

# САМОЗАРАДНІСТЬ НА МОРЕ

Марко Мелимука

13 Січня 2008

## ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА .....	1
УВАГА.....	2
ПІДГОТОВКА .....	2
КОЛИ АВАРІЯ БУВАЄТЬСЯ.....	3
Тонення Човна.....	3
На Р'ятувальному Човні.....	4
Шукання за Беріг та Поміч.....	4
Щоб Знайти Напрямок Підчас Дня.....	6
Щоб Знайти Напрямок Підчас Ніч.....	6
ВОДА ТА ЇЖА .....	8
Вода.....	8
Їжа .....	9
НЕБЕЗПЕКИ.....	10
Тепла Погода.....	10
Зимна Погода .....	11
Небезпеки у Воді.....	12
ЗАКІНЧЕННЯ .....	13
БІБЛІОГРАФІА .....	14

## ПЕРЕДМОВА

В 2005у році 3,582 тонули і вмєрєли в Америці і 90% зтих людей не носили р'ятівничого по'яса. Щось таке очевидне як нести по'яс би могло р'тувати багато людей. Я буду пояснити методи на самозарадність, але найважніша річ є ваш розум. Як у вас не здоровий глузд і ви не думаете про безпеку, все знання в світі вам не допоможе пережити. В тяжких часах треба мати силу – фізичну і розумовий. Як у вас воля жити, і можна просто думати, вам дуде багато лєхше.

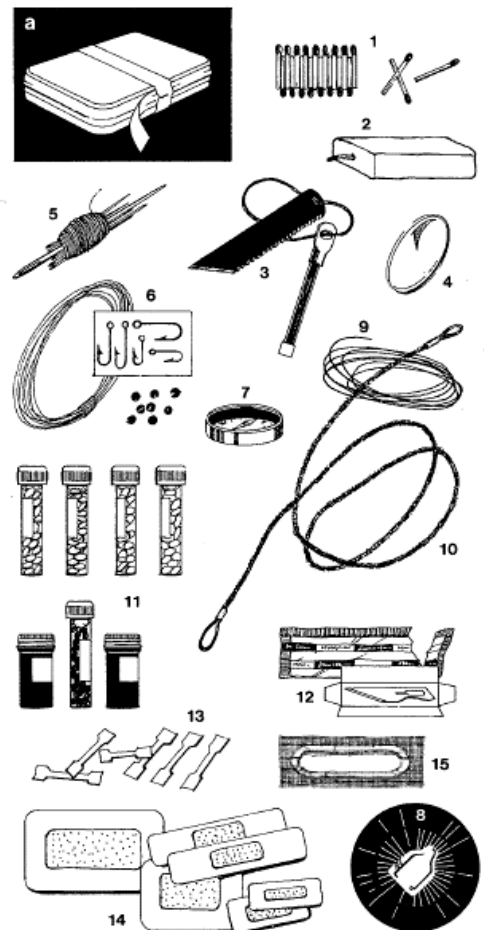
Троха знання може вам багато помохти. Перше я буду вам пояснювати як себе готуватися і що є важне мати при собою як буде випадок. Потім я розкажу як правильно поведитися підчас аварії – коли човен тонится. Тоді я вам навчу як виживати на р'ятувальному човні, як знайти поміч, беріг і напрямок. Наступна частина огляде факти про воду і їжу. Накінець я поясню небезпеки від погоди і у воді.

**УВАГА** – Методи які будуть пояснені тут є тільки повідомлення коли знайдешся в дуже жахливе становище. Завжди важне слухати правила де ви є коли ви хочите правляти тих метод. Також важне слухати усіх професійних осов які може знають більше про ваші унікальні ситуації. Пам'ятайте що тільки бо ви це прочитали, ви не є знавці.

## ПІДГОТОВКА

Коли небуть ви ідети плисти на довшу плавбу, би було мудро щов спакувати непромокальну торбу речей яка допоможе вашу самозарадність. В ідеалні ситуації, ця торба має завжди бути близька і готова. Тут є листа речей котрі ви повинні запакувати у вашім спорядженню:

- Сірники – можна зломити на пів щоб зробити більше містя (1)
- Свічка – коли небуть уживаєш сірник, пали свічку бо свічка лехше і довше може тремати вогонь (2)
- Камінь Кремінь – щоб помохти починати вогонь (3)
- Линза – почнати вогонь від сонця (4)
- Нитка і голка – має багато функції, щоб зашити штани або рану (5)
- Гачки і риболову линву – великі гачки тільки можуть зловити великі риби, а малі гачки можуть зловити малі і великі (6)
- Діапазон – щоб знайти напрямок (7)
- Світло “Beta Light” – також поможить притягнути риб в ночі (8)
- Дрот – це поможить вставити пастку на суші, або можна створити гачки (9, 10)
- Аптечка – наповни з медициною до болю і розвільнення, антибіотики, “antihistamine,” та медицину проти малярію як доречно (11)
- Бритви, шови, бинти та інші власні та відповідні речі (12 – 14)
- Презерватив – не мастині, та не присмачні; можуть тремати багато води або треамати важні речі сухі (15)



Ті речі можуть зміститися у малу металюну скринню з тютюна (а). Найліпша ідея є щоб завжди тримати це при собі. Часто вам більше буде потрібно і треба подумати чи вам треба специфічний виряд до ваше нездоров'я або до ваше місцезнаходження.

Також важне мате зі собою на довші плавбі так званей “go-bag”. Як би якась аварія відбувалася тоді ви можете хапнути “go-bag” і коли човен тонить, можна лехко втікти до води, або ліпше, до р'ятувального човна. Ідеално, ваш “go-bag” буде мати все що вам буде потрібно. Принайменше, важне мате теплий та сухий вовняний або синтетичний одяг, шапку, їжу в пушках або висушана, воду, радіоприймач VHF, GPS, ліхтарки із додатковими батареями, яскраво, діапазон, та помпу або пілюлі до від-солування води. Вовний або синтетичний одяг добре тремає тепло та лехко і скоро висушає та шапка поможе захищати голову і очі від сонця. Їжа в пушках або висушана не буде скоро псувати і не змочить як належно спакованне. Я пізніше поясню як уживати радіоприймач VHF, але ці речі та, яскраво і ліхтарка дуже поможуть ваше рятуван'я. Діапазон або GPS вам поможе знайти беріг коли нема допомоги і помпа або пілюлі до від-солування води поможуть вам на море де нема багато води придатне до пиття.

## **КОЛИ АВАРІЯ БУВАЄТЬСЯ**

На воді є більше небезпек які одна праця може пояснювати і є навіть більше ситуації куди вам буде треба помочі. В наступних частин я розкажу про безпеку коли човен тонить і як бути готовим коли треба втікти до р'ятувального човна. Я також поясню загальних методії знайти помочі або беріга, та як знайти напрям підчас день і в ночі.

### **Тонення Човна**

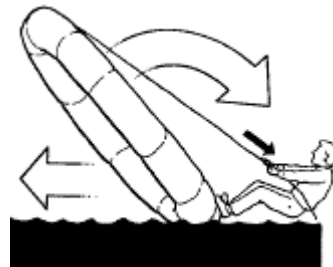
Коли човен тонить, ліпше зістати у човні аж до останної хвилини бо пошкодженний човен який ше плаває, більше безпечний ніж рятувальний човен. Перше місце куди допомога буде шикати є близько вашого човна, і є багато лехше знайте більшого човна замість малого. Кожний човен більше ніж 14 стіп має мати

особистий рятувальний човен, а менші човни повинні триматись ближче до берега. Тільки коли човен тонить, треба далеко бути бо небезпечно за близько.

Повинно тепло убратися (вовний або синтетичний одяг) і не можна забути р'ятівничий по'яс і приготовленої "go-bag". Як не можна знайти "go-bag" бери що можна знайти коло вас. Шоколади добрі бо малі і мають багато калорів і ліхтарка також допоможе знайти помочі, але найважливіша річ є р'ятівничий по'яс. По'яс багато допоможе, але без ним також можна пережити і я це пізніше поясню як. Коли ви вже у воді, треба знайти спосіб вийти.

### **На Р'ятувальному Човні**

Що небуть плине у воді і може вас тримати вам допоможе, але найкраще є рятувальний човен. Більшість зних можуть сам надуватися а решта мають помпи. Найважливіша справа в рятувальному човні є щоб не змерзнути і не змочитися. Зимна вода вас змерзнить двадцять п'ять разів скоріше ніж зимне повітря то чому дуже важне не бути у воді і не бути мокрим. Також бажне перевіряти що човен ніде не тече повітря. Латки і клей повинен бути з човнем.



Коли човен є дороги дном, можна перевернути з паском. Тягнуй від протилежного бока, з вітером на плечі.

Коли всі заспокоюванні, треба оглядати і укладати виряд. Зав'яжи важних речей до човна і спакуй биряд котрий не може змочитися. Як сигнал від головного човна бже було, треба чекати близько. Човен повинен мати якір що виглядає яко велику полотну торбу з шнурем. Як не ма такого якір'я можна уживати запасовий одяг. Це буде вас уповільнювати і тримати вас близько.

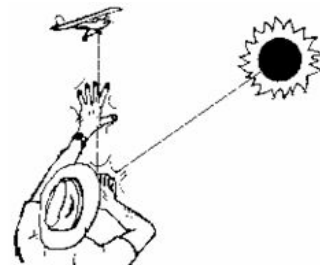
### **Шукання за Беріг та Поміч**

Як помочі нема і не буде, треба сам себе помохти. Стійка важна і варта мати, навід в ночі. Як ви самі, спробуй спати в коротким періодам. Окрім шукання помочі та беріга, ви повинні уважати за інших речей які доказують що беріг близький. Купчасті хмари в чіткому небі звичайно творяться над землею. Одна птаха не може багато означати бо вона може загубилася, але більшости птах мусять

спати на землі і лечуть від берега в ранку і назад по обіді. Як можна чути багато птахів то значить що беріг можливо близький. Як побачити дерева та заводи які ростуть на землі у воді, це також може означати що беріг близький але не завжди. Вода також може показувати в котру сторону беріг лежить. Поболотина вода значить що вода тече від землі і несе пісок і болото від берега. Також як хвилі міняють напр'ям або більшість без зміни у вітрі, то може беріг ближається бо то значить глибина менше.

Ті речі може допоможуть вам знайти беріг, але найліпше є чекати біля затонилого човна бо багато лехше побачити більшого човна. Також, такі малі човни є досить т'яжко керувати і є ліпше не втратити силу хіба коли можна бачити беріг. Найліпший спосіб сигналізувати особу є вживати виряд котрий є створений до цієї мети: світла, фарби, яскрави до сигналізація та свистки і так далі. Треба бути обережним з таким матер'ялам, перше бо можна пошкоджувати ваш гумовий човен і друге бо не можна їх уживати другуй раз. Дуже важне щоб ті речі були сухі бо не будуть правильно функціонувати коли мокрі.

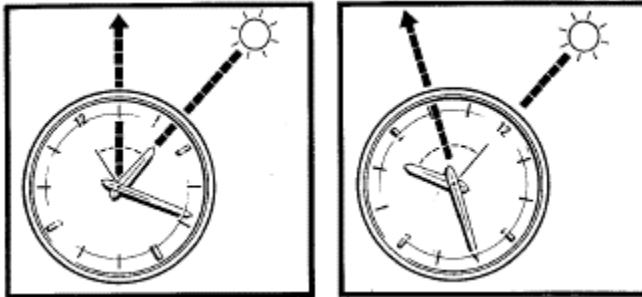
Також можна уживати що небуть що може відбити світло яко сигнал. Як можна, твори малу діру в серед дзеркала або метал. Дивися через діру на кому ви хочити сигналізувати в напрям сонця. Крути дзеркало до боках і з щастям, хтось побаче цей блиск. Які небуть блиски повунні притягувати помочі, але завжди добре знати сигнал на **S O S** – три короткі крапки, три довгі риски, і три короткі крапки, **••• --- •••**. Треба уживати уяву. Ясний одяг на патичка може поможе сигналізувати. Щоб творити крапку, махай скоро до права. Щоб творити риску, махай поволо до ліва. Набїть повідомлення у пляшці має шанс!



Як у вас радіо, читайте інструкції але не уживай батерії як не потрібно. Малі радіа не є ефективні через далеких відстань і як ніхто не близький, ви тільки будети втратити батереїв. Як у вас правильне радіо, рідко і з конкретнам перервами можна омовляти. Це поможе консервувати батереї і конкретні перерви допоможуть декоми знати коли ваш наступне радіомовлення буде. Інструкції звичайно вам скажуть на котрому каналі мовляти, але більшість радіа на аварії тільки мовлять на

правильному каналі. Як радіо є радіоприймач VHF, можна уживати канал 16 для серйозних випадків.

### Щоб Знайти Напрямок Підчас Дня



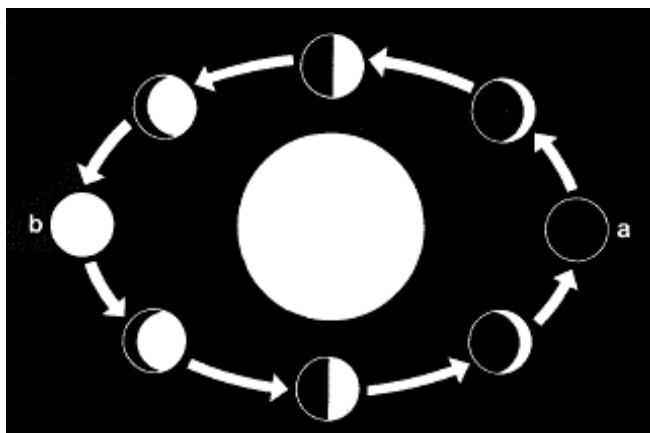
В північному півкулі стрілай азимут з ручкою котра показує годину до сонця. Пів розміря від ручки годинам і 12 є лінія північ і південь. В південному півкулі треба вказувати 12 на сонця і пів розміря від 12 до ручки котра показує годину покажуть лінію північ і південь.

Як знаєш в котрій напрям треба плисти, є багато методів знайти північ на землі. Тут я поясню пару зних які можна вживати на воді. Більшости працюють в північному півкулі і треба їх змінити в південному півкулі і не є аж ефективні блище до екватору. Щоб

уживати наш першей спосіб знайти напр'ям, тілке потрібно годинник з двома ручками. Годинник мусить показати правильний час в околиці, і ігнорує “Daylight Savings Time”. В північному півкулі, стрілай азимут з ручкою котра показує годину до сонця. Пів розмір'я від ручки годинам і 12 є лінія північ і південь. В південному півкулі треба вказувати 12 на сонця і пів розміря від 12 до ручки котра показує годину покажуть лінію північ і південь.

### Щоб Знайти Напрямок Підчас Ніч

В ночі можна уживати місяць і зорі. Як місяць вейде перед тим що сонце зайде, сонячний бік є на захід. Як місяць заходить серед ночі, сонячний бік є на



Як місяць виходить перед тим що сонце заходить, сонячний бік є на захід, а як місяць сходить серед ночі, сонячний бік є на схід.

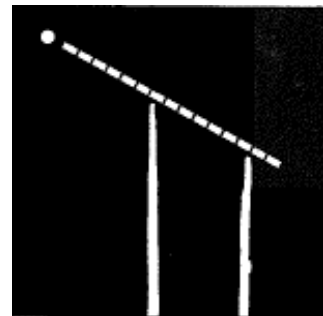
схід. Найліпші сузір'я щоб вам помохти є Великий Віз, Кассіопея та Оріон. Важне знати що усі зорі є сталі в небі і подібно ідуть довкола Полярної Зірки в північному небі. Беликий Біз і Кассіопея лехші знайти бо вони ніколи не заходять під обрій. Полярна Зірка сидить

майже на верха північному полюсу і запровадить вас на північ. Щоб їх знайти перше треба знайти Воза. Великий Віз виглядає як хохля, і від кінця ручки до найлівишого боці “W” від Кассіопеї можна рисувати лінію. Ця лінія іде через Полярної Зірці. Дві зори на правому боці Великого Веза також творять азимут який майже вказує просто на Полярну Зірку. Як ви не є в північному півкулі можна знайти Оріона. Оріона можна бачити де небуть в світі, тільки треба знати коли і де дивитися. Коли його знайдеш можна слідувати від його голови, через Чумацький Шлях і знайти найяснішу зірку і то повинин буते Полярна Зірка.

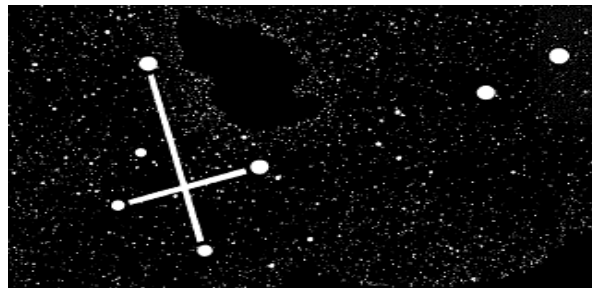
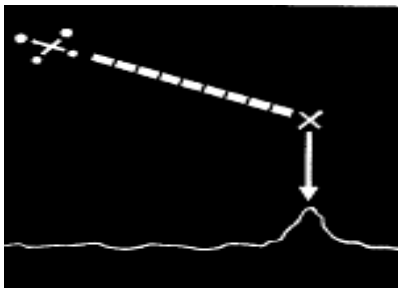
Як не можеш знайти сузір'я, можна попхати два патики в землю, один нижчий ніж другий і дивись на верх них як через рушницю на одну зірку – яку небуть. (Як не можна попхати патичок в землю, можна уживати рушницю або два речі інших висоту, але це т'яжче коли човен хитається.) В північному півкулі як ваша зірка подібно підіймається, то ти дивися на схід. Як зірка опаде то дивися на захід. Як зірка слідує лехке коло на право то південь а на ліво то північ. Протилежне належить в південному півкулі. Також в південному півкулі можна уживати Південний Хрест щоби знайти південь. Дивися через Чумацького Шляху і знайди темне місце де не можна бачити багато зірок – на одномоу боці тієї діри буде Південний Хрест а на другому буде дві зірки які означуть його. Як Хрест би стояв правильно бери напр'ям від верха. Числи чотири і пів рази довжини хреста через неба а тоді просто на долину до обрії – там південь.



Великий Віз (a), Кассіопея (b), Оріон (c) та Полярна Зірка (d).



Також можна уживати патики або рушницю щоб знайти зірку і рішити в який напрям ви ідете.



# ВОДА ТА ЇЖА

## Вода

В ідеальні ситуації, лікарі рекомендують випити один літер води на день щоб бути здоровим. Але коли часи жахливі, можна виживати на 2-8 унцій на день як ви правильно приготує і багато сили не втрапиш. Буде тяжко, але можна бижибати. Вода істотна для все життя. Людуна може виживати без їжи для три тижнів, але не може жити без водою більше між три днів. Вода тремає вашу температури рівно і допомає всім органам правильно працювати.

Щоб не тратити воду, треба змінити победінку. Треба багато відпочивати бо робота і руханка уживає воду. Найліпша стратегія у часах без води і їжи є відпочивати в тіні. Як вам за горячо, старайся не потитися – уживай вітер або воду від моря щоб охолоджуватися. Будьте уважними, бо за багато соли на шкірі також не добре. Коли сіль залишений на шкірі за довго болі утворюють але можна витирати сіль з шматею щоб попередювати болів. Вода також може лехко втікати від рота. Добре не говорити і дихати через носа.

На воді, треба уживати помірність з водою, бо не можна знати як довго треба витримати аж допомога приїде. На першому дні, не треба пити боди бо тіло має особисте зберігання. Від другого до четвертого дня тільки пийте 14 унцій на день щоб лехше привикнути до часів без води. На слідуєчі дні, 2-8 унцій буде досить на день. Коли небуть ви п'єте, пам'ятайте щоб обмочувати губу, язик і горло а тоді ковтай. Коли нема багато води, не треба їсти. Як абсолютно треба їсти, старайся їсти вуглеводи замість протеїн. Не треба аж багато води щоб перетравлювати цукор і крохмаль.

Більшість р'ятувальних човнів мають особисті помпи до від-солування води або хімічне спорядження щоб пересувати соли. Як нема, то більшість вашої свіжої води буде дощ. Які небуть миски, баняки або чашки повинні бути виставлені через дня і ночі щоб збирати дощ. Усі плястикові і полотні шматки повинні бути вставлені щоб збирати і провадити дощ до контейнерів.

Коли у вас багато води, будьте уважні щоб не пити за скоро бо ви будете вертати і загубити більше води ніж ви випили. Це стається бо ваш шлунок ані не готовий і не витягуванний для так багато кількість води на раз. В дуже зимних



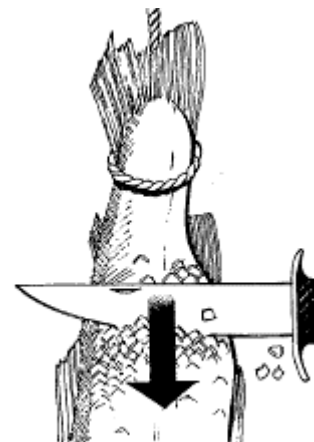
широт можна топити лід бід моря, але тільки старий лід. Протягом часу, сіль виходить з леда – старий лід буде синій-сивий і обкруглений. Звичайно, не можна їсти лід, сніг або дуже зимну воду бо буде палити багато калоріїв. Але в дуже тяжкам часами можна пити як вода досить нагрівана

У відчайдушних часів, можна пити воду довкола спини риб і від їх очак, але як вам так трудно, треба важати щоб ані інші рідини не вип'єш бо бони рідкі і повні оливи і протеїни. Пам'ятайте, НІКОЛИ пийте воду від моря, сечу, або алкоголь і не кури. Не їжте коли нема багато води пити. Усі ті дії будуть уживати мало води залишана в тілі. І коли ви пите воду від моря або сечу, ваші нирки правильно не будуть працювати.

### Їжа

Коли у вас багато води, можна шукати за їжу. Є ліпше знайти їжу і тремати спеціальну їжу на аварії (emergency rations, survival food, etc.) аж абсолютно треба. Навіть в тому часі тільки мало повинно з'їсти. В океані є отруйні і небезпечні риби але більшости з них живуть близько до берега. Але коли ви ловите риб, треба уживати обережність. Ніколи не тремай линву без рукавиць і не в'яжи до гумового човна бо сіль на линві може тебе або човна порізати. Загально добре лишити линву у воді через день і ніч, і також добре ловити риб перед бурею. Імпровуванний гачок і линва є найменше шо треба щоб рибу зловити, але яка небуть вага поможить заотонити линву щоб вона лежала в глибшої воді. Як залишиш линву через ніч, можна зав'язати багато гачків в різних глибинах. Підчас дня, риби і черепахи будуть шукати тін під вашого човна. Як у вас є сітку, можна їх лехко зловити. В ночі, світло або щось шо відбиває світло від місяця буде притягати риб. Як бачити риб а не маєте гачка, можна зробити петлю і спробувати зловити рибу на хвіст з тим.

В теплі і вогкі погоді, м'ясо легко псувається, то і ліпше зразу їсти необроблене. Щоб чистити рибу, перше вирізає гірські струмки і тремай щоб кров витекла. Порізає рибу від ануса до шиї і витягни усі покидьки, але не



викидай їх. Покидьки можна тремати і уживати як принаду. Козулі (fish roe) дуже поживні і добре їсти. Не треба пересувати шкали, але можна з ножем, на смак. Щоб очистити черепаха перше треба вирізати голову і тремати щоб кров витекла через шию. Коли кров вже не тече, можна порізати довкола оболонки між верх і дно, довкола ногів. Будь уважним не пробити покидьки. Можна їсти м'ясо необроблене але важайте на залози в шиї та покидьки які неїстівні.

Як линва і принада плинує, також можна зловити птах, котрих можна їсти необроблені коли треба. Так само як з рибою, поріж шию і потримай щоб кров могла витекти. Лехше зривати пір'я коли птаха ще тепла. Поріжай птаху від шиї до хвоста і витягнуй покидьки – можна їсти серце і нирки. Відріжай голову і ноги.

Завжди будьте уважними де ваші гачки і ножі є щоб не пробити діру в човні. Ніколи пробуй ловити риби коли акули плавають близько. Також важне не викідати пустки з човна в той час. Малі акули притягують більших акулів, і велика акула може подерти або покусати ваш човен або вас.

Також можна знайти їжу у водорості котра пливе. Необроблений водорість дуже солений і буде втягнути воду від тіла – тільки їч коли у вас багато води пити. Малі креветки, краби і риби живуть у водорості і можна їх їсти без варка. Усі водяні гадюки є отруйні і повинні бути уникнуті.

## **НЕБЕЗПЕКИ**

### **Тепла Погода**

В теплі погоді треба також уважати. Роздягайся, але не цілком бо ви не хочите спалити шкіру. Коли є багато сонця, накрій очі, або можна створити маску з багатьох матерялів. Важне тільки щоби мохти переколоти дірки для очей. Можна себе замочити як вам за гарячо, але треба важати. Навіть як дуже гарячо підчас дня, ще можна змерзнути в ночі як моркрий. Також важайте щоб багато соли не залишилося на вашім тілі бо то не добре для шкіри. Коли сіль залишений на шкірі за довго болі утворюють. Можна витирати сіль з шматею щоб це не сталось.

Судороги є перші знаки виснаження від спеки. Мускули які багато працюють будуть боліти, будеш мілко дихати і станиш запамороченим – навіть може будеш вертати. Коли дуже серіозна умова, шкіра стане зимною але ще потиця і лице стане

бліде. Щоб допомогти цю ситуацію, відпочивай в тіні і пий воду з дуже мало соли щоб підбищувати ващі електроліти. Коли особа стає непритомною, треба її прохолодити з повітрям і тепленьку воду на тілі – не уживай зимну воду! Це допоможе щоб поволо охолоджувати особу. Коли особа збудиться можна її загортати щоб не змерзла і поволо вставити її ноги під боду.

В теплі погоді також можна дістати засмагу, навіть як небо повне хмарів. Із меншої засмаги, можна крем або “aloe” уживати як масте. Коли засмага сувора і піхури утворюють тільки можна чикати в тіні – не вибухай піхурі! Як у вас марля або легкі бинт або полотно, можна накрити піхурів. Також можна брати аспірин щоб зменшувати біль. Дуже важне знайти і пити воду.

### **Зимна Погода**

В зимні погоді, дуже важне щоб не змерзнути і трематись сухим. Малі руханки багато помагають з цим. Вживай що небусть що можеш знайти щоб захищатися від зимна та вітру. Можна вживати шматки тканини, полотно або що небусть під котрому можна ховатися. Уживайте уяву знайти речі які можуть вас відокремлевати від холоду. Будьте певні щоб не бути мокреми в ночі або ви на певно змерзнети.

В зимні погоді можна дістати гіпотермію – це зниження температури тіла 2°C або більше ніж нормально. Це стається не тільки в зимність, але в дощі і у вітрі. Уважай за нераціональну поведінку, поволі реакції, несподіваний осколок і збентеження. Навіть як ви самі ви повинні думати про тих приснаків. Найліпше що можна робити є поволи висушити і погріти особу. Коли ви самі також треба висушитися і загітися, але також важне не засіпляти коли ви змерзні. Роби що небусть щоб тремати увагу бо як заснешь, може не збудись. Памятайте, коли особа скоро змерзла, скоро її нагрівай. Коли поволи змерзла, поволи її нагрівай.

Дуже важне знати що стається коли ви задовго у зимної воді. Першей етап є “cold shock” і це бідбуваєся за перші 3-5 хвили в зимні воді. Найбільжа небезпека тепер є мимовільне глибоке духання бо може вдихати воду і тонути. В наступні 3-30 хвилин, сила в ногах і руках втікає і дуже т'яжко плавати бо нерви і мускули правильно не працюють. Третий етап є гіпотермія і органи вже правильно не

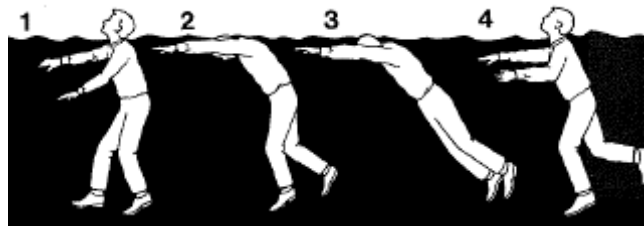
функціють. Можна тонути, але також можна вмерти перед тим як за зимно. Четвертий етап є коли допомога вже вас має але ще можна руйнуватися бо тиск кров не досить сілний або є за багато води в легенях.

Також треба бути уважним і пільнувати в зимність коли тіло і шкіра заморожуєся. Пробуйте багато рухати лице, руки, і ноги щоб кров добре плив. Коли вже не можна їх рухати, можна їх лехко терти щоб заґріти. Спочатку, коли тільки шкіра замерзна, можна вставити пошкодженну частину під пахами або десь тепло на другі особі. Як то не поможить то шкіра заморожена і треба чекати аж доки допомога приїзде. Коли поміч приїде, поволи замочи з теплою водою – не гарячої і ніколи терти! Коли піхури утворюють і шкіра чорніє ви не можете більше робити без медичної опіки.

### **Небезпеки у Воді**

Найгірша небезпека є коли ти без човна і сам у воді. Плавати на довгі часи досить т'яжко але можна собі поможти. Перша річ, р'ятівничий по'яс може багато поможти. Но малому човні, найліпше порадження є щоб завжди нести по'яс.

Як ви не маєте по'яса, можна плинути у море бо море густіше ніж людина. Повітря схоплене в одягу також вам поможить і тому важне щоб не скидати ваш одяг. Їхня вага не є досить вас заотонити. Як у вас запасовий од'ях, можна зав'язати кінця і надути штани або сорочку з повітр'ям. Тримай останни діру закрите і можна уживати це щоб поможти вам. Найкраще консультація є шукати на кимсь плинути або плавати до безпеки. А коли нема де плавати, або на кому плизти, не журись. Плинуй просто як би ви стояли з руками перед собою (1). Замкни рот і опусти голову (2) та ноги (3) в розслаблятому стану аж вам треба більше повітря (4). Це найбільш ефективний метод плинування без по'яса.



Також малий шанс що ви зустрінити акул або інших небезпечних створіння у воді. Шанс малий, але є дуже добре знати що повинно робити як є небезпека. Більшість акулів не дбають про вас але як вони вас довколоють блище і блище, будь обережним. Не мочися і як мусиш, роби у малих струмках. Як мусиш вертати, спробуй ковтати, а як не можеш, кидай далеко – так само як мусиш очищатися. У воді уникай інших риб бо вони є властивий здобич акулів і акула може ненавмисно вас покаліче. Як акула або інша створіння приближає роби багато звуків – плескай і кричи під водою. Як є багато з вас, зробіть коло і копати, пхайти і ударити кулаками – ніс, очі і гірські струмки найчутливіші зони.

## **ЗАКІНЧЕННЯ**

Ми багато навчилися і тепер маємо багато знання. Ми знаємо як правильно приготуватися для аварії і що нам буде потрібно коли човен тонить. Ми тепер знаємо як знайти поміч, беріг і напрямок в серед морі. Ми також навчилися як правильно знайти і ділити воду та їжу. Та ми також знаємо про безпеки які погода нам дає і які ми знайдемо у морі. Але найважливіше реч що ми знаємо є що ми всього не знаємо.

Я це повторю, бо воно дуже важне: ніхто ніколи може знати все. Завжди хтось більше буде знати. І навіть як би ви багато знали, це знання даремне без здоровий глузд, безпеку і розумову волю пережити.

## БІБЛІОГРАФІА

Piven, Joshua and David Borgenicht. *The WORST-CASE SCENARIO Survival Handbook*. Chronicle Books LLC, San Francisco, California. 1999.

Wiseman, John; *The SAS Survival Handbook*. HarperCollins Publisher, Hammersmith, London. 1999. (Усі образи також звіще)

Pennsylvania Fish and Boat Commission's *Pennsylvania Boater Education Course* found at <http://www.boat-ed.com>

Center for Disease Control Water-Related Injuries: Fact Sheet  
<http://www.cdc.gov/ncipc/factsheets/drown.htm>

Технічні терміни були перекладжені на інтернеті, сторінки *CyberMova*  
<http://www.cybermova.com/cgi-bin/onlinedic.pl> і *Українське Вікіпедія*  
<http://uk.wikipedia.org/>