

Ma Check-list Résilience

Je dois rester à la maison...

Manger/Boire

- ☐ Réchaud de camping: gaz, alcool,...
- ☐ Bombonne ou combustible pour le réchaud
- ☐ Allume-gaz ou allumettes
- ☐ Filtre à eau
- ☐ Pilules pour purification de l'eau
- ☐ Bouteilles, gourdes ou bidons
- ☐ Réserve d'eau
- ☐ Nourriture de longue conservation:
- ☐ - pâtes, riz...
- ☐ - conserve de légumes
- ☐ - conserves de viande/poisson
- ☐ - légumes
- ☐ - nourriture 'plaisir': bonbons, biscuits, chocolat,...
- ☐ - lait, jus de fruits, café, thé...
- ☐ Nourriture fraîche de longue conservation

Se chauffer

- ☐ Radiateur d'appoint (gaz, pétrole,...)

Se protéger

- ☐ Casque balistique
- ☐ Poncho liner
- ☐ Gants
- ☐ Caisse plastique
- ☐ Sifflet

Je dois évacuer ma maison...

Indispensable:

- ☐ Les articles marqués *
- ☐ Sac 35L facilement transportable: à dos,...
- ☐ Smartphone et/ou tablette connectée
- ☐ Argent liquide: grosses coupures/petites coupures/pièces de 1 euro
- ☐ Couverture, plaid polyester,...
- ☐ Vêtements de pluie

Utile:

- ☐ Vêtements d'extérieur: jeans + sweat, training,...

Se soigner/hygiène

- ☐ Trousse de premiers soins
- ☐ - anti-douleur
- ☐ - antibiotique à large spectre
- ☐ - anti-diarrhée
- ☐ - pansement compressif
- ☐ - garrot
- ☐ - sparadraps de tailles diverses
- ☐ - médicaments personnels en réserve
- ☐ - lunettes de rechange basiques
- ☐ Lingettes humides
- ☐ Gel hydroalcoolique

Communiquer

- ☐ Batterie pour chargement USB + câbles
- ☐ Poste de radio à piles
- ☐ Jeu de cartes

Bricoler

- ☐ Outil multifonctions
- ☐ Boîte à outil IKEA

Voir

- ☐ Lampe frontale
- ☐ Lampe de poche
- ☐ Bougies

Numéro d'urgence :  112