

Le sac d'évacuation de votre famille

Un sac par adulte, prêt près de la porte. Si l'on vous demande de partir, vous le prenez et vous sortez — sans réfléchir à ce qu'il faut emporter. Cochez au fur et à mesure.

En gras : l'essentiel, à avoir en priorité.

LE CONTENANT

☐ **Sac à dos solide et imperméable**

Environ 40 à 50 L pour un adulte

EAU

☐ **3 bouteilles d'eau de 1,5 L par personne**

Assez pour 1 à 2 jours ; complétez dès que possible

☐ Pastilles de purification d'eau

☐ Gourde filtrante

☐ Carte papier des points d'eau autour de chez vous

NOURRITURE

☐ **Barres énergétiques**

Environ 4 par personne et par jour

☐ Conserves légères à ouverture facile

☐ Fruits secs et noix

☐ Ouvre-boîte manuel

Indispensable si vous emportez des conserves

SANTÉ

☐ **Traitements en cours**

Au moins 3 jours, avec la copie des ordonnances

☐ Gants, compresses, bandage, sparadrap

☐ Pansements assortis

☐ Antiseptique en petit format

☐ Sérum physiologique en dosettes

☐ Antidouleur courant (paracétamol)

☐ Thermomètre, ciseaux, pince à tique

☐ Carte mémo des gestes d'urgence

LUMIÈRE ET ÉNERGIE

☐ **Lampe torche + piles de rechange**

☐ **Batterie externe chargée**

Rechargez-la tous les 3 mois

☐ Câbles de charge du téléphone

☐ Bâtons lumineux

S'INFORMER

☐ **Radio à piles ou à manivelle**

Pour suivre les consignes officielles si le réseau et l'électricité sont coupés

SE SIGNALER, SE PROTÉGER

☐ **Sifflet**

☐ **Couverture de survie**

☐ Gilet haute visibilité

☐ Miroir de signalisation

☐ Carnet et crayon

VÊTEMENTS

☐ Bonnet et gants chauds

☐ Chaussettes et sous-vêtements de rechange

☐ Lunettes de soleil

OUTILS

☐ **Couteau ou pince multifonction**

☐ Cordage (10 m)

☐ Briquet ou allume-feu

PAPIERS ET ARGENT

☐ **Copies des papiers d'identité**

Dans une pochette étanche

☐ **Liste des contacts d'urgence sur papier**

☐ **Argent liquide en petites coupures**

☐ Copie carte Vitale, mutuelle, permis

☐ Photos d'identité récentes

☐ Plan d'évacuation du logement imprimé

Adapter le sac à votre foyer

Chaque famille est différente. Ajoutez ce qui compte pour les vôtres.

Avec des enfants

- ☐ Doudou ou objet réconfortant
- ☐ Petit jeu, livre, crayons
- ☐ Collations qu'ils aiment
- ☐ Vêtements de rechange à leur taille
- ☐ Votre numéro écrit dans leur poche

Avec un bébé

- ☐ Couches et lingettes
- ☐ Lait infantile et biberon
- ☐ Petits pots
- ☐ Porte-bébé
- ☐ Couverture légère

Avec une personne âgée

- ☐ Lunettes et appareils auditifs de rechange
- ☐ Piles des appareils
- ☐ Liste des traitements et du médecin
- ☐ Canne ou aide à la marche
- ☐ Sac plus léger, adapté à ses forces

Avec un animal

- ☐ Laisse, harnais ou caisse de transport
- ☐ Croquettes et eau pour 3 jours
- ☐ Gamelle pliable
- ☐ Carnet de santé et identification
- ☐ Photo récente de l'animal

Les 3 réflexes

- **Où est le sac ?** Près de la porte d'entrée, connu de toute la famille.
- **Où se retrouver ?** Choisissez à l'avance un point de rassemblement si vous êtes séparés.
- **Quand le vérifier ?** Tous les 6 mois : dates de péremption, piles, batterie, tailles des enfants.

Sac préparé le :

Prochaine vérification le :



Cette liste vit aussi dans l'application LASTLINE.

Cochez-la depuis votre téléphone, et retrouvez au même endroit votre plan familial, vos réserves et les alertes officielles près de chez vous. Gratuite pour commencer, sur iPhone et Android.

lastline.fr/app

En cas de danger, suivez toujours les consignes des autorités (radio, FR-Alert, mairie, préfecture). En cas d'urgence vitale, appelez le 112.