



## Mesure d'Urgence Trousse - 72 heures

Une **brochure 72 heures** fait référence à un guide de préparation aux urgences qui détaille le contenu d'une trousse d'urgence essentielle pour survivre pendant au moins trois jours sans aide extérieure. Les éléments clés comprennent l'eau potable (6 litres par personne), la nourriture non périssable (avec un ouvre-boîte), une trousse de premiers soins, une lampe de poche et une radio à piles.

### Contenu de la trousse 72 heures :

- **Eau** : Au moins 6 litres d'eau potable par personne.
  - **Nourriture** : Provisions non périssables pour au moins 3 jours qui ne nécessitent pas de cuisson, comme des conserves et des aliments lyophilisés, ainsi qu'un ouvre-boîte manuel.
  - **Éclairage et communication** :
    - Lampe de poche avec piles de rechange ou à manivelle.
    - Radio à piles ou à manivelle avec piles supplémentaires.
    - Bougies et allumettes ou briquet.
  - **Premiers secours et hygiène** :
    - Trousse de premiers soins complète.
    - Masque anti-poussière.
    - Sacs pour les déchets contaminés.
-

- **Outils et autres :**
  - Couteau multifonctionnel ou outil de poche.
  - Gants de travail.
  - Ruban adhésif (type duct tape).
  - Crayon et papier.
  
- **Documents importants et argent :**
  - Copie des documents d'identité.
  - Argent liquide.
  - Double des clés de maison et de voiture.
  
- **Confort et sécurité :**
  - Couverture thermique ou sac de couchage.
  - Vêtements chauds.
  - Sifflet.
  - Chargeur de téléphone portable (pile externe).

## **Conseils supplémentaires :**

- **Accessibilité:** Gardez votre trousse dans un endroit facile d'accès, comme un sac à dos ou une valise à roulettes, afin de pouvoir la saisir rapidement en cas de départ précipité.
  - **Vérification :** Vérifiez et mettez à jour le contenu de votre trousse une fois par an, en particulier pour les médicaments, les piles et les aliments.
  - **Personnalisation :** Adaptez la trousse aux besoins spécifiques de chaque membre de la famille, y compris les bébés, les personnes âgées et les animaux de compagnie.
-