

LES BASES DE LA SURVIE

ANTICIPER, SE PRÉPARER, RESTER EN VIE

La survie ne consiste pas à vivre plusieurs semaines dans la nature. Elle consiste à **gagner du temps**, rester lucide et **prendre les bonnes décisions** jusqu'à l'arrivée des secours ou le retour à une situation normale.



DES SITUATIONS QUI PEUVENT BASCULER EN QUELQUES MINUTES

INCENDIE
Le feu se propage rapidement.
Un ordre d'évacuation peut tomber à tout moment.
Vous avez parfois moins d'une heure pour quitter votre domicile.

INONDATION
Les crues soudaines coupent les routes, isolent les habitations et rendent l'accès aux services essentiels impossible.

RANDONNÉE PERTURBÉE
Un orage violent, une chute de température ou une perte d'itinéraire peuvent rapidement transformer une sortie nature en situation d'urgence.

AUTRES SITUATIONS
Panne de véhicule en zone isolée, coupure de réseau, tempête, tremblement de terre, catastrophe industrielle... Dans ces moments-là, vous devez compter sur votre propre préparation.

LES 5 PRIORITÉS DE LA SURVIE

1. L'EAU
L'être humain peut survivre plusieurs semaines sans nourriture mais seulement quelques jours sans eau.
• Prévoir au minimum 3 litres d'eau par personne et par jour.
• En milieu naturel : filtrer, faire bouillir ou utiliser des pastilles de purification.
Prévoir une gourde filtrante.

2. L'ABRI
Le froid, la pluie ou le vent deviennent rapidement plus dangereux que la faim.
Un abri permet de :
• conserver la chaleur corporelle
• rester au sec
• récupérer physiquement
Même une bâche ou une couverture de survie peuvent faire la différence.

3. LE FEU
Le feu permet de :
• se réchauffer
• sécher des vêtements
• purifier de l'eau
• cuisiner
• signaler sa présence
Prévoir plusieurs moyens d'allumage : briquet, allume-feu, firesteel, allumettes étanches.

4. S'ORIENTER
Perdre son orientation augmente énormément les risques.
Toujours disposer :
• d'une carte
• d'une boussole
• d'un téléphone chargé
• d'une batterie externe
RÉSEAU SATURÉ OU COUPÉ
La plupart du temps, les réseaux 3G, 4G ou 5G sont saturés voire coupés.
Prévoyez des solutions autonomes et fiables.

5. LES PREMIERS SECOURS
Une petite blessure peut rapidement devenir un problème majeur.
Prévoir : pansements, compresses, désinfectant, couverture de survie, médicaments personnels, antidouleur.

LE MATÉRIEL INDISPENSABLE

LE SAC	HYDRATATION	COUPE	FEU	ORIENTATION	PROTECTION	SANTÉ	ALIMENTATION
	- Gourde filtrante (30 à 50 L), eau - Réserve d'eau - Pastilles ou filtre	- Couteau fixe robuste - Multitool	- Firesteel - Briquet - Allume-feu	- Carte - Boussole - Lampe frontale - Batterie externe	- Bâche - Couverture de survie - Paracorde	- Trousse de premiers secours - Médicaments personnels	- Barres énergétiques - Fruits secs - Nourriture longue conservation

EN CAS D'ÉVACUATION D'URGENCE

Préparez à l'avance un sac facilement accessible contenant :

- ✓ Vêtements de rechange
- ✓ Papiers d'identité (ou copies)
- ✓ Médicaments
- ✓ Chargeurs
- ✓ Téléphone et batterie externe
- ✓ Lampe frontale
- ✓ Couteau multifonction
- ✓ Briquet
- ✓ Eau (minimum 2 à 3 L / personne)
- ✓ Nourriture pour 24 à 72 h
- ✓ Couverture de survie
- ✓ Argent liquide
- ✓ Clés et doubles des accès

Ne perdez jamais de temps à récupérer des objets de valeur. Votre priorité reste votre sécurité et celle de vos proches.

LES ERREURS LES PLUS FRÉQUENTES

- ✗ Attendre le dernier moment pour partir.
- ✗ Sous-estimer la vitesse de propagation d'un incendie ou d'une montée des eaux.
- ✗ Partir sans eau.
- ✗ Quitter les chemins balisés.
- ✗ Utiliser son téléphone jusqu'à vider la batterie.
- ✗ Surestimer ses capacités physiques.
- ✗ Ne prévenir personne de son itinéraire.

LES RÈGLES D'OR STOP

- S** S'ARRÊTER
Dès que la situation se dégrade.
- T** OBSERVER
Son environnement.
- O** ORGANISER
Ses priorités.
- P** PASSER À L'ACTION
Avec calme.

En situation d'urgence, la panique est souvent plus dangereuse que l'événement lui-même.

LA SURVIE COMMENCE AVANT L'URGENCE

Soyez prêt aujourd'hui, pour faire face demain. La préparation est votre meilleure alliée.



ROBUSTE
Matériaux fiables

POLYVALENT
Pour toutes les aventures

FIABLE
Conçu pour durer

INDISPENSABLE
En toute situation

RAPPELEZ-VOUS :

Vous n'aurez peut-être pas le temps de tout prévoir. Mais vous pouvez prévoir l'essentiel.

ANTICIPER, C'EST SURVIVRE.