



Dossier spécial

LE SAC D'ÉVACUATION D'URGENCE

APPRENDRE PRÉPARER SURVIVRE

LE SAC D'ÉVACUATION D'URGENCE: UN INCONTOURNABLE DU CITOYEN PRÉVOYANT

SOMMAIRE

LE SAC D'ÉVACUATION D'URGENCE	3
UN CAS CONCRET.....	6
LES 7 ÉTAPES POUR PRÉPARER VOTRE SAC D'ÉVACUATION!.....	10
1 - QUEL SAC CHOISIR?	10
2 - QUE METTRE DANS VOTRE SAC D'ÉVACUATION?	13
3 - ÉTANCHE, ÉTANCHE... ÉTANCHE	16
4 - ET LES ENFANTS?	17
5 - OÙ PLACER VOTRE SAC?	18
6 - QUID DU SAC D'ÉVACUATION « TOUT PRÊT »?	19
7 - ET APRÈS?	19

LE SAC D'ÉVACUATION D'URGENCE : UN INCONTOURNABLE DU CITOYEN PRÉVOYANT

Avoir un sac d'évacuation d'urgence devrait être obligatoire.

La nature d'une évacuation d'urgence peut être multiple: risque climatique, cyber, terroriste, naturel, technologique, sanitaire, etc. Dans tous les cas, il s'agit d'une crise et d'une situation soudaine qui menace votre vie.

Vous, vos enfants, vos voisins, vos parents... ces risques nous concernent tous, et tout le monde devrait être prêt à quitter son domicile en quelques minutes.

ÉVACUER EN 30 SEC, POUR SURVIVRE 48/72 HEURES

L'objectif du sac d'évacuation, c'est d'être capable d'évacuer en quelques secondes, avec ce qu'il faut pour survivre minimum 48 heures en autonomie sur votre dos.

Vous n'aurez peut-être jamais à utiliser ce sac d'évacuation d'urgence.

Et je vous le souhaite.

Mais si cela doit arriver, vous serez prêt. Vous ne perdrez pas de précieuses minutes à essayer de rassembler des affaires, de la nourriture ou des effets personnels dans la panique.

C'est le principe même du survivalisme: **prévoir et anticiper pour s'en sortir le jour J.**

Il y a quelques années, très peu de personnes savaient ce qu'était un sac d'évacuation. Parler d'« évacuation d'urgence », c'était évoquer des fantasmes apocalyptiques irrationnels.

Aujourd'hui, nous sommes de plus en plus nombreux à avoir conscience du risque.

Mais encore trop peu à véritablement nous tenir prêts.

MÊME L'ÉTAT FRANÇAIS VOUS RECOMMANDE UN SAC D'ÉVACUATION D'URGENCE

Si l'État français recommande à chaque citoyen de préparer un sac d'évacuation, c'est qu'il y a une raison. Même lui est conscient des potentiels risques qui menacent le territoire et ses habitants.

Une page entière du site du gouvernement est consacrée à la préparation de plans et kits d'urgence. Il vous suffit de taper "situation d'urgence" pour la trouver.

Ils expliquent :

« L'élément déclencheur et la soudaineté de l'émergence d'une crise provoquent une situation nouvelle face à laquelle il faut réagir vite. »¹

Dans l'urgence, nous sommes souvent dépossédés de nos moyens. La situation est inattendue, nouvelle, dangereuse et stressante. Que faire ? Évacuer ou rester ? Quelles affaires emporter ?

Dans les situations les plus extrêmes, l'urgence peut être synonyme de chaos, de fuite instinctive, « primaire ». Dans cet état d'esprit, impossible de réfléchir à ce que vous devriez emporter.

Et si les catastrophes naturelles se transforment si souvent en catastrophes humaines, c'est qu'elles nous prennent de court, et le pire est souvent fait avant que les secours n'aient eu le temps d'arriver sur place.



Breil-sur-Roya, France, le 10 octobre 2020, dégâts de la tempête Alex

Tous les ans, des milliers de Français doivent évacuer leur domicile.

C'est beaucoup plus fréquent qu'on ne le pense. Vous connaissez d'ailleurs sûrement quelqu'un à qui c'est arrivé.

Les causes peuvent être nombreuses :

- Une catastrophe naturelle : inondation, incendie, tempête...
- Un accident industriel : fuite de gaz sur un chantier, incendie sur un site SEVESO
- Une situation violente : manifestation, mouvement de foule, attentat...
- Etc.

Peu importe la cause, le résultat est toujours le même : **vous n'avez que quelques minutes pour rassembler votre famille et vos affaires pour évacuer votre domicile.**

N'attendez et n'espérez pas l'arrivée des forces de l'ordre ; vous devez prendre votre survie en main.

C'est face à l'imprévu de ces situations mal maîtrisées que le sac d'évacuation prend toute son importance.

Vous DEVEZ en avoir un.

UN CAS CONCRET

Samedi 27 février.

Vous êtes chez vous, dans votre maison vendéenne en bord de mer.

Ce matin, Météo France annonce une « tempête d'une force et d'une ampleur sans précédent » sur la côte atlantique.

A 16 heures : alerte maximale, la vigilance passe au rouge dans votre département.

Météo France parle de vents violents, de « tempête [...] d'une intensité peu commun[e] », et d'une potentielle **élévation du niveau de la mer**.²

Mais ils sont incapables de prévoir les répercussions sur terre d'une surcote.³



Barrage de la Gachère, entre Brétignolles-sur-Mer et Olonne-sur-Mer, situé à l'ouest de la Vendée, France.

2 1^{er} juillet 2010, Rapport d'information à l'Assemblée Nationale sur les raisons des dégâts provoqués par la tempête Xynthia, disponible sur: <https://www.assemblee-nationale.fr/13/rap-info/i2697.asp>

3 Etienne Chauveau, et al., « Xynthia: leçons d'une catastrophe », *Cybergeog : European Journal of Geography* [Online], disponible sur: <http://journals.openedition.org/cybergeog/23763> ; DOI: <https://doi.org/10.4000/cybergeog.23763>

Vous et les voisins vous préparez à subir quelques coupures d'électricité, « ça arrive souvent ».

A 17 heures: votre maire prend les mesures classiques.

Vous n'êtes pas affolé, vous connaissez ce scénario.

Restez chez-vous et ne vous aventurez pas en bord de mer.

Sur la côte, **vous en avez connu des tempêtes**, c'est pas un petit vent qui va vous alarmer.

20 heures: ce vent souffle quand même de plus en plus fort.

Vous couchez les enfants pour ne pas les inquiéter.

2 heures du matin: vous vous réveillez en sursaut, l'eau commence à s'engouffrer dans votre rez-de-chaussée.

Les vagues ont franchi la digue et l'eau monte dangereusement.

Maintenant, deux possibilités:

1. Votre sac est prêt

Vous réveillez vos enfants, attrapez votre sac d'évacuation, chargez tout le monde dans la voiture et **vous réfugiez loin de la côte**.

Les enfants ont peur, froid et faim.

Vous les réchauffez avec la couverture de survie que vous avez dans votre sac et les réconfortez avec les 2 barres de chocolat.

Vous aviez pris soin de les mettre dans la poche de leurs petits sacs.

« Juste au cas où ».

2. Vous n'aviez rien anticipé

Vous tentez avec une serpillière de limiter les dégâts.

Inutile... vous êtes dépassé et vous réfugiez à l'étage, sans oser réveiller les enfants, « par peur de les effrayer ».

L'eau continue à monter, vous êtes pris de panique et tentez d'appeler les secours.

En vain, l'électricité est coupée et vous n'avez plus de batterie sur votre portable.

Vous décidez de prendre les choses en main et réveillez les enfants. Mais **toute la maison est affolée**.

Que faire ? Que prendre ? Dans la panique, vous entassez quelques vêtements, ne pensez ni à la nourriture, ni au kit de survie, et essayez de rejoindre la voiture.

L'eau vous arrive à la taille, le vent souffle de plus en plus fort, vous apercevez au loin votre voiture submergée.

Le piège se referme. « **Si seulement j'avais su...** »



Ce scénario n'est pas fictif.

C'est celui de la tempête Xynthia, qui a fait 53 morts et 79 blessés à l'hiver 2010.⁴

Combien de personnes et de familles sont prises au piège des crues, tremblements de terre, fuites de produits chimiques, etc. chaque année ?⁵

- Les tempêtes Lothar et Martin de décembre 1999
- L'explosion de l'usine chimique AZF de Toulouse en 2001
- L'incendie de l'usine de pesticides de Béziers (site Seveso) en 2005
- Les explosions sur des sites pétrochimiques en Moselle, dans la Loire, etc.
- La fuite de Mercaptan et le nuage de l'usine Lubrizol à Rouen en 2013
- La deuxième catastrophe industrielle sur le même site en 2019 !
- Les inondations mortelles des Alpes-Maritimes (octobre 2020), de l'Aude (2018)
- Etc.



Breil-sur-Roya, France, le 8 octobre 2020

On pourrait continuer comme ça des heures...

Anticipez !

4 « Xynthia: messe à Luçon en hommage aux victimes », Le Monde, 04 mars 2010, disponible sur : https://www.lemonde.fr/planete/article/2010/03/04/xynthia-messe-a-lucon-en-hommage-aux-victimes-en-presence-de-fillon_1314146_3244.html

5 « Grandes catastrophes en France depuis 1900 », Wikipédia, disponible sur : https://fr.wikipedia.org/wiki/Grandes_catastrophes_en_France_depuis_1900

LES 7 ÉTAPES POUR PRÉPARER VOTRE SAC D'ÉVACUATION !

Si vous avez déjà un peu d'équipement, quelques dizaines d'euros vous suffiront.

Notez que **chaque situation est différente**.

Vos besoins ne sont pas les mêmes si vous habitez seul dans une zone montagneuse, ou si vous avez une famille avec 3 enfants dans le sud.

Mais voici quelques conseils de base, à vous de les adapter à votre situation personnelle.

1 - QUEL SAC CHOISIR ?

Déjà, on parle de « sac » d'évacuation. Pas de mallette, pas de valise, pas de sacoche, etc.

Vous devez pouvoir le porter, pas le tirer ; et vous déplacer facilement et sans gêne avec les mains libres.

Le choix de votre sac est primordial, il doit être :

GRAND ET ROBUSTE, POUR Y METTRE TOUTES VOS AFFAIRES

Comptez 30 litres minimum.

Il doit vous rester un peu d'espace pour y ajouter si besoin des affaires au dernier moment.



Mais **attention à ne pas voir trop grand.**

Surcharger votre sac d'évacuation et le choisir trop grand, c'est contre-productif.

Il est là pour vous venir en aide, pas pour vous handicaper si vous devez fuir rapidement.

N'ACCROCHEZ RIEN DESSUS!

Pas de housse à couteau, pas de gourde pendante, pas de corde, etc.

Rien que quelqu'un puisse attraper pour vous ralentir ou vous faire tomber à terre.

CONFORTABLE, POUR LE PORTER LONGTEMPS

Vous pourriez avoir à marcher plusieurs heures votre sac sur les épaules.

Il ne doit pas gêner vos mouvements, ni vous encombrer.

Assurez-vous d'être suffisamment à l'aise avec votre sac pour tenir plusieurs heures minimum (certains font rapidement mal aux épaules, d'autres au dos...).

N'hésitez pas à choisir un ancien sac qui s'est fait à votre dos, du moment qu'il soit encore solide.

DISCRET, POUR NE PAS ATTIRER L'ATTENTION SUR VOUS

Lors d'une grosse catastrophe, vous ne serez pas le seul à évacuer.



Porter un sac à dos militaire avec une croix de secours, c'est un peu comme crier à tout le monde: « **regardez-moi, je suis équipé!** J'ai tout ce dont vous avez besoin: de l'eau, de la nourriture et du matériel médical! »

Vous pouvez être sûr que les personnes non préparées vous demanderont de leur venir en aide.

Plus ou moins pacifiquement...

Attention! Je ne dis pas qu'il ne faut pas aider les autres, au contraire.

Mais **paraître trop équipé peut faire de vous une cible.**

Oubliez les sacs à dos avec des patchs commando ou premiers secours, une housse couteau apparente, des badges de scouts, des mousquetons partout, etc.



Il existe plein de sacs simples, discrets et très pratiques avec plein de fonctionnalités intéressantes.

A vous de choisir celui qui vous correspond !

2 - QUE METTRE DANS VOTRE SAC D'ÉVACUATION ?

Dans cette liste que je vous donne, vous ne trouverez que **les éléments absolument indispensables**.

C'est à vous, ensuite, de la compléter en prenant compte de votre situation personnelle (traitement médical, enfants, climat, etc.).

LA BASE DE VOTRE SAC D'ÉVACUATION

• NOURRITURE / EAU:

- ☐ 1 x bouteille d'eau de 1,5 litre
- ☐ 1 x gourde avec un système de filtration, comme la Sport Berkey
- ☐ 2 x jour de nourriture impérissable (fruits secs, gâteaux, viande séchée, plats lyophilisés...)

• MATERIEL DE SURVIE:

- ☐ 1 x sac de couchage
- ☐ 1 x couverture de survie
- ☐ 1 x kit de premiers secours
- ☐ 1 x couteau
- ☐ 1 x pince multifonction
- ☐ 1 x lampe de poche (idéalement une qui se recharge avec une manivelle, ou une « spécial EDC », très compacte et résistante à l'eau)
- ☐ 1 x lampe frontale, pour pouvoir marcher de nuit
- ☐ 1 x vêtement contre la pluie, type poncho
- ☐ 1 x vêtement chaud, type polaire
- ☐ 1 x pantalon
- ☐ 1 x kit de sous-vêtements
- ☐ 1 x briquet
- ☐ 1 x paquet de mouchoirs
- ☐ 1 x kit d'hygiène corporelle (brosse à dents, dentifrice, savon, coton-tige...)
- ☐ 1 x sac plastique étanche (protéger tes affaires de l'eau, récupérer des éléments, etc.)
- ☐ 1 x sangle (pour attacher quelque chose à ton sac si besoin)
- ☐ 1 x sifflet, pour te signaler en cas de problème
- ☐ 1 x petite bombe lacrymogène, pour la défense
- ☐ 1 x carte de ta région

• DOCUMENTS:

- ☐ 1 x photocopie de tes papiers d'identité
- ☐ 1 x double de tes clés de maison et de voiture
- ☐ 1 x annuaire avec les numéros d'urgences et ceux de tes proches
- ☐ Argent liquide

PLACE À LA PERSONNALISATION ET AU CONFORT

En fonction de votre situation, pensez à ajouter :

- ☐ Vos traitements médicamenteux réguliers
- ☐ 1 x fiche récapitulative de vos spécificités de santé : allergies, antécédents médicaux, traitements en cours, etc. Elle sera utile au service médical en cas de prise en charge si vous êtes inconscient.
- ☐ 1 x paire de lunettes de vue (une paire un peu abîmée ou ancienne fera l'affaire)
- ☐ Etc.

Enfin, s'il vous reste de la place, n'hésitez pas à ajouter du matériel qui pourrait vous être utile lors de l'évacuation, ou qui pourrait simplement vous apporter du confort.

On pense urgence, et on en oublie souvent le confort. Or **un minimum de confort est essentiel dans une situation de rupture de la normalité**. Il vous aidera à tenir.

C'est, par exemple :

- ☐ 1 x corde
- ☐ 1 x rouleau de scotch
- ☐ 1 x pierre à feu
- ☐ 1 x jeu de cartes
- ☐ 1 x bâton lumineux
- ☐ 1 x boussole
- ☐ 1 x trauma kit
- ☐ Bougies
- ☐ Serflexs
- ☐ 1 x kit de pêche
- ☐ 1 x bâche
- ☐ 1 x gobelet en métal
- ☐ 1 x paire de lunettes de soleil
- ☐ 1 x matelas de sol
- ☐ Etc.

3 - ÉTANCHE, ÉTANCHE... ÉTANCHE

Vous ne savez pas dans quelles conditions vous aurez besoin de votre sac.

Ça peut être en plein été sur une plage, comme ça peut très bien être sous une forte pluie (plus probable en France...).

Or sous une forte pluie, votre sac va très vite se retrouver trempé.

Résultat, votre sac de couchage, vos vêtements de rechange, votre briquet, votre trousse de premiers secours, votre carte, vos papiers d'identité... tout ça sera inutilisable.



PROTÉGEZ VOTRE MATÉRIEL!

Tout le matériel qui craint l'eau doit être placé dans des sacs étanches.

Vous avez deux options: acheter des sacs étanches, ou aller au plus simple et utiliser des sacs poubelles ou des sachets de congélation.

Pour protéger votre sac en général, vous pouvez utiliser une housse de pluie (elle prend très peu de place).

Si vous voulez tester son étanchéité et être sûr que tous vos éléments fragiles soient bien protégés, un bon test est de jeter votre sac dans une rivière, un lac ou une piscine (faites avec ce que vous avez dans le coin).

C'est radical, mais c'est la meilleure manière de vérifier l'étanchéité de votre sac.

Si tout reste sec, c'est bon!

4 - ET LES ENFANTS ?

Les enfants font partie intégrante de notre préparation.

Voici quelques conseils pour les faire participer et optimiser leur évacuation.

Si vous avez des enfants, vous avez deux cas de figure :

1. **Ils sont assez grands pour porter leur propre sac :** dans ce cas vous devez leur en préparer un qui, en substance, ressemblera au vôtre en plus simple et léger.
2. **Ils sont encore trop jeunes :** alors **vous devez adapter votre propre sac pour répondre à leurs besoins** (pots de bébé, couches, écharpe de portage, etc.)



En fonction du poids qu'ils peuvent porter, vous pouvez mettre :

- ☐ 1,5 litre d'eau
- ☐ 2 x jour de nourriture
- ☐ Vêtements
- ☐ Photocopies de leur pièce d'identité
- ☐ 1 x sifflet
- ☐ 1 x paquet de mouchoirs
- ☐ 1 x lampe de poche
- ☐ 1 x couverture de survie
- ☐ 1 x annuaire des contacts (votre numéro de téléphone et ceux des proches à contacter en cas de problème)

5 - OÙ PLACER VOTRE SAC ?

Placez votre sac à un endroit stratégique, où vous passez la majorité de votre temps.

Le lieu le plus logique où stocker votre sac est très souvent le domicile.

Il doit être facile à attraper et **proche des sorties**.

Un placard de votre hall d'entrée par exemple.

Vous ne savez jamais d'où vous devrez évacuer.

Tout prévoir est impossible, et l'objectif n'est pas de tomber dans la paranoïa et de vous balader partout avec votre sac d'évacuation.

Mais le mettre à un endroit stratégique dans un lieu où vous passez la majorité de votre temps, c'est déjà nettement réduire le risque d'évacuation non préparée.

Par ailleurs, en préparant votre sac, vous vous sensibilisez au sujet de l'évacuation et apprenez quel matériel est utile dans ce genre de circonstances.

Ainsi, si vous vous retrouvez en situation d'évacuation sans votre sac à portée de main, vous serez capable de repérer autour de vous le matériel utile et de rassembler rapidement des éléments essentiels.

ET LE VÉHICULE ?

Avoir une copie ou version simplifiée dans votre véhicule est toujours intéressant.

En plus du kit de secours, un peu de nourriture, une lampe et un briquet vous seront toujours utiles à bord.

6 - QUID DU SAC D'ÉVACUATION « TOUT PRÊT » ?

Personnellement, je vous le déconseille.

Certes ils sont souvent « complets » et comprennent la base nécessaire.

Mais vous vous retrouvez avec un matériel que vous ne connaissez pas, des rations que vous n'avez jamais goûtées (vous ne savez même pas si elles vous plaisent), un kit de secours que vous n'avez jamais ouvert, un couteau que vous n'avez jamais utilisé... Bref.

Vous devez connaître votre sac, **savoir où se trouve chaque élément pour pouvoir y accéder rapidement en cas de besoin.**

Vous n'aurez peut-être pas 10 minutes pour chercher où les fabricants ont mis ces fichus pansements.

Faites-le vous-même.

Vous vous assurez un matériel de qualité que vous connaissez bien, et vous évacuerez avec plus d'assurance.

7 - ET APRÈS ?

Une fois que votre sac créé et à sa place, **faites une vérification au moins une fois par an** pour vous assurer que tout fonctionne correctement.

Regardez notamment les piles des lampes, et l'état de votre nourriture.

BONUS : PRÉSENTATION D'UN SAC EN VIDÉO !

J'ai enregistré en vidéo un exemple de sac parfait pour débuter.

Il ne contient que ce qui est vraiment indispensable et je n'ai sélectionné que des éléments bon marché.

Vous avez sûrement déjà la moitié chez vous et vous pouvez acheter le reste chez Décathlon.

Il ne vous reste plus qu'à personnaliser votre sac en fonction de votre situation personnelle



REGARDER LA VIDÉO SUR YOUTUBE

LE MONDE DANS LEQUEL NOUS VIVONS EST DE PLUS EN PLUS FRAGILE

C'est un château de cartes qui peut s'effondrer à tout moment.

Les derniers événements n'ont fait que le confirmer...

La tension n'a jamais été aussi forte.

C'est pour vous permettre de résister aux futures crises que j'ai écrit

Le Guide de Préparation à la (Sur)vie



Le Guide aborde tous les aspects de l'autonomie et de la survie !

La gestion des ressources vitales, eau potable, stockage alimentaire, gestion des finances, production d'énergie...

L'équipement : sac d'évacuation d'urgence, kit de premiers secours, trauma kit, outils de base, lumière, préparation du véhicule...

La formation : survie en milieu naturel ou urbain, secourisme, techniques d'autonomie...

La sécurité personnelle et celle du domicile : des agressions aux départs de feux.

La planification : en cas d'urgence mais aussi au quotidien !

...

Plus de 1 200 personnes l'ont déjà commandé.

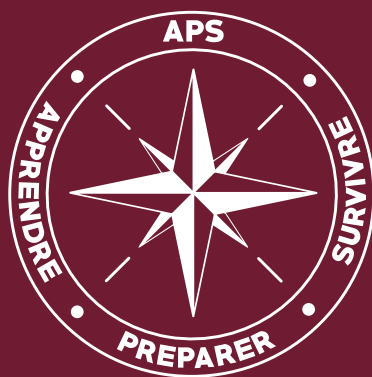
Si vous attendez que la crise soit là pour vous préparer, il sera trop tard.

Protégez-vous.

Protégez vos proches.

RECEVOIR LE GUIDE DE PRÉPARATION À LA (SUR)VIE





Apprendre Préparer Survivre – Dossier spécial

Les 7 étapes pour préparer votre sac d'évacuation!

Directeur de la publication: Antonie Ledu

Responsable de la rédaction et rédacteur en chef : Antoine Ledu

Crédits photos: NadyaEugene – Philippe DEVANNE – Antonio Gravante – a katz – Phil-MacDPhoto – Lithiumphoto – Filmbildfabrik – Slatan – Obatala-photography / Shutterstock.com

Société éditrice: APS Formations SA