



Agir ensemble pour
la communauté !

SAVIEZ-VOUS QU'EN CAS DE CATASTROPHE NATURELLE UN KIT DE SURVIE DE 3 JOURS OU 72 HEURES PEUT SAUVER VOTRE FAMILLE ET VOUS ?

Kit de survie de 72 heures

Cette liste décrit le contenu d'un kit de survie de 72 heures pour une famille. Ce kit doit être facilement accessible (donc ne pas l'entreposer à la cave ni au grenier, etc.) et mis dans un sac facile à transporter et peu encombrant (sac à dos ou sac de sport).

Nourriture et eau par personne

Bouteilles d'eau (4 litres), 3 repas déshydratés (MRE), 400g de chocolat noir, barres de céréales (6), cubes de bouillon

Vêtements, par personne

Une paire de sous-vêtements de rechange, une couverture et une couverture thermique, une paire de chaussures et de chaussettes, un pantalon, deux Tee-shirt, une veste coupe-vent, gants, chapeau/casquette

Petite trousse médicale

Un rouleau de bandages homéostatiques, ciseaux, tablettes pour le mal de tête, tablettes contre la diarrhée, un pansement compressif, désinfectant (chlorhexidine), sparadraps

Articles de propreté

Brosse à dents (1 par personne), dentifrice, savon (200g), un rasoir jetable, tampons mouchoirs en tissus, 2 petits filtres à eau, pastilles pour purifier l'eau

Outils

Lampe de poche et piles de rechange, une pelle pliante, une hachette, un outil multi-usage (couteau suisse) avec pince et couteau

Autres

Bâche plastique, 10 mètres de corde, allumettes, briquet, bougies, un gobelet en aluminium, fourchettes et petite cuillères, assiettes en aluminium (1 par personne), papiers d'identité, copies des titres de propriété, carnet de vaccination, manuel de survie.

Source : service Québec – citoyens, Mai 2016

Recherche de bénévoles

APV est à la recherche de bénévoles intéressés à participer aux différentes activités et programmes qu'elle offre. Inscrivez-vous en nous envoyant un courriel à tandem@actionpreventionverdun.org

Wilfried Kabeya

Conseiller en prévention

Action Prévention Verdun

Tél. (514)769-8079