

Préparer son sac d'urgence

À L'AVANCE (SI POSSIBLES) :

- Eau** : six litres par personne en petites bouteilles.
- Nourriture de secours (nécessitant peu d'eau)** : barres énergétiques, fruits secs, conserves, petit pots pour bébé, etc.
- Lampe de poche** avec 2 jeux de piles de rechange ou lampe à manivelle (dynamo).
- Radio avec piles ou batteries**, ou bien une radio sans pile à manivelle.
- Trousse médicale de premiers soins** : bandelettes, alcool, sparadrap, paracétamol, antidiarrhéique, gel hydroalcoolique...
- Bougies** avec allumettes ou briquet.
- Un double des clés** de maison et de la voiture.

AU DERNIER MOMENT :

- Vos médicaments** de traitement en cours.
- Un téléphone portable** + batterie externe chargée.
- Argent liquide** et/ou CB + carte d'identité

À PRÉVOIR ÉGALEMENT, EN OPTION

- Vêtements et chaussures** de rechange.
- Papier hygiénique**, hygiène personnelle.
- Sac de couchage**.
- Jeux divers** : cartes, dés, dominos... (pour s'occuper)

Pratique : protégez dans un sac plastique les objets de valeur et les papiers importants.
Nécessaire : vérifiez régulièrement les dates de péremption de la nourriture et des médicaments.