve yaraya normalden fazla zehir sokmasına sebep olabilirsiniz. Bazı kişiler arı zehirine karşı ölümcül olabilecek alerjik reaksiyonlar geliştirirler. Bu gibi durumlarda şok tedavisi uygulanmalı ve canlandırma yapılmalıdır. Bu arada tıbbi yardım çağırmayı 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 Yaraları

Deniz kestanesi gibi dikenli yaratıklara bastığınızda dikenleri kırılıp dennizin 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

SU TOPLAMASI

1 Yanma sebebiyle oluşan su toplamalarını asla patlamayın. Eğer yürümeye devam etmek için su toplayan yeri delmeniz gerekiyorsa önce bölgeyi alkolle temizlemelisiniz. İğneyi aleve 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 akıtın.



3 Su toplayan yerin üzerine temiz bir bandaj sarın. Su toplayan yerin üzerini ovalamamaya dikkat edin.

KRAMP



Kasları gevşetmek için masaj yapın

Bacak Krampı

Ağrı olmadığınız kadar hoşluğunuzda ya da yürüyüp kaslarınız yorduğunuzda ve aşırı terleme yüzünden mineral kaybettiğinizde kramp girebilir. Diz ya da bacaklardaki krampları geçirmek için bacağı havaya kaldırıp kaslar gevşeyene kadar masaj yapın.



Ayak Krampı

Ayağa giren krampı geçirmek için tabanı hafif hafif ovalarken parmakları germek 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 şüpheniz varsa ciddi kramplarda bir doktora görünseniz iyi olur.

İSHAL 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 hastalıkları 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 kabarık olmayan bir sargıyla bandajlanmalıdır. Yanığın üzerine merhem sürmeyin.



3 Bölgeyi hafifçe sarın. Birçok ölü 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. Kazazedeyi serin bir yere taşıyın ve bol bol seyrek tuz solüsyonu (yarım litre suya bir çımdık tuz) içirin.

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, başağrısı, kusma, aşırı terleme ve bayginlik 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.





YABANCI CİSİMLER



1 Göze birşey kaçtığında önce gözkapaklarını ayırıp gözün tamamını inceleyin. Gözün içinden elinizle birşey çıkartamazsınız. Derhal cerrahi bakım sağlanmalıdır.



2 Sterilize suyla gözü yıkayın. Eğer gerekirse etkilenen gözü kaşımayı engellemek için bandajlayabilirsiniz.

KULAKTA CİSİM

Cisim dışarı çıkana kadar kulağın içine dikkatle ılık su dökün. Eğer çıkmazsa başka çareler aramayın ve kulağı bandajlayıp doktor arayın.

CİSMİ 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 basıp 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 iğneyi içeri itmeden bandajlanacak kalınlığa gelince sarın. Tıbbi yardım arayın.

GÖZ YARALANMALARI



1 Daha fazla zararı 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 kazazedenin yaralı gözünü kıpırdatmasını da engellersiniz.

Yaralı gözün hareket etmesini önlemek için iki gözü birden bandajlayın

TEHLİKELİ HASTALIKLAR

HASTALIK	NEREDE BULUNUR	NASIL BULAŞIR	BELİRTİLERİ
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, krampiar, su kaybı, şok
Sarılık (Hepatit A)	Bütün dünya	Hastaların dışkıları	Üşüme, ateş, başağrısı, 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	Başağrısı, abdomende ağrı, ateş
Sarı Humma	Batı Afrika, Güney Amerika	Sivrisinek ısırığı	Başağrısı, ateş, eklem ağrısı baş ağrıları, kan tükürmek, kabızlık
Tetanoz	bütün Dünya	Yaralara giren bakteriye sporlar	Ateş, yüz felci, sırt ağrısı, terleme, aspiksiya
Kuduz	Hemen hemen bütün dünya	Hasta hayvanların salyası	Ateş, iştah kaybı, hiperaktivite su içme zorluğu, koma, ölüm
Hıyarcıklı 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 seyyahın 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 salyalarında taşınır ve ısırıklarla bulaşır. Yeterli tıbbi bakımın mümkün olamayacağı survival durumlarında çoğu hastalık ölümcül olabilir. Bu nedenle hastalık kapabileceğiniz bölgelere girmeden önce gerekli aşıları 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 gerekmediğini kestirebilirsiniz.

ÇANTA
- Sırt Çantası
- Günlük Çanta
- Para Kemeri
- 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
- Traş Bıçağı
- Tuvalet Kağıdı



YÖN BULMA EKİPMANI
- Pusula
- Dürbün
- Naylon Torba içinde Harita
- Fener
- Pil

ELBİSE

Genel
- İççamaşırı
- Çorap
- Bot
- Kros Ayakkabısı
- Pantalon
- Gömlek
- Ceket
- Şapka
- Güneş Gözlüğü
- Kemer

Tropik Bölgeler
- Pamuklu İççamaşırı
- Uzun kollu, pamuklu, beli büzülebilen gömlek
- Pamuklu, beli büzülebilen pantolon
- Rüzgârlık
- Şapka
- Sivrisineğe karşı yüz ağı
- Cibinlik
- Böcek Kovucu
- Avak ve el bileklikleri
- Kemer
- Güneş Gözlüğü
- Cangıl Botu

Çöl Bölgesi
- Pamuklu İççamaşırı
- Uzun kollu pamuklu gömlek
- Pamuklu pantalon
- Rüzgârlık
- Hafif Botlar
- Güneş Gözlüğü
- Şapka
- Eşarp/Bandana

Kutup Bölgesi
- Termal İççamaşırı
- 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
- Balaklava (Yüz Maskesi)
- Gözlük
- Buz Gözlüğü
- Hedik
- Kramponlar
- Tur Kavağı
- 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
- Canyeleği

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 büyütmek için kullanılan alet.



Ç

Çadır İpi Bir ucu çadıra bağlı olan ve yere çakılan kazıklara bağlandığında çadırın sabit kalmasını sağlayan ip.
Çalıçırpı 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 tepe.
Dolaylı Ulaşmak Ulaşılmak istenen noktanın bir yanına doğru ilerleyip aynı hizaya gelindiğinde noktaya doğru dönmek

E

El Matkabı Bir tahtanın üzerine dikine koyulup iki el arasında çevirilerek ateş yakmakta kullanılan sivri çubuk.
Eşyükselti 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 arıtan 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 Sırtta taşınan uydurma bohça.

I-İ



Isı Merkezi Vücudun 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 İççamaşırların 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 artırmak 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 (Kümülonimbüs) Fırtına getiren siyah ya da koyu renkli kümebulutlar.
Kar Tümülüsü (Kvinzi) İçi kazılmış kar tepesinden oluşan sığınak.
Kasırga 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 kanıyla 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 konının üzerine geçirip koniyi açarak harita oluşturma sistemi
Kontur Çizgisi Bir haritada deniz seviyesinin üzerindeki eşyükseltileri birleştiren çizgiler.
Konturlamak Bir tepenin etrafından dolaşırken hep aynı yüksekliği koruyup hayali kontur çizgilerini izlemek.
Köpek Çadırı Aynı yükseklikte iki direğin tuttuğu çalı şeklinde çadır.
Köpekleme Ellerle daireler çizerek suyun üzerinde kalmayı sağlayan hareket.
Krampon Ayakkabıların tabanına takılan ve buzda kaymamalarını 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 tenceredeن yapılan tuzak.
Külbastı Ekmeği Su ve undan yapılan mayasız ekmek. 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 Alfabesi 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 hayvanlardandır
Orta Kat Dış katla ikinci kat arasına 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 tepeyi birleştiren 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 ağ
Survival Çantası 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 Tutacaklara 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.
Tüybulut (Sirrus) 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 sürtünecek ve ısı açıya çıkaracak şekilde dik tutan bir yaydan oluşan ateş yakma aleti.
Yığınbulut (Stratus) Bazen sis ya da yağmur getiren kalın bulut örtüsü.
Yığınkümebulut (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 değerlendirmesi. 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 ayırdetmek ● 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

