



**ADEVĂRUL DESPRE  
TEHNICILE DE  
SUPRAVIETUIRE**

**ANNABEL SAVERY**

Traducere din limba engleză de Sabina Lungu

**Editura Paralela 45**

Redactare: Alisa Ionescu  
 Corectură: Ramona Rossall  
 Tehnoredactare și DTP copertă: Mihail Vlad  
 Pregătire de tipar: Marius Badea

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**SAVERY, ANNABEL**

**Adevărul despre tehnicile de supraviețuire /**

Annabel Savery ; trad. din lb. engleză de Sabina Lungu. –

Pitești : Paralela 45, 2024

ISBN 978-973-47-4209-7

I. Lungu, Sabina (trad.)

614.8

087.5

Multe dintre tehnicile de supraviețuire și activitățile menționate în această carte sunt periculoase. Nu încerca să le reproducii! Caută întotdeauna sprijinul unui adult pentru a le realiza. Spune de fiecare dată cuiva unde urmează să mergi. Dacă dorești să afli mai multe informații despre tehnicile de supraviețuire, cere unui adult să studieze materiale realizate de experți în domeniu.

Annabel Savery

*Fact or fake. The truth about survival skills*

First published in Great Britain in 2022 by Wayland, an imprint of Hachette Children's Group

Copyright © Hodder and Stoughton Limited, 2022

All rights reserved.

Series Designer: Rocket Design (East Anglia) Ltd

Consultant: Steve Parker

**Credite foto:**

Shutterstock: Astarina 4, Zaytseva Darya 5 (berry), Vector Tradition 5 (berry face), Anna Tarankova 5 (berry limbs), studiostoks 6, greoli 7, Selin Serhii 8, Ron Leishman 9, 18 (woman), 31, 37, 38, 53 (man), 80 (lion), 93t and 95, Sabelskaya 10, Tronin Andre 11, Sibiryanka 12, Ksuxa-muxa 13, Artelka\_Lucky 14–15, Sloth Astronaut 16, masdinnu 17 (flame), Alexander\_P 17 (sticks), 45 (tardigrade) and 78 (tap and glass), owatta 18 (glass) and 22, Kwaczek 19 (rope), Kryuchka Yaroslav 19 (climber), 578foot 20, grop 23 (figure), ArtMari 23 (dunes), sivVector 24, shekaka 25, In Art 26 (tornado), parose 26-27 (buildings) , DenisKrivoy 28, Ron and Joe 29, nicolai\_self\_taught 30 (telescope), Alexandriaandco 30 (blanket), Lexi Claus 32, Abdie 33 (water drop), aksol 33 (desert) , xygami 34, Elina Li 35, Top Vector Studio 36, omibomotu 38 (moon and stars) , Gallinago\_media 38 (tree), GoodStudio 39, Gazoukoo 40, Cory Thoman 41, Christopher Hall 42, ianlusung 43, Croisy 44–45, LHF Graphics 45 (magnifying glass), MarijaPiliponyte 46, Cattalina 47 and 88, Afishka 48, Allless 49, Planet Urf 51, 8Minutes 52, Kebon Doodle 53 (lightning), pxixel 54 (raft) , designer\_an 54 (sea), SofiaV 55, Riyad Sbeitan 56, Sudowoodo 57 (figure), Anastasiia Sorokina 57 (avalanche), Fonov 58, Afanasia 59, Soifi 60, Blueastro 61, wizdata1 62 and 94, An inspiration 63, DOLININAN 64 (scorpion) and 93bl, Mirbel 64 (fork) and 93br, Irina Levitskaya 65 (man), baldezh 66, Zdenek Sasek 67, T\_Dub0v 68, XAVIERDESIGN 69, keko-ka 70, Kosiakova Ekaterina 71, Robert Adrian Hillman 72, Luciano Cosmo 73, Franzi 74, Mas Hasyim 75, Andiz.od 76 (Mars), galacticus 76 (alien), Caso Alfonso 77, aksol 78 (cactus), HitToon 79 (sun), ANNA LESKINEN 79 (glass), Scc.comics 80 (figure), Vectorfarmer 81, Evgeny Komzolov 82–83, falisdeka 84, Sabelskaya 85, Yulia Glam 86, studiostoks 87, Egor Shilov 89 (hands), Katarina 5 89 (cactus) and 92, Dmitry Natashin 90, GraphicsRF.com 91 (ice cube), Vector Tradition 91 (face), Gun2becontinued 91 (flame).

All design elements from Shutterstock.

Copyright © Editura Paralela 45, 2024

Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate,

iar conținutul este protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.

[www.edituraparelela45.ro](http://www.edituraparelela45.ro)

# POTI SĂ FACI DIFERENȚA DINTRE FAPTELE ADEVĂRATE ȘI CELE FALSE?

O CĂMILĂ  
MOARTĂ  
POATE FI UN  
EXCELENT SAC  
DE DORMIT

**POFTIM?**

ANIMALELE  
SIMT MIROSUL  
FRICII

**CU SIGURANȚĂ!**

POTI SĂ SCAPI DE UN  
CROCODIL DACĂ-L  
LOVEȘTI ÎN OCHI

**NICI GÂND!**

POTI  
CURĂȚA APA  
CU AJUTORUL  
LUMINII  
SOARELUI

**SERIOS?!**

Continuă să citești și află adevărul din spatele bine-cunoscutei mituri și povești uimitoare despre supraviețuire. Descoperă știința din culise și impresionează-ți tovarășii exploratori, prietenii și familia cu informații ciudate, haioase și cu totul neobișnuite despre tehnicile de supraviețuire!

# POTI REZISTA MAI MULT TIMP FĂRĂ MÂNCARE DECÂT FĂRĂ APĂ



## ADEVĂRAT SAU FALS?

În mod normal, corpul nostru poate rezista până la trei zile fără apă și între 30 și 40 de zile fără mâncare. Cu toate acestea, situația se schimbă dacă faci exerciții fizice sau dacă te afli într-un loc cu temperaturi crescute.

## SPUNE-MI MAI MULTE

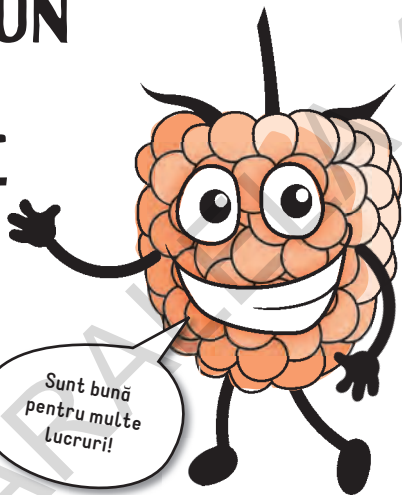
În principiu, avem nevoie de circa 10 pahare cu apă în fiecare zi, în condițiile unei zile normale. Apa se elimină prin transpirație, respirație și atunci când faci pipi. Dacă e cald afară sau faci exerciții fizice, apa se pierde mai repede. În lipsa mâncării, corpul folosește rezerva de grăsime sau de mușchi (în funcție de conformația ta) pentru a-și lua energie.

## FĂRĂ APĂ

Multe persoane au apă din belșug, dar, în lume, există mai mult de un miliard de oameni care nu au acces la o sursă de apă potabilă.

VERDICT  
.....  
Adevărat

# SINGURUL LUCRU LA CARE E BUN MURUL — ESTE — SĂ FACĂ MURE



## ADEVĂRAT SAU FALS?

Murele sunt fructele unui arbust numit mur, o plantă cu tulpinile răsucite și cu țepi, care crește prin tufișuri și pe câmpuri. Probabil că ai cules mure ca să le mănânci sau să le pui în preparate, dar trebuie să știi că acest arbust spinos poate avea multe întrebunișuri!

## SPUNE-MI MAI MULTE

Pentru început, și tulpinile murului sunt bune de mâncat. Trebuie mai întâi să le înlături țepii. Frunzele pot fi fierte pentru a face ceai. Tulpinile mai tari și mai uscate se pot folosi pentru fabricarea aței de pescuit sau a sforii. Frunzele ajută și pentru calmarea arsurilor și a umflăturilor. În concluzie, murul e o plantă foarte utilă dacă ești nevoit să stai în sălbăcie.

VERDICT  
.....  
**Fals**



# POȚI SĂ FACI SFOARĂ DIN URZICI

## ADEVĂRAT SAU FALS?

Imaginează-ți că te-ai rătăcit în pădure. Poți să-ți construiești un adăpost, însă e nevoie să-l fixezi și nu ai niciun fel de sfoară. Privind în jur, ochești o urzică...

## SPUNE-MI MAI MULTE

Poate că urzicile sunt supărătoare atunci când te înțepă, însă sunt foarte utile. Alege cu grijă o urzică înaltă, apoi, purtând mănuși, înlătură-i frunzele. În tulpină stă ascuns un fir natural foarte rezistent. După ce este curățată de perii înțepători, tulpina de urzică poate fi strivită și despicateă pentru a culege fibrele tari. După ce se usucă, acestea pot fi împletite într-o sfoară foarte rezistentă.

## ○ BURUIANĂ DE FOLOS

Sfoara nu este singura întrebuințare a eficienței urzici – poți să-i gătești și să-i mănânci frunzele, exact cum faci cu spanacul, acesta având de asemenea uz medicinal. Urzicile sunt și o sursă esențială de hrană pentru unele insecte!

VERDICT  
.....  
**Adevărat**



# POȚI SĂ SUGI VENINUL DINTR-O MUȘCĂTURĂ DE ȘARPE

## ADEVĂRAT SAU FALS?

Acesta este unul dintre acele mituri popularizate de filme, dar care nu funcționează cu adevărat. Persoana care sugă veninul din rană l-ar putea ingera, iar saliva ar putea conține microbi ce pot provoca infecții.

## SPUNE-MI MAI MULTE

Dacă cineva este mușcat de șarpe, cel mai bun lucru pe care-l poți face este să pui presiune și un bandaj pe rană și să ceri urgent ajutor specializat. Ar putea fi de folos ca victima să-și dea jos hainele strâmte, dacă locul mușcăturii s-a umflat. Este de asemenea important să ții minte cum arăta șarpele, ca să-l poți descrie celor de la serviciul de urgență.

VERDICT

**Fals**

# GLOSAR

**(a) amputa** – a tăia o parte a corpului.

**analog** – afișaj pentru ceas, cu indicatoare pentru oră, minute și secunde.

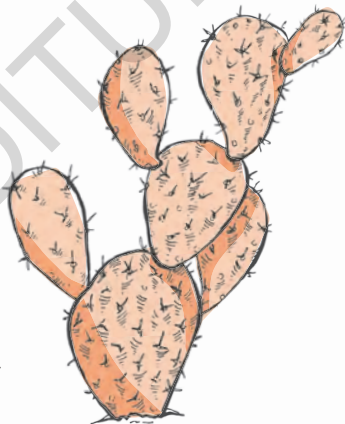
**(a) ancora** – a te ține bine de ceva.

**Anzi** – lanț montan din America de Sud.

**bacterie** – microorganism care poate provoca boli.

**banchiză** – bucată de gheață plutitoare.

**cameră de decompresie** – o încăpere mică, în care se poate ajusta presiunea aerului. Este folosită de către scafandrii de adâncime, atunci când trebuie să se readapteze revenind la suprafață sau la presiunea normală a aerului.



**codul Morse** – alfabet de simboluri, în care fiecare literă este reprezentată de o serie diferită de puncte și linii.

**complex rezidențial** – un bloc de apartamente; o comunitate care trăiește într-un ansamblu compus din clădiri sau case grupate.

**crevasă** – o crăpătură adâncă și deschisă, de exemplu, într-un ghețar.

**degerătură** – rană provocată de vătămarea țesutului corpului prin expunerea la frig extrem.

**(a se) deshidrata** – atunci când corpul pierde o cantitate mare de apă.

**dezorientat** – atunci când ți-ai pierdut simțul de a te orienta în spațiu (simțul direcției).

**emisfera nordică** – jumătatea planetei Pământ care se găsește deasupra ecuatorului (o linie invizibilă care înconjoară Pământul la o distanță egală de poli).

**emisfera sudică** – jumătatea planetei Pământ care se găsește dedesubtul ecuatorului (o linie invizibilă care înconjoară Pământul la o distanță egală de poli).