

SOMMAIRE #155



06 PORTFOLIO : A HAUT RISQUE

Plongée dans le monde des professionnels du sauvetage au cœur de situations extrêmes.

16 LIMITES FATALES DE NOTRE CORPS

En mode survie, sachez avant tout comment votre corps réagit au froid, à la faim et à la soif.

18 LES RÉFLEXES DE SURVIVANTS

Ils sont sortis indemnes de crashes, naufrages et tsunamis... et ils partagent le secret de leur survie.

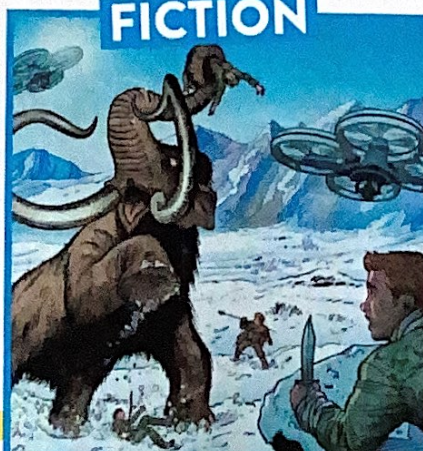
26 UN MENTAL A TOUTE ÉPREUVE

Sauveteurs et rescapés nous livrent toutes les techniques pour affronter une situation imprévue.

34 SE SORTIR DE SITUATIONS RISQUÉES

Pour se sentir aussi à l'aise face à un animal sauvage qu'un aventurier confirmé.

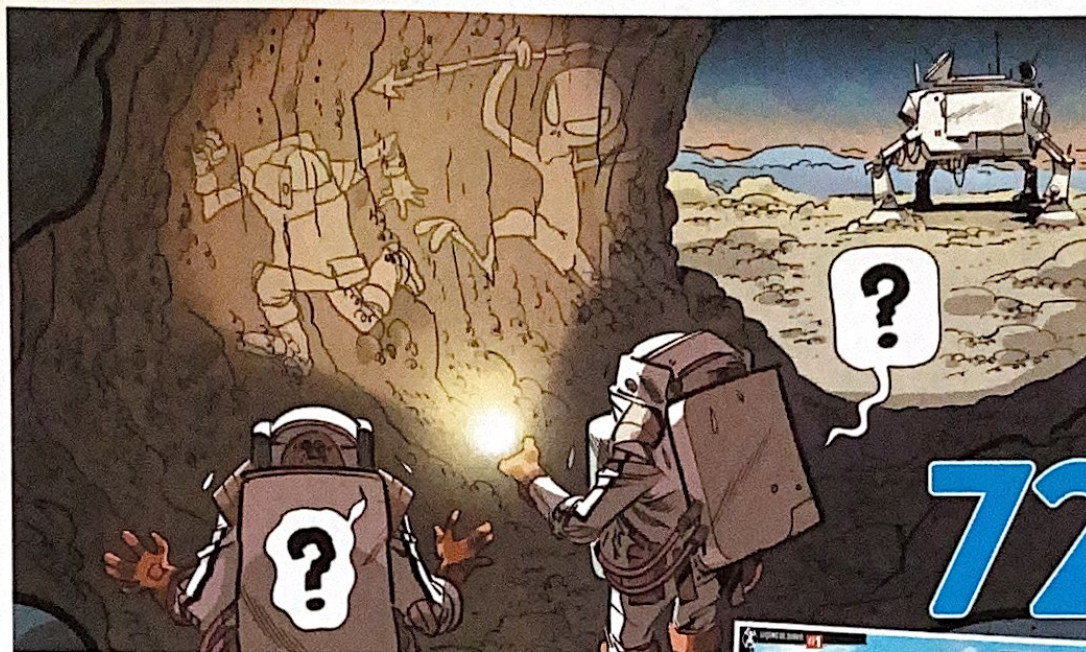
FICTION



86 L'ULTIME DÉFI

Une nouvelle écrite
par Vincent Villeminot

Quand Rouslan, jeune lycéen débrouillard, choisit de relever des challenges que ses amis diffusent ensuite sur les réseaux sociaux, il n' imagine pas qu'il vient de mettre le doigt dans un engrenage dangereux. Un petit jeu qui l'emmènera loin, très loin...



44 APPERT, LE PÈRE DE LA CONSERVE

Retour sur l'invention qui a permis de survivre aux hivers difficiles et aux mauvaises récoltes.

52 QUE FAIRE EN CAS DE SÉISME

Vous saurez tout sur les bons réflexes à adopter (et les gestes à éviter) si la Terre tremble.

58 CRÉEZ VOTRE CENTRALE ÉLECTRIQUE

Plus d'électricité? Construisez un petit générateur capable de recharger votre téléphone.

66 PRISONNIERS DES EAUX

L'histoire d'un sauvetage hors du commun d'ados thaïlandais coincés dans une grotte inondée.

72 ET SI VOUS ÉTIEZ SEUL SUR MARS

Les six problèmes à résoudre sans tarder pour espérer vivre sur la planète rouge.

82 SURVIVREZ-VOUS À CE TEST?

Voici venue l'épreuve de vérité : avez-vous retenu nos conseils pour vous sortir de catastrophes?

Leçons de survie

- 32 Sortir vivant de la haute mer
- 50 Sortir vivant du désert
- 64 Sortir vivant de la jungle
- 80 Sortir vivant du grand froid

Recevez *Science & Vie Junior* chez vous.
Bulletins d'abonnement p. 57 et 98.
Vous pouvez aussi vous abonner par téléphone au
01 48 48 47 85 ou par Internet sur www.kiosquemag.com

POUR NOUS ÉCRIRE

Rédaction : svjhs@reworldmedia.com
Abonnements et anciens numéros :
taper sur internet abo.svjunior.fr

Illustration de couverture : Reno pour SVJHS