

Manuel de préparation aux situations d'urgence

- *Toujours prêt.*

Pour ne pas subir les événements imprévus, qu'ils soient anodins ou catastrophiques, il est nécessaire de se préparer un minimum. Cette préparation doit suivre plusieurs axes, dans l'ordre décroissant d'importance : l'aspect mental et psychologique (*vouloir* surmonter l'événement), l'aspect technique (détenir un minimum de capacités manuelles et de conception), l'aspect physique (surtout au niveau de l'endurance) et enfin le matériel.

Chacun doit faire comme il l'entend. Les orientations générales et des conseils précis que nous proposons sont à adapter à votre cas particulier. Notre expérience se base sur quelques années passées en Afrique, une pratique du scoutisme et les échanges avec les nombreux survivalistes que comptent notre famille (et marginalement notre expérience militaire). Tout ce qui sera décrit a déjà été appliqué, ou l'est encore aujourd'hui, dans des situations réelles et quotidiennes.

Nous allons surtout nous orienter vers le matériel indispensable qui sera utilisé au quotidien comme en situation d'urgence. Il suffit d'un rien pour se retrouver dans une situation désagréable (crever un pneu au *cul-du-loup* au milieu de la nuit), hostile (émeutes, persécution judiciaire) ou cataclysmique (attentat, accident NBC, tremblement de terre, tempête, accident de transport, inondation, incendie...).

Il est important de comprendre que le matériel ne vient pas remplacer la technique. Et la technique ne peut jamais remplacer le sang-froid.

En partant du principe que le pire est toujours sûr, nous sommes certains de ne pas être déçus. Nous sommes habitués à un très haut niveau de confort (eau chaude, nourriture abondante sinon de qualité, transports...). Si la situation que vous vivez tourne à la catastrophe, le confort minimal et rustique apporté par votre prévoyance et votre matériel sera indispensable pour sauvegarder le moral et ne pas déprimer.

Le matériel que nous avons choisi obéit à deux tendances : la polyvalence et la redondance. Il est important de ne jamais se retrouver pris au dépourvu. De plus, vous pouvez vous retrouver amené à coopérer avec d'autres personnes, et il peut être utile de leur fournir des outils pour que le groupe soit efficace (sans parler des possibilités de troc qui peuvent être fructueuses). Les seules limites à cette logique sont l'encombrement et le budget.

I. les différents besoins

Il est nécessaire tout d'abord de bien séparer ce qui dépend de la nécessité physiologique et ce qui dépend du confort. L'être humain a besoin de respirer, de s'hydrater, il a besoin de dormir, il a besoin de manger. Ces quatre besoins absolus satisfaits, tout le reste en découle et les autres nécessités organiques et psychologiques peuvent prendre leur rang.

Le problème de l'air est sans doute le plus compliqué à résoudre, dans la mesure où nous n'avons que de maigres pis-aller à l'éventualité d'une disparition locale (pollution, bombe isobarique, incendie, noyade) ou totale (...) de l'atmosphère. Plantes vertes, réserves d'oxygène (dangereux, coûteux, lourd), masques à gaz... Nous n'avons pas de solution toute faite.

Parce que nous avons besoin de nous hydrater, il faudra toujours veiller à disposer d'une source d'eau à proximité. Cette eau potable sera attribuée prioritairement à l'hydratation.

Parce que nous avons besoin de dormir, il faudra s'abriter (du froid, de la chaleur, des prédateurs...). Cela implique soit d'avoir un abri, soit d'être capable de s'en confectionner un. Parce que nous avons besoin de manger, il faudra être capable de trouver de la nourriture. Voilà donc nos priorités. Nous allons tenter de les résoudre.

II. Le matériel à porter sur soi

A. La base

Nous entendons par là les outils dont nous pouvons disposer en permanence, dont nous ne nous séparons jamais, qu'ils soient dans une poche ou dans un étui.

1. *Le couteau*. C'est la base. Le couteau, bien manipulé, est un outil qui permettra de répondre à la plupart des nécessités quotidiennes (ouvrir son courrier, couper des aliments, etc.) ainsi qu'à toutes les situations exceptionnelles (légitime défense, création d'outils en bois, feu, bricolage...). Il sera donc robuste, de bonne qualité, relativement léger et peu encombrant de manière à être disponible en permanence (s'il est trop encombrant, il se retrouvera rapidement au fond d'un tiroir). Nous vous proposons quelques exemples :

- un couteau suisse *Victorinox* 91 mm. C'est une gamme très vaste, qui permet un choix en fonction de ses priorités. Le *Spartan* est le plus compact, le *Camper* est doté en plus d'une excellente scie à bois (capable de couper un arbre), le *Stayglow* a l'avantage d'avoir des plaquettes fluo-luminescentes, qui permettent de le repérer facilement et enfin le *Ranger* a une scie à métaux en plus de la scie à bois.

[<http://www.swiss-knife.com/FR/sk/VictorinoxCouteauxSuisse/91mm-tire-bouchon.html>]

- un *Opinel*. Là encore, le catalogue est assez vaste en terme de finitions et de tailles. Nous vous conseillons de rester dans le basique, un numéro 8 par exemple. En alternative on peut envisager la serpe numéro 8, le modèle « pointu » ou le numéro 7 à bout rond « mon premier Opinel ».

[<http://www.opinel.fr>]

- un *Douk-Douk*. C'est basique, tranchant, solide, rustique. Ce modèle demande une certaine familiarité pour être correctement utilisé.

[http://perso.wanadoo.fr/jean-paul.gauche/couteaux/d_douk.html]

- le *Benchmade* Tika est un excellent choix également. Léger, de qualité optimale, tranchant comme un rasoir, il se manipule très facilement. Son ouverture une main lui donne un avantage certain sur les canifs traditionnels. Le gros avantage sur les autres lames de sa génération, c'est son prix (environ trente-cinq euros).

[http://www.nice-lames.com/catalog/product_info.php?products_id=373]

Ce ne sont que des propositions, l'important dans un couteau est qu'il corresponde à vos goûts, votre budget et votre habileté. Cela dit, choisir un CRKT, un Spyderco ou un Benchmade ne peut pas être une mauvaise idée.

On privilégiera un couteau de couleur vive, apte à être rapidement repéré une fois tombé dans l'herbe.

2. *Le briquet*. Il est toujours possible de faire du feu sans utiliser de briquet ni d'allumettes, mais c'est probablement se compliquer la vie pour rien. Il est certain que l'usage du briquet est très limité en milieu urbain (à part pour les fumeurs). Mais en usage *extraordinaire*, la capacité de faire du feu peut tout simplement représenter la différence entre la vie et la mort (se réchauffer, cuisiner, faire bouillir de l'eau...). L'avantage du briquet sur les allumettes, mêmes étanches, même de *survie*, c'est la compacité, le côté *tout en un*, l'autonomie et la fiabilité. Nous avons choisi des briquets dans la gamme Bic. Mini-Bic, Bic maxi, Bic électronique. Le prix est modique, on les trouve partout, on les perd ou on se les fait voler plus qu'on ne les use. Il existe des alternatives au briquet jetable (*Zippo*, par exemple), mais l'idée de se trimbalier avec le kit de maintenance (pierres, essence, mèche...) ne nous satisfait pas. Les Bic existent dans des tas de couleurs vives, voire fluorescentes.

[http://www.bicworld.com/inter_fr/lighters/classics/index.asp]

3. *Le carnet et le stylo*. Nous avons choisi les carnets brochés de 192 pages de 110 par 170 millimètres qui existent sous plusieurs marques. Le carnet permet de sauvegarder (et de transmettre) des tas d'information, de dresser des plans, d'amorcer un feu avec une feuille arrachée... La brochure est une reliure très solide, bien supérieure aux spirales et aux agrafes qui lâchent rapidement. Le carnet n'a pas besoin de piles, craint marginalement l'eau, supporte aisément les hautes températures (normalement, s'il brûle, vous aussi) et avec 192 pages, a une durée de vie très acceptable. Il existe des carnets tropicalisés, mais leur coût est prohibitif (à

moins que vous ayez le besoin d'écrire sous l'eau). Avec cette taille de 110 x 170, le carnet rentre tout à fait dans une poche arrière de jean ou dans une poche cargo de treillis. De plus, sa couverture cartonnée permet d'accueillir un miroir de survie en acier ainsi qu'un rapporteur/décimètre. Pour écrire, nous avons choisi le Bic à bille compact qui procure un bon rapport encombrement/robustesse/autonomie, à un coût modique. Son encre tient relativement l'humidité, même si ce n'est pas bien sûr une condition idéale. Il existe également des stylos à encre tropicalisée, mais leur coût est excessif par rapport à leur utilité.

[http://www.bicworld.com/inter_fr/bdd/product_express.asp?product_id=104]

4. *La lampe*. Un accessoire notablement revalorisé par une utilisation quotidienne ; comme pour son couteau, une fois qu'on a pris l'habitude de l'avoir sur soi, on ne peut plus s'en passer. Nous avons sélectionné la marque *Inova*, qui offre le meilleur rapport coût/robustesse/puissance/autonomie/encombrement. Nous utilisons au quotidien deux modèles complémentaires : la X1, de faible puissance (l'équivalent d'une *Mini-Maglite*), très compacte, fonctionnant une dizaine d'heures durant sur une pile LR6 très facilement disponible ; la X5 est légèrement plus grande, et dispose d'une grande puissance (portée réelle : 50 mètres). Elle utilise des piles CR123 au lithium. Seuls soucis, ces dernières sont très coûteuses et ne sont pas disponibles partout. Néanmoins, avec une autonomie de plus de vingt heures en puissance correcte (et de plusieurs centaines d'heures en utilisation de veilleuse), une courbe d'alimentation très plate et une durée de vie de plus de dix ans sans perte de puissance, ces piles sont tout simplement exceptionnelles. Il existe également une version lithium de la LR6, dite FR6, qui offre une autonomie superbe et une durée de vie décennale, mais avec l'inconvénient de coûter deux fois plus chères que les versions alcalines. Dans les deux cas, les Inova sont capables de résister à tout (essayez de jeter une *Maglite* du haut de deux étages, ou de briser une vitre de voiture avec...) et méritent l'investissement conséquent qu'elles demandent. Vous ne le regretterez pas, et ce sera probablement la dernière lampe que vous achèterez. Si ces lampes sont hors de votre portée, financièrement parlant, vous pouvez vous diriger vers la gammes des Princeton Tech, des Peltz, des Peli ou des Streamlight, qui sont de très bonne qualité. Si vous choisissez une lampe classique, c'est-à-dire sans diodes, pensez à prendre suffisamment de piles (la quantité dépendant de l'autonomie de la lampe choisie) et surtout des ampoules de rechanges. [<http://www.nicelames.com/catalog/default.php?cPath=31>]

5. *La drisse*. 25 mètres de paracorde permettent de faire des tas de choses. Lier, ranger, faire de petites constructions,... Le poids est négligeable.

6. *Le sifflet*. Nous utilisons un sifflet classique de scout, qui a l'avantage de ne comporter aucune pièce mobile, et de demander assez peu de souffle pour produire un son satisfaisant. Un sifflet permet d'attirer l'attention et de communiquer.

B. *Le complément*

En plus de ce qui est vraiment indispensable et que nous utilisons tous les jours, voilà quelques idées de matériel que nous portons en supplément :

1. *Deux anneaux de 40 mm*. Chacun sur un passant, ces anneaux d'acier nous permettent de fixer tout un jeu de mousquetons reliés à des clefs ou des outils facilement accessibles et surtout imperdables, à moins de déchirer le pantalon.

2. *Un Nite-Ize*, petit serre-tête en Nylon qui permet de transformer la X1 en lampe frontale.

3. *Un marqueur noir Bic* en plastique. L'avantage par rapport aux modèles métalliques, c'est que sa forme ogivale le rend très solide.

[http://www.bicworld.com/inter_fr/bdd/product_express.asp?productCode=MAR4X4Tank]

4. *Un aiguisoir Lansky Crock Stick* en céramique, qui nous permet de réaffûter nos couteaux très rapidement.

5. *Une pince multiprise Bost 125 mm* ; c'est un modèle très compact, pratiquement à l'échelle 1 : 3 par rapport aux pinces standards. Nous la possédons depuis deux ans sans qu'elle nous ait jamais posé le moindre problème. La multiprise est la plus polyvalente de toutes les pinces. Sans parler de l'utilité mécanique d'un tel outil, il est parfois des objets que nous n'avons pas forcément envie de saisir à la main. Pour les outils stricto sensu, sélectionnez les marques suivantes : Bost, Facom, Bahco/Sandvik, Fiskars.

6. *Environ un mètre de Duck Tape*, enroulé autour de la X1. Ce scotch très résistant permet de faire tout un tas de réparations et de fixations d'urgence.

7. *Un ensemble de papiers officiels* (permis de conduire, licence de tir, carte grise, passeport...) qui

permettent de satisfaire à la plupart des exigences des fonctionnaires étatiques. Un peu d'argent peut toujours servir.

8. *Une montre Casio.* Ces montres d'excellente qualité sont vendues à des tarifs très raisonnables ; il y a une gamme énorme. Il existe des modèles très résistants, avec protections métalliques de la vitre, étanches à des profondeurs invraisemblables... Dans tous les cas, l'autonomie est excellente, de l'ordre de trois à cinq ans au minimum. Nous avons choisi un modèle d'entrée de gamme, très léger et peu encombrant qui, outre l'heure, propose un calendrier, une alarme, un chronomètre (très pratique pour les temps de cuisson), une illumination discrète mais efficace de l'interface, tout en étant étanche et pratiquement inusable. Le modèle que nous portons depuis deux ans dans un travail rude n'a nécessité pour le moment que le remplacement d'un demi-bracelet, une réparation au coût ridicule.

9. *Une gourde,* le plus important des accessoires en été. Nous devons avouer que passée la saison chaude, nous l'abandonnons dans le véhicule, mais sinon, elle est toujours à portée de la main. Nous avons choisi une copie allemande du modèle classique US, avec un corps en plastique opaque kaki, d'un contenance d'environ un litre. Son principal avantage, hormis le prix, se trouve dans son étui en toile synthétique doublé d'une sorte de fibre pelucheuse qui protège assez bien la gourde des variations de température (sans être isotherme), et qui permet de transporter quelques accessoires. Dans la petite poche fermant à velcro qui se trouve sur le devant, nous avons placé un briquet Bic Mini, dont l'orange est accentué par deux bandes collantes de sécurité, une fluo rouge et une réfléchissante gris blanc permettant de le repérer facilement en cas de perte. Sous la gourde, nous avons inséré un quart téflon, qui a l'avantage sur les quarts en alu traditionnels de chauffer le contenu, pas seulement le contenant. Pour compléter le quart, une cuillère à manche court en acier et une plaquette de cachets de traitement d'eau, permettant de traiter 25 litres d'eau suspecte. Le tout pèse environ 1300 grammes plein, ce qui reste raisonnable, la masse de l'eau étant de toute façon incompressible. Il existe en alternative les gourdes suisses en aluminium. Elles sont assez chère, mais très fiables.

Vous avez vos propres besoins, adaptez votre matériel à ceux-ci.

La discrimination entre l'indispensable et l'accessoire se fera d'elle-même : si vous utilisez un outil tous les jours, et que vous n'avez pas plus de souci à le prendre en poche que vos clefs de voiture, il est indispensable. Si non seulement vous ne l'utilisez qu'accessoirement et qu'en plus vous passez votre temps à l'oublier à la maison ou regrettez de l'avoir sur vous, ... laissez tomber et essayez autre chose.

Achetez de la qualité. Du matériel éprouvé et bien construit dure longtemps, ce qui vous évite de le remplacer en permanence. De plus, on surveille plus un outil de prix, ce qui fait qu'on a moins tendance à le perdre. Enfin, lorsqu'on se retrouve dans une situation délicate, on a besoin de pouvoir compter sur ce que l'on porte ; et là, chaque centime économisé peut coûter une fortune. Enfin, n'attendez pas la dernière minute pour manipuler et apprendre à vous servir de vos outils. Si vous ne savez pas faire des nœuds, disposer de paracorde ne vous servira à rien. Si vous ne savez pas construire un feu, vous allez vite péter les plombs malgré votre briquet. Ces expériences s'acquièrent généralement en campant, et la vie scout est toujours une formidable école de la vie rustique. Une fois encore, le matériel ne peut pas remplacer la technique, il n'est là que pour vous faciliter la vie.

III. Le matériel que l'on garde à portée de main

La manière la plus simple de transporter ce matériel est de le ranger dans un sac à dos ou dans une musette, selon votre goût. La musette a comme avantages sur le sac d'éviter la formation d'une flaque de sueur dans le dos, ainsi que de pouvoir être ouverte en marchant, puisque son ouverture se trouve sur l'avant. Le sac permet une meilleure répartition des masses, est plus hermétique et supporte mieux l'humidité. A vous de choisir, en considérant qu'il est plus facile de trouver un bon sac à dos qu'une musette de qualité. Nous utilisons indifféremment les deux, selon la disponibilité.

Nous avons choisi un sac de trente litres que nous ne garnissons pas à plein de manière à pouvoir éventuellement ramener des objets sur le terrain. Il faut bien comprendre qu'il est complémentaire (tout en restant autonome) de tous les autres niveaux de stockage. Une fois entièrement complété, le sac pèse environ cinq kilos, ce qui reste très acceptable (un douzième de votre poids nous semble une limite à ne pas dépasser). Il ne faut pas hésiter à faire vos adaptations : si le sac est trop lourd et encombrant, il risque de rester à la maison ou au fond du

coffre par flemme ; nous n'avons pas hésité à modifier lourdement la conception de notre sac personnel, qui était centré à l'origine sur une machette entourée d'une bâche et de plusieurs mètres de fort bout.

Nous avons fixé à la poignée du sac un gros maillon rapide (mais on peut également envisager de le remplacer par un gros mousqueton) qui permet de le sécuriser solidement et rapidement, comme pour un transport dans un véhicule ouvert, par exemple. Ce maillon permet également d'accrocher au sac d'autres objets, tout aussi solidement.

Notons enfin que le choix des poches n'a aucune importance, à part pour certains objets qui ne peuvent pas rentrer dans les appendices latéraux. L'important est de toujours garder l'emplacement sélectionné, d'éviter de ranger des outils fragiles au fond du sac et de mettre les plus utilisés à portée, sans être obligé de tout vider à chaque fois. Une règle importante à ne pas négliger sur le terrain : tout objet utilisé doit être remis immédiatement à sa place après usage ; le respect de cette consigne permet de limiter la perte ou la casse pratiquement totalement. L'utilisation de sacs en tissus ou de *Ziploc* (Albal ou assimilés) vous facilitera la vie (le tissu est surtout important pour le transport du linge sale, qui risque de fermenter dans des sacs en plastique).

A. La poche centrale

La poche centrale comporte les principaux éléments de survie ; nous n'y touchons pratiquement jamais. Cela comprend :

1. *Un poncho en plastique*, tout à fait apte à nous protéger d'une pluie battante. Il faut choisir un modèle de qualité, tout en restant compact. Tous ceux dont le prix est en dessous de six euros sont considérés comme consommables.

2. *Une couverture de survie*. Il vaut mieux choisir le plus gros modèle ; la différence de masse reste tolérable, et se retrouve dans la qualité d'isolation et la durée de vie. Cette couverture doit servir de manière exceptionnelle – nous comptons plus nous en servir dans le cadre des premiers secours apportés à la victime d'un malaise ou d'un accident que pour réellement dormir dedans. A noter que une des ses fonctions étant le repérage, la couverture de survie n'est pas très discrète.

3. *Une bobine plate de cent mètres de paracorde*. Indispensable pour les brelages lors de constructions.

4. *Une paire de gants chauds*. Les gants de cuir de l'Armée Française avec leur paire de sousgants sont un excellent choix.

5. *Une petite trousse à pharmacie*. Surtout prévue à la base pour soigner les petites plaies (lingettes désinfectantes, comprimés analgésiques à sucer, imodium, pansements...), nous l'avons complété par une paire de bouchons d'oreille en mousse, très efficaces (que nous utilisons aussi pour tirer), un petit couteau Victorinox « Signature » (qui possède une pince à écharde, une paire de ciseaux, un stylo, une lame et une lime à ongle), un kit de suture (aiguille courbe et fil stérile), un petit briquet, un petit savon et de quoi traiter environ 75 litres d'eau. C'est une pharmacie minimale et très compacte, que viendra compléter une autre plus imposante. Cette trousse n'est pas étanche, mais résiste aux projections d'eau.

6. *Un rouleau compact de papier hygiénique*.

7. *Une paire de lunettes de sable Bollé*, protégeant bien contre les intempéries. Ses différents filtres permettent de reposer les yeux des personnes qui comme nous, ne peuvent pas porter des lunettes de soleil.

8. *Un rouleau de 25 mètres de Duck Tape*. Permet de tout faire, et plus encore. Toutes les réparations possibles et imaginables. Ce scotch très résistant est absolument indispensable.

9. *Un manuel de survie* (voir bibliographie). Ces manuels sont très utiles pour la mine d'idées qu'ils contiennent. Il est évident qu'il faut les avoir étudié avant de se retrouver en situation d'urgence, et que la simple théorie n'a aucune valeur.

10. *Une trousse contenant trois outils primordiaux* : une scie pliante (par exemple, le modèle Opinel, très réussi), une mini-pince multiprise Bost (identique à celle que nous portons au ceinturon) et une pince coupante de la même série de chez Bost (permet de trancher proprement tous les câbles, de la réparation d'un système électrique au passage du réseau de barbelés).

Notons que si vous avez suivi nos conseils et opté pour un Victorinox à scie, vous vous retrouvez en situation intéressante de redondance, l'Opinel permettant de travailler un peu plus confortablement grâce à sa plus grande longueur de coupe et son manche ample.

11. *Une boîte Aspivenin*, permettant de résoudre la plupart des problèmes dus au venin d'insectes

ou d'animaux. En complément, un petit flacon de répulsifs pour insectes, qui permet de ne pas se faire dévorer par les moustiques. Le problème des insectes est délicat en pleine nature, il est pratiquement impossible d'en débarrasser le lieu de bivouac ; la principale barrière à assurer, c'est votre épiderme.

12. *Un couteau droit Cold Steel Mini-Bushman*, que nous avons sélectionné pour son rapport qualité-prix, sa robustesse, son tranchant et sa polyvalence. Très compact, très léger, sa simplicité en fait un outil indispensable pour les tâches ne demandant pas une précision extrême.

13. *Une chandelle de neuf heures de combustion*. La chandelle permet un éclairage correct, tout en pouvant être utilisée comme la base d'un radiateur d'abri, permettant d'ajouter quelques degrés à la chaleur animale. Son utilisation est à proscrire si le risque de déflagration est présent, sans parler de son absence de résistance au vent ; mais ce n'est pas son encombrement et son coût qui seront un obstacle à son emport. La flamme chaude et régulière de la bougie permettra aussi de durcir des outils en bois sans risquer la carbonisation, et son corps utilisé comme carburant permet un démarrage de feu express. En alternative, la bougie chauffe-plat qui a l'avantage de ne pas réclamer de support et d'être très compacte, mais qui a moins d'autonomie (4 heures).

14. *Une peau de chamois pour automobiles* : légère et vite sèche, permet de se sécher rapidement et évite de se promener avec une serviette éponge encombrante. Utile surtout pour la toilette de brousse. Il existe une alternative plus efficace mais assez coûteuse, que l'on peut se procurer dans les magasins de sport : les serviettes en viscose de la marque PackTowl.

15. *Des cartes*. Dans une pochette étanche, deux cartes principales : une de la région sur environ 100 à 150 km, et une carte locale. L'idéal est de se faire une collection de carte d'Etat-Major de sa région.

16. *Un peu de nourriture* : le saucisson sec se conserve bien et procure de nombreuses calories et peu accommoder certaines plantes sauvages ; pour le sucré (bon pour le moral), des fruits secs, des M & M's, des pâtes de fruits... selon votre goût. En plat compact, on peut trouver des poissons, des pâtés... L'univers des plats à emporter est assez vaste, mais nous vous déconseillons tout ce qui suppose une préparation, même un simple chauffage (allumer un feu ne sera peut-être pas forcément possible dans un premier temps). Vous ne transporterez pas là votre véritable intendance, mais juste un complément au cas où. Avant d'attaquer ces réserves, tâchez d'avoir recours à vos stocks préalables ou au résultat de la chasse et de la cueillette. Oubliez tout ce qui ne tient pas les sautes de températures ; vous n'avez pas forcément envie de retrouver votre matériel maculé de chocolat fondu, par exemple. Une petite flasque d'alcool très fort (Chartreuse, par exemple) peut être envisagée ; une petite dose est bonne pour le moral. Mais il y a le risque d'en abuser (pour se donner du courage, par exemple) dans une situation difficile et de perdre bon sens et réflexes. A vous de voir.

17. *Un cheich*. Choisir plutôt une couleur sombre pour éviter de le salir trop vite. C'est une pièce de tissu en coton finement tissé, immense (plus de deux mètres par plus de soixante centimètres) qui enroulée autour du cou, protège aussi bien de la chaleur que du froid.

18. *Une petite boîte de graisse à cuir*, pour le ceinturon, les étuis et éventuellement les chaussures.

19. *Une paire de lacets de rechange*.

20. *Du câble à lier pour jardinier*. Ces rouleaux de fil de fer entouré de plastique vert sont très légers, et permettent de ligaturer, lier ou accrocher tout une foule d'objets. Ils sont généralement livrés avec un distributeur en plastique doté d'un massicot.

B. Autour de la poche centrale

1. *Une paire de jumelles compactes 8 x 21*. Ridiculement petites, elles offrent une bonne image lorsque l'éclairage est correct. Les jumelles permettent une observation et une identification de la faune, par exemple. *Tasco* est un minimum, mais prenez évidemment le meilleur que vous pourrez vous offrir ; la fiabilité et la robustesse ont un prix.

2. *Une hachette de plâtrier*. Choisissez-la en acier forgé pour une meilleure qualité, et méfiez-vous des modèles peints : la peinture sert en général à masquer les défauts. Vérifiez en particulier le grain du bois et sa qualité, c'est lui qui va encaisser les chocs. La hachette *de plâtrier* s'apparente par sa forme aux *tomahawks* américains et, comme eux, c'est un outil multifonction : une lame assez étroite, mais qui permet un bon travail du bois, un marteau au talon de la lame et une entaille arrache-clou. Il nous semble préférable de la porter sur le côté du sac, en extérieur, à l'aide d'une sangle dans laquelle sera introduit le manche de la hachette (vérifiez bien que jamais le fer ne puisse vous blesser, même en cas de mouvement brusque ou de chute). Cette mesure

n'est valable bien sûr qu'en situation extraordinaire, puisque étant également une excellente arme, le port visible de cet outil risque d'être considéré comme une provocation dans notre société policée. En temps normal, la hachette sera rangée dans le véhicule principal, avec les autres outils.

C. Dans la poche gauche

1. *Des affûteurs Lansky* (un pour la finition, l'autre pour tous les types de lames). Il est très important de pouvoir travailler n'importe quand le fil de sa lame. Une lame qui ne coupe pas est pratiquement inutile. Nous avons sélectionné les Lansky en céramique pour leur encombrement réduit et leur grande solidité. Si vous vous encombrez avec une pierre à aiguiser, même de petite taille, vous allez devoir l'humidifier (eau ou huile), et le résultat ne sera pas forcément à la hauteur de vos espérances. Il existe également des affûteurs céramiques *idiot proof*, en forme de croix de Saint-André ; il suffit juste de faire un va-et-vient avec la lame dans l'axe pour obtenir un affûtage impeccable.

2. *Un carnet vierge 110 x 170.*

3. *Un lot de piles LR6* de haute qualité (lampes, radio, etc.).

4. *Un lot de piles lithium CR 123* (lampes Inova).

5. *Deux tubes de colle cyanoacrylate* qui permet de faire des réparations d'urgence (on peut également l'utiliser pour suturer une plaie ouverte).

6. *Une demi-douzaine de cachets de Javel* concentrée dans un étui étanche, permettant de produire plusieurs litres d'eau de Javel diluée.

7. *Une lampe X5* de secours, avec son set de piles.

8. *Un petit pulvérisateur aérosol de WD40.*

D. Dans la poche droite

1. *Un nécessaire de couture militaire.* Assez complet et compact, vous gagnerez à le compléter avec un choix important d'aiguilles (dont de grandes aiguilles de matelassier, qui permettent des réparations sur les sacs, par exemple), une grande bobine de fil de lin, et le maximum de boutons et d'épingles de sûreté que vous pourrez trouver. Cet équipement vous permettra de réparer et d'entretenir tous vos sacs, éléments de couchage, sangles, voiles, vêtements... C'est très important, puisqu'une déchirure non contenue peut ruiner définitivement un tissu. Si vous ne savez pas coudre, entraînez-vous, ce n'est pas très compliqué. On ne vous demande pas de faire de jolis points réguliers, juste de faire des coutures solides.

2. *Une boîte de 5 paires de gants en latex*, pour toutes les manipulations nauséabondes qui peuvent être nécessaires. Vérifiez votre taille.

3. *Une petite brosse à vêtements*, qui permettra de faire une lessive assez profonde.

4. *Un pain de savon de Marseille* (100 grammes) : permet de maintenir une hygiène minimale (attention si vous chassez au piège ou à l'affût à toutes les odeurs artificielles qui peuvent effrayer le gibier). Le savon de Marseille, par sa mousse, permet une bonne désinfection des mains par le frottement mécanique. Le savon sera contenu dans un gant de toilette (permettant de substantielles économies d'eau). Le savon pourra être également utilisé pour nettoyer les vêtements.

5. *Une brosse à dents.* On peut emmener son dentifrice, mais là encore, c'est surtout le processus mécanique qui est important.

6. *Une radio compacte AM/FM*, à écouteurs. Permet de se tenir discrètement au courant des évolutions du monde et de fournir une distraction (très important pour limiter le stress et redonner courage). On essaiera de maintenir une certaine compatibilité dans le choix des piles : inutile de se promener avec plus de deux types.

7. *Un sifflet de secours.* Modèle scout.

8. *Deux briquets Bic Maxi* (emballés dans des sacs plastiques étanches).

E. La pochette

La pochette est un sous-ensemble mobile qui se trouve normalement dans la poche centrale du sac à dos, mais qui en situation d'urgence, sera placée au ceinturon. Il est important de vérifier la qualité du matériel utilisé, *Columbia Sportwear* étant un minimum et *Eastpack* un bon choix. Nous avons choisi de remplacer le passant un peu léger de notre pochette par deux solides pièces de velcro très solides qui permettent de dégager la pochette du ceinturon sans être obligé de tout se déharnacher.

1. *Une loupe de grossissement moyen.* Nous avons choisi la marque *Maped* pour ses prix tenus et

sa bonne robustesse. La loupe, outre l'observation de détails avec précision, pourra également être utilisée pour allumer un feu à l'aide de la concentration des rayons du soleil sur un point précis. Notons que si vous emportez une réserve conséquente de briquets, c'est assez anecdotique.

2. *Un stylo à bille et un crayon de papier HB Bic.*

3. *Une couverture de survie légère.*

4. *Dix euros* : un billet de 5, deux pièces de 1, 4 pièces de 50 centimes et 5 pièces de 20 centimes.

5. *Deux paires de bouchons d'oreille de bonne qualité.*

6. *Une boussole d'orientation Silva.*

7. *Un manuel de survie et un petit carnet.*

8. *Une plaquette de cachets purificateurs d'eau.*

9. *Un mètre pliant pour toutes les mesures de constructions.*

10. *Une burette d'huile pour Famas.* Les lubrifiants sont très importants pour protéger tous nos outils métalliques et mécaniques de la rouille. L'huile militaire est plus visqueuse que le WD 40 mais ces deux produits sont excellents.

11. *Une lampe de détresse Inova 24/7.* Moins utile et robuste que les modèles X1 et X5, elle a l'avantage de ne fonctionner que sur une seule CR 123 et d'offrir une multitude d'éclairages, dont un rouge très pratique et toute une série de modes balisages.

12. *Un jeu de photographies de personnes que vous aimez.* Vous les ferez plastifier de manière à ce qu'elles ne craignent pas les intempéries ; l'idéal étant de les faire riveter à un angle de manière à ne pas les égarer. Ces photographies auront deux buts : premièrement vous donner du courage dans une situation difficile, et deuxièmement de permettre de faire des « avis de recherche » si vous vous retrouvez séparés de votre famille pour une raison à une autre. Dans ce dernier cas, il est beaucoup plus simple de montrer une photo à un éventuel témoin que de passer dix minutes à ébaucher une description physiométrique qui ne sera pas forcément très parlante.

13. *Une liste de contacts et de numéros d'urgence.* Cette liste sera dissimulée et facilement destructible pour éviter qu'elle ne tombe entre de mauvaises mains.

IV. Dans la voiture

Le véhicule constitue un intermédiaire parfait entre le sac d'urgence et les stocks que l'on entretiendra au domicile. Utilisé au quotidien, son coffre contiendra suffisamment de trésors pour répondre aux situations normales, et en cas d'évacuation, il permettra de parcourir la distance nécessaire sans trop de fatigue (surtout lorsqu'on a charge de famille).

La logique que nous développons ici voit le véhicule comme point de repli, ou soit proche du point de repli, son contenu étant dispatché dans le bivouac. Une fois de plus, nous ne parlons pas de survie à long terme au fond des bois, mais une réaction à une situation imprévue et dangereuse. Nous ne voyons pas l'intérêt de nous déplacer avec plusieurs dizaines de kilos sur le dos sur une longue distance. Le poids seul des outils peut être rédhibitoire.

Éventuellement, si nous tenions à une autonomie absolue, nous pourrions envisager de reprendre notre sac de 60 litres et de mélanger le sac d'urgence au sac marin, de partir avec la pelle-bêche au ceinturon et la hachette sur le sac. Nous avons renoncé à cette solution puisqu'elle ne s'impose pas. Notre région est très bien quadrillée de routes, chemins de pompiers et autres pistes qui autorisent le placement d'un véhicule relativement proche d'un bivouac. Le rayonnement à partir de bases (équipées en abris et en réserve) nous semble plus efficaces.

Le moment de l'évacuation est à déterminer assez empiriquement : il importe de ne pas se laisser coincer dans les embouteillages de gens paniqués (comme cela se produit assez régulièrement chez nous sans qu'il y ait besoin de catastrophe). Il est important de bien connaître les routes à empruntées, raccourcis éventuels et « itinéraires-bis ».

Par ailleurs, notons une alternative qui peut être envisagée : la bicyclette. Facile d'utilisation, commode d'entretien, abordable, peu encombrante, éventuellement tout-terrain, elle représente une forme intéressante de véhicule « autonome ». La fatigue (et donc le manque éventuel d'autonomie et de vitesse) et la difficulté de déplacer du matériel semi-lourd sont ses principaux inconvénients. À noter qu'il existe des sortes de charrettes qui permettront d'embarquer pas mal de matériel, mais en échange de la versatilité du terrain emprunté.

Dans le cadre d'un déplacement à bicyclette, penser à tout le matériel annexe indispensable pour être autonome (2 pneus souples, clé anglaise à mollette, clé plate (direction), 1 pompe, 1 chaîne, jeu de clés Allen, tournevis multiple, plusieurs chambres à air, kit crevaison, 1 douille de direction, 2 jeux de patins de freins, 2 câbles de freins, 2 câbles de dérailleurs...).

Pour revenir à la question du matériel transporté en automobile, les outils seront régulièrement entretenus, c'est-à-dire maintenus à l'abri de l'humidité, huilés et séchés régulièrement, éventuellement désoxydés si la rouille commence à piquer l'acier et bien sûr nettoyés soigneusement après chaque utilisation. Chaque outil sera rangé à sa place une fois qu'il aura servi.

Pour transporter les accessoires, hormis ceux qui sont déjà attribués à un sac, il existe trois possibilités : la boîte à outil, en métal ou en plastique, les boîtes type *Curver*, contenant en général entre trente et quarante litres, en plastique que l'on peut avoir avec couvercle et enfin les boîtes rondes de marin, qui ont l'avantage de se verrouiller sérieusement grâce à leur filetage et d'être parfaitement étanches grâce à leur joint.

Pour éviter les mauvaises surprises, il est nécessaire de veiller à l'entretien régulier de la voiture. Un véhicule mal entretenu est susceptible de vous lâcher au milieu d'une situation délicate ajoutant au problème à régler une dose supplémentaire de stress.

Il est donc impératif de respecter les consignes du livret d'entretien, mais également chaque semaine :

- de vérifier les niveaux (huile, liquide de refroidissement, freins, lave-glace...) et de les compléter si nécessaire.
- de ne jamais descendre en-dessous de la moitié du réservoir d'essence. Une nourrice peut-être envisagée.
- de vérifier le bon état des pneumatiques, et leur pression (également la roue de secours ; éventuellement s'entraîner au changement de roue chez soi, sans pression).
- de vérifier le bon état des essuies-glaces (dans notre région, il peut se passer plusieurs mois sans qu'ils soient utilisés, alors qu'ils peuvent être détériorés par la chaleur et lâcher à la première pluie, vous mettant dans une situation embarrassante).
- de contrôler l'état des feux et clignotants (si vous êtes seul, utiliser un endroit sombre ou se servir d'un mur clair comme réflecteur). Penser à votre réserve de fusibles et de lampes de rechange.
- de nettoyer les vitres et les rétroviseurs, de manière à ne pas être gêné par les reflets.
- de faire réparer rapidement tout problème autre que purement carrossier.

Quelques conseils de sécurité basiques peuvent également être utiles, sans sombrer dans la paranoïa :

- en conduisant ou à l'arrêt, contrôler son environnement à l'aide des rétroviseurs. Une vigilance de tous les instants peut limiter les risques d'agression.
- faire en sorte de toujours laisser son véhicule dans le sens de la marche, prêt à partir. Dans une situation délicate, des manœuvres compliquées sous l'empire du stress peuvent conduire à la catastrophe.
- rouler calmement et avec fluidité. La conduite rapide demande énormément de concentration pour être menée sans danger ; le ratio gain de temps/fatigue est généralement assez faible. De plus, une conduite rapide et nerveuse, bien qu'amusante consomme terriblement d'essence et risque d'attirer l'attention des forces de l'ordre, ce qui n'est pas toujours souhaitable.
- ne pas se promener avec un trousseau de clés mélangées. L'idéal est de faire plusieurs trousseaux, avec la clé de voiture à part de toutes les autres (mais on peut également lui adjoindre la clé de la porte d'entrée de la maison, qui en général ne peut pas être confondue avec une clé Neiman, même sous l'empire du stress).

A. Le matériel concernant la voiture

1. *Un set d'outils basiques.* Quelques tournevis, des clés, une brosse métallique, une clé à bougie, le cric et le démonte-pneu...

2. *Un petit extincteur ABC.* Contrôler régulièrement la pression, permet d'éviter qu'un incendie se déchaîne. Le coût est modique, de l'ordre des trente à quarante euros.

3. *Un marteau brise-vitre* pour permettre une évacuation du véhicule en cas d'accident carrossier. Les portières peuvent se retrouver bloquées, tout comme le système de descente des vitres. Assez peu utile si vous avez le moteur sur les genoux, mais il serait dommage de s'en priver vu le prix de ce genre d'accessoire. Si vous ne possédez pas de couteau à ouverture facile, comme sur la plupart de couteaux une-main moderne (Benchmade, Spyderco...), essayez de trouver un modèle doté d'un crochet qui permet de trancher les sangles des ceintures de sécurité.

4. *Liquides basiques du véhicule,* de quoi le sauver en cas d'avarie : un peu d'huile (adaptée à la

saison, éventuellement), du liquide de frein, de refroidissement, du lave-glace...

5. *Une bombe anti-crevaison*. Pour les crevaisons bénignes.

6. *Une lampe torche*. Nous avons choisi de prendre une lampe de très grande puissance, de type tactique, la SunFire de chez SunBrite. Elle partage les mêmes piles au lithium que les Inova, mais avec une qualité d'éclairage encore plus impressionnante, en étant très solide, compacte et étanche. Nous la gardons en permanence dans la voiture (ce qui est possible sans risque grâce à la longue durée de vie des piles). Son autonomie est limitée, de l'ordre d'une heure, mais nous ne comptons l'utiliser que de manière exceptionnelle ; principalement dans des cas où toutes les autres torches seraient indisponibles. Ce n'est pas forcément le meilleur choix, mais nous l'avons fait parce que nous avons ce modèle sous la main. Dans ce cas particulier, l'encombrement n'est pas un problème, ni l'autonomie ; la puissance est néanmoins désirable pour faire du signalement ou sécuriser une zone sombre.

7. *Si celui-ci est disponible, le livret d'entretien pro*. Il existe un fascicule très complet pour les modèles de grande série, que l'on peut trouver par exemple dans les magasins automobiles. C'est utile pour avoir une bonne connaissance de son véhicule, connaître le schéma mécanique, avoir toutes les références des pièces, pouvoir établir un diagnostic en cas de panne,...

B. Le matériel de camping

a. le couchage

Nous avons sélectionné un sac de marin pour transporter un couchage complet, permettant un sommeil confortable. L'ensemble est assez encombrant, mais relativement léger. Nous avons renoncé à la tente, que nous jugeons encombrante, peu pratique, trop fragile et demandant un entretien trop exigeant. Nous considérons que la tente ne devient intéressante que pour des bivouacs communautaires de moyenne durée. Dans tous les cas, l'installation du bivouac doit se faire bien avant la tombée de la nuit, et sera immédiatement suivie de la préparation du feu. Dans ce sac que nous avons ramené de notre service national, nous mettons :

1. *Une bâche de 4 x 3 mètres*, tout à fait apte à servir de tapis de sol ou de toit selon les circonstances ; les réparations se feront à l'aide de toile adhésive Duck Tape.

2. *Un jeu de sardines et 10 mètres de drisse* pour monter la bâche et la fixer. Eventuellement, il faut prévoir des superstructures, mais dans une forêt, c'est assez facile à trouver.

3. *Un tapis de sol en mousse*. Indispensable pour isoler le sac de couchage du froid du sol.

4. *Un sac de couchage de bonne qualité*, capable de résister à 0°. Plus serait de la gourmandise pour notre région ; si les températures menacent de descendre encore, il vaudra mieux se construire un abri sérieux.

5. *Un sac à viande en coton*, qui offre une nouvelle couche d'air emprisonné pour protéger du froid de la nuit et évite de salir le sac de couchage.

6. *Les vêtements de change* : un pantalon, trois t-shirts, trois jeux de sous-vêtements, un pull en fibre polaire.

b. l'intendance

1. *Une musette* contenant un jeu de gamelles, un réchaud à gaz et une bonbonne pleine, de la nourriture dans les quantités qu'il vous plaira : plats cuisinés (le cassoulet est un must), pâtes (prévoir une passoire) et riz (en sachet, facile à égoutter) à cuisson rapide, farine et levure pour confectionner son pain... Le jeu de gamelles contient : une casserole, un gobelet, une assiette, un couteau suisse, une grande cuillère, une salière-poivrière (nous avons choisi la *Swisspice*), un petit container d'huile d'olive en plastique à haute résistance, un petit container identique mais contenant du liquide vaisselle et une éponge. Cela convient parfaitement pour un solitaire ; si vous formez un groupe, il peut être intéressant de remplacer ces gamelles par des gamelles collectives, qui ne rentreront pas dans la musette, avec une dotation individuelle en nourriture et en vaisselle. Dans ce cas, il est important de prévoir un container d'eau (sigle *per alimenti*) adapté à la consommation générale. La vaisselle devra être en alu, qui offre le meilleur rapport solidité/encombrement. La nourriture peut également être transportée en caisse, et la quantité allouée du jour mise dans la musette. Un set de pêche compact (quelques mètres de nylon et quelques hameçons) peut être envisagé, dans la mesure où vous aimez le poisson, qu'il y ait rivières et poissons à proximité, qu'il n'y ait aucun risque de contamination (NBC, par exemple), que vous ayez déjà une expérience de la pêche et que ce ne soit pas votre dernière ressource (dans ce cas, la situation peut être réellement frustrante, ce qui est terrible le ventre vide, et donc très mauvais pour le moral).

2. *Vêtements de rechange.* Si vous êtes seul, la question ne se pose pas. Faites comme bon vous semble en fonction de vos possibilités. Dans le cas d'une famille, pour éviter de se surcharger en tailles diverses, il peut être intéressant de ne prendre que le plus grand modèle et de l'attribuer à chacun ; cette suggestion est à appliquer dans les limites du raisonnable (ne pas oublier que nous emportons déjà un trousseau complet dans le sac couchage)..

3. *Nettoyage et entretien.* Du savon de Marseille (lessive et toilette), une trousse de toilette complète, une serviette éponge, du Mir multi-usage qui servira à nettoyer tout ce qui n'est pas organique, des éponges, du papier absorbant qui pourra également servir de papier hygiénique, une bassine de plastique, une brosse, des chiffons, des sacs poubelles (par exemple, un sac renforcé de 100 litres contenant un paquet de trente sacs légers de trente litres).

4. *Une trousse à pharmacie* assez complète, comportant en particulier de nombreux pansements, bandages, moyens de désinfection, sparadrap, ciseaux, épingles, analgésiques, etc. Pour une meilleure adaptation à vos besoins réels, demandez conseil à votre pharmacien. Il existe également dans certains magasins de bricolage semi-professionnels des malles assez complètes et d'un coût raisonnable.

c. L'outillage

1. *Le marteau arrache-clous.* Permet d'accomplir une multitude de tâches, en particulier pour tout ce qui concerne la frappe et le levier.

2. *Le piochon.* A l'avantage sur la pioche de terrassier d'être moitié moins grande. Ca peut être également un sacré inconvénient lorsqu'il s'agit de l'utiliser réellement. La pioche permet de ramollir la terre avant d'utiliser la pelle-bêche, par exemple, mais elle permet d'ouvrir également des tas de choses en faisant levier avec sa pointe.

3. *La pelle-bêche de la Bundeswehr.* Un modèle repliable très robuste, pas trop lourd, de très grande qualité, doté en plus d'un pique. Absolument indispensable pour creuser des trous (pour dissimuler ses déchets, planquer des réserves, créer des rigoles, faire des fondations, désenneiger un véhicule ou le désembourber...). Son étui lui permet d'être portée au ceinturon.

4. *La hachette de plâtrier,* stockée dans le coffre mais dont la place est sur le sac d'urgence.

5. *Une scie à bois.* Pour le gros-cœuvre des constructions.

6. *Une tarière de bon diamètre.* Cet outil permet de pratiquer des orifices dans les planches pour réaliser des assemblages par tenons/mortaises.

7. *Une bobine de sisal,* entre 100 et 300 mètres, pour renforcer les brelages. Il n'est pas forcément utile de gaspiller de la paracorde coûteuse pour des installations de base.

8. *Eventuellement, une machette.* La machette est un excellent outil de débroussaillage, et une très bonne arme, ce qui dans le contexte actuel, est considéré comme suspect. Dans la mesure où la jungle provençale est assez peu touffue, il ne nous a pas semblé nécessaire de la garder dans le véhicule. Si vous choisissez néanmoins de l'emmener avec vous, utilisez-là un peu de manière à ce qu'elle fasse « outil de jardin » aux yeux de la maréchaussée.

V. Le domicile

Le domicile doit être votre base principale. En plus de vous servir d'abri, il sera également votre lieu de repli et de stockage numéro un.

Ouvrons une parenthèse : nous partons du principe qu'il vaut mieux avoir des points de repli secondaires, dont au moins un accessible à pied en moins de trois heures. Son équipement sera alors plus ou moins équivalent à celui de votre véhicule. Comme nous ne passons qu'irrégulièrement dans ces abris, il faut que le matériel soit protégé, sous clef ou dissimulé. Ces abris peuvent prendre des tas de formes différentes : une étagère chez un ami, un box dans un parking souterrain, un cabanon dans la forêt, une simple cache au fond d'un bois... selon vos disponibilités.

Mais il faut une bonne raison pour devoir prendre la décision d'évacuer la maison. Nous la quittons néanmoins à peu près quotidiennement pour aller travailler (par exemple), ce qui justifie l'emport de matériel avec soi. Il y a trois grands cas d'évacuation temporaire et définitive : les persécutions judiciaires, la menace d'une catastrophe, la destruction de la maison après la catastrophe.

Dans tous les autres cas, y compris la menace d'une catastrophe naturelle (il est assez simple de sauver sa maison d'un incendie de forêt pourvu que l'on soit doté d'un minimum de vigilance et d'un peu d'eau, par exemple), il est préférable de rester. D'une part, les mouvements paniques encombrant les axes de communication ce qui empêche toute évacuation sans risque, d'autre part,

vous devez avoir chez vous tous les éléments de confort et de sécurité qui vous permettront de passer la crise sans encombre. Un point important : si vous n'êtes pas solitaire, il est indispensable de définir un point de chute au préalable pour qu'en cas de crise votre famille ne soit pas dispersée aux quatre vents en se courant après les uns derrière les autres. Et pourquoi aller ailleurs que chez vous ?

Dans tous les cas, il est indispensable de se doter d'une pièce sécurisée et hermétique. Dans une villa, le plus simple est d'aménager sa cave. Dans un appartement, une pièce plutôt centrale et dépourvue de fenêtre. En studio... à part le placard... vous avez intérêt à vous rabattre sur votre abri secondaire, mais c'est une autre histoire.

Cette pièce sécurisée contiendra vos réserves en cas de problème. Vous n'y toucherez que pour rafraîchir régulièrement les stocks. Les stocks, de même que la confection des sacs dans les niveaux précédents de vigilance, ne se préparent pas en une seule fois – leur coût serait trop important. Il est essentiel de les faire quotidiennement : lorsque vous faites les courses, prenez l'habitude d'acheter pour quelques euros de boîtes de conserve longue durée, de soupes lyophilisées, de packs d'eau, de farine, de pâtes, etc. en plus de ce dont vous avez besoin. Cette fraction ne sera pas incluse dans la consommation courante. Faites dans l'appétissant, une fois de plus. La situation peut être déjà oppressante, s'il faut en plus se plaindre de la nourriture... N'oubliez pas que riz, sel et sucre, s'ils sont convenablement entreposés ont une durée de vie très longue. Une fois par mois ou par trimestre, selon vos moyens, achetez un « gros » accessoire de camp. Achetez régulièrement les outils nécessaires à la conception d'une trousse à outils complète, pour bricoler et jardiner. Si vous avez un jardin, initiez-vous au potager et investissez dans des sachets de semis et d'engrais, qui peuvent se garder très longtemps. L'important est de faire tourner les consommables : une fois votre niveau optimal atteint (par exemple, un mois d'autarcie en nourriture et en eau potable), vérifiez régulièrement les dates de péremptions des produits. Remplacez tous les produits qui arrivent aux trois-quarts de leur durée de vie légale. Hormis les stocks purement vivriers, un peu de matériel devra être mis à part pour servir en cas d'urgence.

1. *Dans une pochette protégée des intempéries, des duplicata* de tous les documents que vous estimez important.

2. *Une radio de bonne qualité*, équipée des quatre principales types d'ondes (PO/OM/GO/FM). Les modèles de Sony sont assez bons. Il vaut mieux éviter un modèle à moins de cinq cents francs pour éviter les mauvaises surprises.

3. *Des couvertures*, au prorata du nombre de personnes présentes. Envisagez la possibilité de devoir bivouaquer dans la pièce sécurisée, ce qui implique la création d'un coin couchage et d'un coin toilette.

4. *Un moyen d'éclairage*, une lampe à gaz, une lampe de poche ou des chandelles par exemple. Attention à la ventilation pour les éclairages à flamme.

5. *Un moyen de chauffage*, comme un petit poêle japonais à pétrole, avec les réserves de pétrole nécessaires. Même remarque que précédemment au sujet de la sécurité. Si vous avez une cheminée, prévoyez des réserves de bois à faire sécher tout au long de l'année. Investissez dans quelques bûches artificielles qui permettent un excellent démarrage de feu sans souci, ainsi que dans des briquettes allume-feu.

6. *Un réchaud à gaz*. A moins que vous n'ayez investi dans un groupe électrogène (avec une réserve conséquente d'essence pour l'alimenter), évitez de dépendre au maximum de l'électricité ou du gaz de ville. Si vous optez pour le gaz, ne multipliez pas les modèles de bonbonnes et tâchez d'assurer le maximum de compatibilité entre tous vos brûleurs. Dans tous les cas, attention à la ventilation.

7. *Des sources d'énergie* : bonbonnes de gaz, nourrices de pétrole et d'essence, piles... Comme pour la nourriture, faites tourner régulièrement ces composants (les piles en particulier) de manière à les garder toujours frais. Investissez également dans des stocks de bougies. Les chandelles peuvent augmenter de plusieurs degrés la température d'une pièce bien isolée et leur capacité d'éclairage est tout à fait correcte. Leur coût modique ne doit pas faire oublier les nombreux services que les bougies peuvent rendre.

8. *Des produits d'entretien* : lessive, savon, détergents, produits de toilette...

9. *Une trousse à pharmacie* complète. Demandez conseil à votre pharmacien pour élaborer une trousse correspondant à vos besoins.

10. *De quoi vous distraire.* Une longue attente peut être le moment idéal de vous replonger dans les œuvres de Proust, Hesse, Dumas ou Dostoïevski. Si vous êtes plusieurs, pensez à quelques jeux de société, comme des cartes ou des dés, qui prennent peu de place et sont assez polyvalents. Pour des jeunes enfants, prévoir peluches et jeux calmes. Nous vous déconseillons de vous encombrer avec du matériel Hi-Tech gros consommateur d'énergie, mais vous êtes seul juge en fonction de vos possibilités. Il ne faut pas négliger l'importance de l'encombrement dans le cas où vous devriez évacuer : un jeu de carte, cinq dés à jouer, un livre de poche et la peluche de chaque enfant ne posent pas un gros problème de transport et fournissent un contentement moral très important.

11. *Eventuellement, une paire d'émetteurs-récepteurs*, si vous êtes plusieurs, bien sûr. Penser à prendre un modèle fonctionnant à piles, et veiller à avoir suffisamment de piles fraîches (les Motorola, par exemple, utilisent trois piles LR6 par appareil).

Pour le reste, vous devez avoir tout ce qui est nécessaire dans les pièces de la maison, ce qui doit vous permettre de vous organiser avant l'arrivée du problème. L'ensemble doit être rangé, entretenu et rafraîchi régulièrement de manière à être toujours disponible.

VI. La tenue

Nous avons choisi une tenue assez simple, largement inspirée des normes militaires. Nous avons la chance de pouvoir porter dans notre travail une tenue assez proche de notre idéal, avec des chaussures de sécurité, une paire de pantalons de treillis, un t-shirt (à compléter avec un gilet multipoche et une parka pour l'hiver).

1. *Le pantalon de treillis*, avec ses deux poches cargos. Le modèle Bundeswehr est vraiment très solide et pratique. Nous avons également choisi en alternative le modèle F2 français, type armée de l'air, avec moins de poches mais plus léger et tout aussi solide. Nous portons un modèle kaki qui est la couleur la moins salissante. Le pantalon est plus polyvalent que le short. S'il est un peu plus chaud en été, il a l'avantage de protéger un minimum les mollets.

2. *La chemise de type scout*, en coton. Elle est très solide, avec deux grandes poches fermant par boutons sur la poitrine. Peut se porter plusieurs jours d'affilée avec des t-shirts en dessous.

3. *Le chapeau*, casquette, chapeau de brousse ou bonnet selon ses goûts. Le chapeau de brousse est le plus polyvalent à notre avis, le bonnet le plus léger et protecteur pour la nuit.

4. *Le cheich*, protégeant aussi bien du froid que de la chaleur.

5. *Le ceinturon*. Choisir un modèle capable de supporter des accessoires ; une simple ceinture ne suffit pas. Nous vous conseillons de vérifier la compatibilité de la largeur du ceinturon avec les passants de votre pantalon.

6. *Les chaussures de marche*. Choisir un modèle rustique, robuste et étanche. De nombreux modèles de chaussures de marche existent, mettez-y le prix pour ne pas être déçu. Utilisez-les régulièrement. Nous avons porté durant de longues années les *rangers* françaises. Le blocage très solide des chevilles a un inconvénient, puisque ce sont les genoux qui se retrouvent en première ligne des efforts d'amortissements (ce qui est néfaste pour les genoux fragiles). Elles sont de plus peu confortables les premiers temps (le pied demandant à s'adapter au cuir). Vérifiez la qualité de fabrication avant de choisir votre modèle, celle-ci étant variable selon les fournisseurs.

7. *Une combinaison de mécanicien ou d'aviateur*. Ces larges combinaisons en coton, qui existent en plusieurs couleurs (vert, bleu, gris, kaki, camouflé...) sont très pratiques, elles permettent en effet une très bonne protection des vêtements contre les accrocs ou les tâches. Il faut choisir un modèle en coton épais, avec de solides coutures et une fermeture éclair en laiton. Ces combinaisons ont en général quatre grandes poches, dont deux à zip, qui permettent de ranger les accessoires indispensables sans être obligé de se déshabiller pour accéder aux poches du treillis. Nous avons choisi notre combinaison dix tailles au-dessus de notre taille de vêtements, ce qui nous permet une aisance de mouvements et un grand confort. Nous portons un large ceinturon en nylon type ALICE, ce qui nous autorise le port de la gourde qui sinon serait piégée à l'intérieur de la combinaison. Il faut bien sûr envisager la pose d'un ourlet pour mettre le pantalon à la bonne longueur, et la pose de genouillères en cuir permettra de protéger ces endroits sensibles à l'usure. La combinaison peut également être portée comme vêtement, et permet un surcroît de chaleur en hiver.

VII. L'armement

L'armement ne sera pas notre priorité ; le contexte que nous avons choisi de développer n'inclut pas la guérilla ou une insécurité anarchique et galopante nous obligeant à nous défendre sans

conséquence.

Au contraire, la possession, le transport et l'usage des armes devra être pesé soigneusement dans la mesure où il implique une responsabilité très importante, en particulier dans le cadre de la légitime défense.

Le cadre de l'utilisation des armes sera donc principalement orienté vers la chasse nourricière et l'éloignement des prédateurs. Il est donc compréhensible qu'il n'y ait pas besoin d'armes lourdes et puissantes.

Une carabine .22 LR à répétition manuelle, légère et bien réglée est un outil idéal pour ce genre d'utilisation. Suffisamment puissante pour braconner du petit gibier (lapin de garenne, écureuil, voire ragondin), elle sera bien entretenue et allégée au maximum pour ne pas encombrer. Il nous semble indispensable d'assurer l'éducation à son utilisation, les règles de sécurité et l'éthique du tir à toutes les personnes susceptibles d'utiliser cette arme (y compris accidentellement). Vous devrez également vous entraîner régulièrement dans un stand de tir de manière à être efficace avec votre arme. L'avantage de la .22 LR est le faible coût d'utilisation qui permet un excellent entraînement sans être ruineux.

En plus de la carabine, il faudra emporter quelques munitions : une boîte de munitions de chasse (CCI Stinger, CCI Velocitor, par exemple) et une boîte de munitions de tir silencieux (Winchester subsoniques têtes creuses) ; en plus de l'huilier, des tiges de nettoyages et d'un silencieux.

Les fusils de chasse ont quelques avantages mais au prix d'un poids important (souvent plus de trois kilos) et d'un recul désagréable par rapport au niveau de puissance. Un juxtaposé en calibre 16 nous semble le meilleur compromis, permettant l'utilisation confortable d'armes relativement légères sans perte notable de puissance aux distances pratiques.

Aucune arme à feu ne sera transportée en permanence dans le véhicule. Les risques de contrôles sont trop importants, et la présence d'une simple carabine peut être difficile à justifier à un pandore tatillon. L'idéal est de disposer de deux carabines, une qui sera gardée au domicile et l'autre (si possible) sur le lieu de travail, dissimulée et démontée dans un endroit où vous seul avez accès. Dans ce cas, vous emporterez avec vous les munitions.

En alternative aux armes à feu, les bombes lacrymogènes au poivre (contre les bêtes) et les paralyseurs électriques peuvent être utiles. Toute arme demande une formation minimale, plus particulièrement dans le cas des armes de défense qui exigent en plus une capacité à répondre à l'agression correctement.

VIII. Les cas particuliers.

Il est indispensable de prévoir toutes les pistes qui peuvent vous concerner pratiquement. Pour vous donner quelques idées : une paire de lunettes de rechange pour un myope (dans la mesure du possible, penser au problème des reflets parasites – et garder un cordon pour ne pas perdre sa paire de lunettes), des cigarettes pour les fumeurs, des tampons hygiéniques pour les femme, vos prescriptions de médicaments, tous les accessoires dont peut avoir besoin un bébé, nourriture pour animaux domestiques, etc. Faites une liste, et gardez tous ces objets accessibles.

IX. Bibliographie

Le manuel de survie de l'Armée américaine (Editions de l'Homme)

Survie dans la nature, John Wiseman (Hachette)

Vivre en forêt, Paul Provencher (Editions de l'Homme)

Survivre, Xavier Maniguet (Albin Michel)

Manuel de premiers secours, Henri Julien (Fransel)

Mains habiles, Albert Boekholt (Elor)

Mille pistes Nature, P-M Gambarelli & P. Royer (Les Presses d'Île-de-France)

Manuel de l'Eclaireur (Eclaireurs unionistes de France, 1941)

Bivouacs, Pierre Delsuc (Les Presses d'Île-de-France)

Nous utilisons particulièrement les manuels Bivouacs et Eclaireurs unionistes qui ont l'avantage d'un format très compact. Le Mille pistes Nature est également très bien fait et facilement disponible, mais son format est un peu plus encombrant. Choisissez votre vade-mecum en fonction de ce que vous trouverez et de vos goûts, mais n'oubliez pas que les techniques expliquées demandent à être maîtrisées pratiquement pour être efficaces. N'en attendez donc pas plus que nécessaire.

X. Où faire ses courses ?

Le plus simple est de faire le tour de vos magasins habituels. Go Sport, Intersport ou Décathlon

CHECK-LIST 2 (*grab & go*)

Voici un exemple de sac à dos à garder prêt à l'emploi : moins de 2 kilos, moins de 200 francs

Ziploc contenant :

- ❑ 2 mètres de drisse
- ❑ un petit carnet
- ❑ un petit stylo
- ❑ deux savonnettes de courtoisie
- ❑ un briquet
- ❑ un paquet compact de mouchoirs en papier
- ❑ une chandelle
- ❑ un petit canif (Opinel ou Victorinox)
- ❑ couverture de survie

à part :

- ❑ tournevis 6 x 100
- ❑ scie pliante Stanley Accuscape
- ❑ lampe compacte avec piles et ampoules de rechange
- ❑ Aspivenin avec kit de couture (bobine plate fil de lin, aiguille, bouton, épingle de sûreté)
- ❑ pharmacie (pansements, gaze, antiseptique, aspirine à croquer, paire de ciseaux, pince à épiler)

un exemple de bug out bag, assez complet, avec matériel de couchage et de nourriture