FICHE TERRAIN

CHECKLIST 72 HEURES

Trois jours d'autonomie, la recommandation européenne. Cochez, notez où c'est rangé, datez.

ÉLÉMENT	REPÈRE DE QUANTITÉ	OÙ C'EST RANGÉ	VÉRIFIÉ LE
EAU ET ALIMENTATION			
☐ **Eau**	3 L par personne et par jour		
☐ **Aliments sans cuisson**	3 jours, sans ouvre-boîte nécessaire		
☐ **Aliments des enfants / régimes**	3 jours, spécifiques		
ÉNERGIE ET LUMIÈRE			
☐ **Lampe**	1 par personne + piles de rechange		
☐ **Batterie externe**	Chargée, avec son câble		
☐ **Bougies / briquet**	Usage prudent, jamais sans surveillance		
INFORMATION ET COMMUNICATION			
☐ **Radio à piles ou à manivelle**	1 par foyer, fréquences notées		
☐ **Liste papier des contacts**	Recopiée à la main		
☐ **Plan de crise du foyer**	Fiche 04, remplie et affichée		
SANTÉ ET HYGIÈNE			
☐ **Trousse de premiers secours**	Complète, non périmée		
☐ **Médicaments personnels**	7 jours d'avance		
☐ **Hygiène de base**	Savon, lingettes, sacs poubelle		
DOCUMENTS ET MOYENS DE PAIEMENT			
☐ **Espèces en petites coupures**	De quoi tenir 3 jours		
☐ **Copies des papiers importants**	Papier + copie hors du domicile		
☐ **Doubles de clés**	Domicile et véhicule		
MOBILITÉ ET ABRI			
☐ **Réservoir au-dessus de la moitié**	Habitude permanente		
☐ **Vêtements chauds, chaussures fermées**	1 jeu par personne, accessible		
☐ **Couverture de survie**	1 par personne		

TROIS PRINCIPES

- Les 12 premières heures sont le scénario le plus probable. Dimensionnez pour elles d'abord, pas pour l'effondrement.
- Ce qui n'est pas rangé à un endroit connu de tous n'existe pas. La colonne « où c'est rangé » est la plus importante.
- Vérifiez deux fois par an, aux changements d'heure. Les dates de péremption et les piles ne préviennent pas.

Fiche libre de diffusion, usage personnel. Adaptez les quantités à votre foyer et à votre logement.