

## KIT RESILIENCE

Hypothèses privilégiées : arrêt brutal des différents circuits interrompant les approvisionnements, pour une durée d'une semaine à plusieurs mois. Des provisions pour un, deux à trois mois laissent un peu de temps pour organiser l'action collective dans le calme et la sécurité. L'éventualité de devoir quitter d'urgence son domicile n'est pas retenue ici.

	<i>Durée conservation</i>	<i>Quantité/ personnes</i>	<i>Quantité /foyer</i>	<i>L'essentiel "sac de survie" pour l'hypothèse quitter son domicile</i>
<b>1 ARGENT</b>				
Conserver en lieu sûr de l'argent en petites coupures (si système bancaire arrêté : espèces nécessaires)			2 à 5 000€	X
logiciel pour payer par téléphone				
<b>2 BEBES</b>				
Couches lavables				X
Aliments conservables selon l'âge du bébé		petits pots		
Lait hydratant, soins du corps				
aliments deshydratés				X
<b>3 CHAUFFAGE /cuisson</b>				
Disposer d'un appoint (poêle à bois, radiateur gaz...)				
Provision bois				
allume feu, allumettes, briquet				X
bouillotte ou brique réfractaire				X
marmite norvegienne				
bouteilles gaz butane			4	
voir camping gaz : cartouche à gaz et réchaud				
Four solaire				X
<b>4 COMMUNICATION</b>				
Poste radio / transistor à piles ou manivelle et solaire				X
Téléphone portable				X
CB				X
<b>chargeur solaire</b> pour portables performant (chercher autre wakawaka) / panneau PV avec batterie voiture & onduleur : voir Jérôme) => penser des bases de recharge : proposer aux mairies				
<b>talkie walkie</b> : Mpierre (se faire un réseau relais pur se tenir en lien) : voir capacités, conso, piles?, consommation ? Portées, distances => voir Bertrand				
<b>Bertrand</b> : réception selon antenne / ne passe pas les montagnes : se renseigne// <b>Jérôme</b> : survivalistes : retevis				
<b>5 COUCHAGE</b>				
Sac de couchage très chaud			1	
Couvertures chaudes			1	
sursac respirant (genre goretex)			1	
matelas gonflable			1	
sac à viande : pashmina (mieux que soie)			1	

pti kit Solaire nomade à 1000€ pour recharger son téléphone : <https://www.monkitsolaire.fr/produit/neo-bank-312-1/218.html>

## KIT RESILIENCE

	<i>Durée conservation</i>	<i>Quantité/ personnes</i>	<i>Quantité /foyer</i>	<b>L'essentiel "sac de survie" pour l'hypothèse quitter son domicile</b>
<b>6 DEPLACEMENTS MOBILITE/carburant</b>				
Vélo en état, sac de portage Chambres, pneus, cables de rechange, kit crevaisson Antivol résistant			1	
Cartes, boussole charriote derrière vélo ou pour tirage manuel (50/60kg) Patrick se renseigne près dromolib (Morgane Régnier)			1	
jerrican 20l			2	
Carburant	l'essence se dégrade sous 3 mois		20 litres	A ne pas stocker dans la voiture ou dans la maison
grosse voiture				
<b>7 EAU</b>				
Eau potable Purificateur eau avec notice : filtre par gravité Doulton/ Berkey Comprimés de purification de l'eau Filtre Katadyn			400 litres	
javel : PCH ? Ou berlingot récupérateur eau pluie / fut alimentaire de 60l pour intérieur/ ou 120l (gamm vert) cuve 1000l d'hydrolat pour stockage eau pluie		se conserve		
<b>8 electricité</b>				
Station autonome panneaux voltaïques- éolienne (voir Jérôme :électricité spécifique : distinguer production et consommation) phtoV assez simple à mettre en œuvre			1	
groupe électrogène !!! système pour alimenter chauffage central/chaudières à granulés :starter pour produire l'étincelle lumière : lampe à pétrole,				
<b>9 ENTRETIEN (produits)</b>				
Sacs poubelle de 30 litres			400	
Briquets, allumettes			20	
Eau de javel, désinfectant Alcool ménager 90° Produits de dératisation/protéger nourriture : garde manger / tapettes produit vaisselle/éponges ,,			20 litres	Multiusages, dont soins

## KIT RESILIENCE

	<i>Durée conservation</i>	<i>Quantité/ personnes</i>	<i>Quantité /foyer</i>	<b>L'essentiel "sac de survie" pour l'hypothèse quitter son domicile</b>
<b>10 HYGIENE</b>				
Papier toilette			250	
Serviettes hygiéniques / Moon cup			60	
Savon (de marseille en pains)			3Kg	
Gel hydro-alcoolique				
Bains de bouche / kit carie (clou girofle)				
Gants en nitrile				
Dentifrice/ brosses à dent			3	
Lessive (ou savon de Marseille)				
Bicarbonate de soude			10 Kg	
Rasoirs, savon à raser				
masques				
colle extra forte pour suture				
shampooing solide				
toilettes sèches, avec litière en granules bois				
Chiffons (multiusages)				
<b>11 JARDIN</b>				
graines, des graines et des graines				
<b>12 LOISIRS/savoirs et culture</b>				
Livres				Médiathèque = ressource
jeux sociétés				Médiathèque = ressource
disque dur 1T avec films				
musique : radio à piles, lecteur mp3 avec pte enceinte				
<b>13 NOURRITURE ALIMENTATION (voir ONGLET spécifique)</b>				
Pâtes (au blé complet), riz, haricots secs,				Produits de longue conservation
lentilles, fèves, blé, couscous,				Produits de longue conservation
Conserves (viandes, légumes...)		1 an		L'huile de tournesol très riche en énergie
Huile végétale				
Vinaigre				
Lait en poudre			6 mois	
Sel fin				Ne coute rien, sert aussi à conserver certains aliments, faire de l'eau de Javel
Gros sel				
Sucre				Assez dense en énergie
Miel				
Café-thé, chocolat				Permet de filter l'eau
Filtres à café				Si pénurie d'eau
Vaisselle jetable				
Semences				
Bocaux en verre et hermétiques				
Farine				
Purée mousseline				
Fruits secs (noix, noisettes..)			6 mois	Les noix et noisettes sont très denses en énergie
Pommes de terre, topinambours			6 mois	
Céréales			1 an	
Confitures			1 an	
Vitamines				

## KIT RESILIENCE

	<i>Durée conservation</i>	<i>Quantité/ personnes</i>	<i>Quantité /foyer</i>	<b>L'essentiel "sac de survie" pour l'hypothèse quitter son domicile</b>
<b>14 OFFICIEL</b>				
Cartes identité, livret de famille, cartes VITAL...				
Codes bancaires, mots de passe, assurances,				
<b>15 OUTILS</b>				
Piles rechargeables AA et AAA				
Chargeurs solaires : performants (à trouver)				
lampe solaire : littlesun.com				
Gants de protection : cuir, caoutchouc rosiers,				
Couteaux de cuisine aiguisés / opinel inox ou acier				
pierre à aiguiser				
Ruban adhésif multitâches				
Jerricans souples, vaches à eau				
Seaux, bassines, entonnoir, tamis, passoire				
Papier, stylos, crayon bois, carnet/cahier notes				
lance pierre, sarbacanne, boules pointues				
arc & fleches				
Hache, scie, merlin				
Bouilloire				
Gourde				
Pompe à eau				
Pompe carburant/ jerrican				
Bougies longue durée (et bon marché : de ménage)				
Lampes torches (à manivelle ?), lampe frontale				
Ouvre boîte,				
Boîte à outils de base				
Corde, cordelette, lanières, ficelle				
montre qui se remonte				
pinces à linge				
mousqueton, maillon rapide, manille				
apprendre à nœud				
tarp (bâche)				
pierre à feu, amadou, briquet, allumettes ds				
boîte étanche				
jumelles, loupe botaniste				
cartes papier				
GPS				
<b>16 SANTE SOINS</b>				
Pansements : en 5 cm de large à découper				
bandes nylex, bandes velpeau, de strapping elastoplaste				
compresses de gaze				
désinfectants : savon, biseptine, H2O2, tture calendula, soluté dakin ou eau javel, alcool 70°				
sparadrap : à découper				
sutures cutanées steristrip / colle super glue				
loctite				
3M : bande coheban autoagrippante				
brulures : biafine, huile millepertuis, miel,				
coupeur de feu (gervaise), aloe vera				
piques insectes : moxa, plantain, lavande				
aspic, apis mell 7 CH				
choc : rescue, arnica, helichryse				
tiques : tire tique, tictox (ou mélange HE :				
sarriette ou origan, thym, tea tree, naouli, ravintsara)				

## KIT RESILIENCE

<i>Durée conservation</i>	<i>Quantité/ personnes</i>	<i>Quantité /foyer</i>	<b>L'essentiel "sac de survie" pour l'hypothèse quitter son domicile</b>
			antidouleur, antipyrétiques : Doliprane, aspirine, cephyl, belladonna 5 ou 7CH, thermomètre Coton, gaze insolation : eau sterile + vinaigre frais ds oreilles sur coton, à renouveler pour refroidir cerveau Médicaments traitement en cours Antidiarrhétique : Smecta, argile, charbon végétal, immunité : chlorure de mg, Tture echinacée (préparation de terrain) dents : clous de girofle, laurier noble, kit d'obturation dentaire ?) ; abcès : clou girofle, tea tree, argile otite : argile, HE antiinfectieuses (Lavande stoechas) homéo : pyrogenium (infections moches), sulfur (fait sortir) HE : lavande, ravintsara/saro, tea tree, thym forts (thymol) & doux (linalol), origan ou sarriette, menthe, pin sylvestre, laurier noble, hélichryse; gaulthérie, pdts de ruche : miel, propolis hydrolats : thym, laurier eau hydrolats : camomille, bleuet antihistaminique : plantain, yeux (infusion euphrase), cetirizine piqures serpent : moxa hemorrhagies : achillée, ciste (hydrolat) deshydratation : Cf.soluté : sel/sucre/eau urgence (oedeme de quincke) : cortisone : prednisolone, vitamine C sans sucre, ni edulcorant, comprimés bionutrix gemmo : cassis, églantier, sels desacidifiants (sortie nucléaire car ces ions Na, K,aturent les récepteurs du radium, et brulures gastriques) : alcabase antipoison : charbon végétal activé nucléaire :iodure de K bicarbonate, vinaigre couverture de survie, pince à écharde, bistouri, ciseaux, épingles à nourrice, élastiques, briquet, accompagnement fin de vie ?
<b>17 SECURITE</b>			Poivre de Cayenne Extincteurs Détecteurs de fumée Fusil et munition opinel lance pierre, sarbacanne, boules pointues faire alliance avec chasseurs
<b>18 SENIORS</b>			chaise pot, lunettes de secours loupe
<b>19 VETEMENTS</b>			Vêtements chauds vêtements légers ss vêtements de rechange chaussettes laine chaudes Vêtements de pluie Chaussures de marche

Risques accrus si plus d'électricité

i

2 paires

## KIT RESILIENCE

	<i>Durée conservation</i>	<i>Quantité/ personnes</i>	<i>Quantité /foyer</i>	<b>L'essentiel "sac de survie" pour l'hypothèse quitter son domicile</b>
Bottes				
Sac à dos				
Trousse couture				
chapeau,				
écharpe, gants bonnets,				
ceinture				
duvet chaud				
Lacets de secours				
<b>20 DIVERS</b>				
Disposer d'un poulailler				
Moustiquaires			1	