

**PETIT  
MANUEL DE  
PRÉPARATION  
AUX SITUATIONS  
D'URGENCE**

ILYS

**Notice**

Imprimez ce document en recto-verso.

Dans la mesure du possible, utilisez une fiche bristol pour la couverture.

Après avoir soigneusement plié en deux les feuilles (par cahiers de deux feuilles), vous pouvez coudre ensemble les 40 pages.

Cet article peut être reproduit et échangé pour un usage personnel et à titre non-onéreux, **sans modification**.

Toute demande d'autorisation de reproduction collective à titre onéreux ou non (brochure, site internet ou revue), ainsi que toute proposition de modification ou de traduction est à adresser à [contact@iikeyourstyle.net](mailto:contact@iikeyourstyle.net)

Notes

- Toujours prêt.

ILYS





Dix feuilles impression recto/verso

Cahier central quatre pages

Document PDF - réalisé sous Open Office

Atelier ILYS, octobre 2005

French Riviera

**Imprimerie Spéciale**

Polices de caractère : Superfly (48 pt), Mexcellent (48 pt), Kartika (11 & 12 pt)

## INTRODUCTION

Pour *ne pas subir* les événements imprévus, qu'ils soient anodins ou catastrophiques, il est nécessaire de se préparer. Cette préparation doit suivre plusieurs axes, dans l'ordre décroissant d'importance :

- l'aspect mental et psychologique (vouloir surmonter l'événement),
- l'aspect technique (détenir un minimum de capacités manuelles et de conception),
- l'aspect physique (surtout au niveau de l'endurance)
- et enfin le matériel.

Dans le domaine de la préparation, *chacun doit faire comme il l'entend*. Il n'y a pas un modèle applicable à toutes les situations, mais une multitude de cas particuliers, correspondant à votre expérience. Les orientations générales et les conseils précis que nous vous proposons dans ce livret sont à adapter à votre cas particulier. Notre expérience se base sur quelques années passées en Afrique, une pratique du scoutisme et les échanges avec les nombreux survivalistes que comptent notre famille (et marginalement notre expérience militaire). Tout ce qui sera décrit a déjà été appliqué, ou l'est encore aujourd'hui, dans des situations réelles et quotidiennes.

Nous allons surtout nous orienter vers le matériel indispensable qui sera utilisé au quotidien comme en situation d'urgence. Il suffit d'un rien pour se retrouver dans une situation **désagréable** (crever un pneu loin de tout au milieu de la nuit), **hostile** (émeutes, persécution judiciaire) ou **cataclysmique** (attentat, accident NBC, tremblement de terre, tempête, accident de transport, inondation, incendie...).

Il est évident que l'idéal est d'éviter les situations à risques, ou du moins d'être capable d'anticiper pour éviter de se retrouver piégé dans une position malcommode.

Il est important de comprendre que le matériel ne vient pas remplacer la technique. Et la technique ne peut jamais remplacer le sang-froid. En partant du principe que le pire est toujours sûr, nous sommes certains de ne pas être déçus.

Nous sommes habitués à un très haut niveau de confort (eau chaude, nourriture abondante sinon de qualité, transports...). Si la situation que vous vivez tourne à la catastrophe, le confort minimal et rustique apporté par votre prévoyance et votre matériel sera indispensable pour sauvegarder le moral et ne pas déprimer. Le matériel que nous avons choisi obéit à deux tendances : la **polyvalence** et la **redondance**. Il est important de ne jamais se retrouver pris au dépourvu. De plus, vous pouvez vous retrouver amené à coopérer avec d'autres personnes, et il peut être utile de leur fournir des outils pour que le groupe soit efficace (sans parler des possibilités de troc qui peuvent être fructueuses). Les seules limites à cette logique sont l'encombrement et le budget.







## X. BIBLIOGRAPHIE

- Le manuel de survie de l'Armée américaine (Editions de l'Homme)
- Survie dans la nature, John Wiseman (Hachette)
- Vivre en forêt, Paul Provencher (Editions de l'Homme)
- Survivre, Xavier Maniquet (Albin Michel)
- Manuel de premiers secours, Henri Julien (Fransel)
- Mains habiles, Albert Boekholt (Elor)
- Mille pistes Nature, P-M Gambarelli & P. Royer (Les Presses d'Île-de-France)
- Manuel de l'Eclaireur (Eclaireurs unionistes de France, 1941)
- Bivouacs, Pierre Delsuc (Les Presses d'Île-de-France)
- Ragnar's Urban Survival, Ragnar Benson (Paladin Press)

Nous utilisons particulièrement les manuels Bivouacs et Eclaireurs unionistes qui ont l'avantage d'être très compact. Le Mille pistes Nature est également très bien fait et facilement disponible, mais son format est un peu plus encombrant. Choisissez votre vademecum en fonction de ce que vous trouverez et de vos goûts, mais n'oubliez pas que les techniques expliquées demandent à être maîtrisées pratiquement pour être efficaces. N'en attendez donc pas plus que nécessaire.

Le Ragnar Benson est plein de bons conseils et nous fait profiter des fruits de l'expérience de son auteur.

Notes

utilisation très fréquente. Si ces lampes sont hors de votre portée, financièrement parlant, vous pouvez vous diriger vers la gammes des Princeton Tech, des Peltz, des Peli ou des Streamlight, qui sont de très bonne qualité. Eventuellement, les boîtiers plats utilisant des piles plates 3LR12 ne sont pas à écarter d'office, à condition de changer l'ampoule d'origine pour une 3.6 V/0.75A - le résultat pourrait bien vous étonner. Si vous choisissez une lampe classique, c'est-à-dire sans diodes, pensez à prendre suffisamment de piles (la quantité dépendant de l'autonomie de la lampe choisie) et surtout des ampoules de rechanges.

- La **drisse**. 25 mètres de paracorde permettent de faire des tas de choses. Lier, ranger, faire de petites constructions,... Le poids est négligeable.

- Le **sifflet**. Nous utilisons un sifflet classique de scout, qui a l'avantage de ne comporter aucune pièce mobile, et de demander assez peu de souffle pour produire un son satisfaisant.

Nous aimons bien également le modèle en plastique de chez Victorinox, plat et solide. Un sifflet permet d'attirer l'attention et de communiquer.

Notes







## VI. LA TENUE

Nous avons choisi une tenue assez simple, largement inspirée des normes militaires. Nous avons la chance de pouvoir porter dans notre travail une tenue assez proche de notre idéal, avec des chaussures de sécurité, une paire de pantalons de treillis, un t-shirt (à compléter avec un gilet multipoche et une parka pour l'hiver). Il n'y a pas de couleur idéale, mais le choix le plus polyvalent se trouve sans doute entre gris-boue, kaki-brun et coyote - bref, des teintes ternes.

- Le pantalon de treillis, avec ses deux poches cargos. Le modèle Bundeswehr est vraiment très solide et pratique. Nous avons également choisi en alternative le modèle F2 français, type armée de l'air, avec moins de poches mais plus léger et tout aussi solide. Nous portons un modèle kaki qui est la couleur la moins salissante. Le pantalon est plus polyvalent que le short. S'il est un peu plus chaud en été, il a l'avantage de protéger un minimum les mollets.

- La chemise de type scout, en coton. Elle est très solide, avec deux grandes poches fermant par boutons sur la poitrine. Peut se porter plusieurs jours d'affilée avec des t-shirts en dessous.

- Le chapeau, casquette, chapeau de brousse ou bonnet selon ses goûts. Le chapeau de brousse est le plus polyvalent à notre avis, le bonnet le plus léger et protecteur pour la nuit.

- Le cheich, protégeant aussi bien du froid que de la chaleur.

- Le ceinturon. Choisir un modèle capable de supporter des accessoires ; une simple ceinture ne suffit pas. Nous vous conseillons de vérifier la compatibilité de la largeur du ceinturon avec les passants de votre pantalon.

- Les chaussures de marche. Choisir un modèle rustique, robuste et étanche. De nombreux modèles de chaussures de marche existent, ne chipotez pas sur le prix pour ne pas être déçu. Utilisez-les régulièrement. Deux paires utilisées alternativement prolongent la vie des chaussures.

- Une combinaison de mécanicien ou d'aviateur. Ces larges combinaisons en coton, qui existent en plusieurs couleurs (vert, bleu, gris, kaki, camouflé...) sont très pratiques, elles permettent en effet une très bonne protection des vêtements contre les accrocs ou les tâches. Il faut choisir un modèle en coton épais, avec de solides coutures et une fermeture éclair en laiton (à laisser ternir). Ces combinaisons ont en général quatre grandes poches, dont deux à zip, qui permettent de ranger les accessoires indispensables sans être obligé de se déshabiller pour accéder aux poches du treillis. Nous avons choisi notre combinaison dix tailles au-dessus de notre taille de vêtements, ce qui nous permet une aisance de mouvements et un grand confort. Nous portons un large ceinturon en nylon type ALICE, ce qui nous autorise le port de la gourde qui sinon serait piégée à l'intérieur de la combinaison. Il faut bien sûr envisager la pose d'un ourlet pour mettre le pantalon à la bonne longueur, et la pose de genouillères en cuir permettra de protéger ces endroits sensibles à l'usure. La combinaison peut également être portée comme vêtement, et permet un surcroît de chaleur en hiver.

## La poche centrale

La poche centrale comporte les principaux éléments de survie ; nous n'y touchons pratiquement jamais. Cela comprend :

- Un poncho en plastique, pour se protéger d'une pluie battante. Il faut choisir un modèle de qualité, tout en restant compact. Tous ceux dont le prix est en dessous de six euros sont considérés comme consommables.

- Une couverture de survie. Il vaut mieux choisir le plus gros modèle ; la différence de masse reste tolérable, et se retrouve dans la qualité d'isolation et la durée de vie. Cette couverture doit servir de manière exceptionnelle - nous comptons plus nous en servir dans le cadre des premiers secours apportés à la victime d'un malaise ou d'un accident que pour réellement dormir dedans. A noter que une des ses fonctions étant le repérage, la couverture de survie n'est pas très discrète (sonore et brillante).

- Une bobine plate de cent mètres de paracorde. Indispensable pour les brelages lors de constructions.

- Une paire de gants chauds. Les gants de cuir de l'Armée Française avec leur paire de sous-gants sont un excellent choix.

- Une petite trousse à pharmacie. Surtout prévue à la base pour soigner les petites plaies (lingettes désinfectantes, comprimés analgésiques à sucer, imodium, pansements...), nous l'avons complété par une paire de bouchons d'oreille en mousse, très efficaces (que nous utilisons aussi pour tirer), un petit couteau Victorinox « Signature » (qui possède une pince à écharde, une paire de ciseaux, un stylo, une lame et une lime à ongle), un kit de suture (aiguille courbe et fil stérile), un petit briquet, un petit savon et de quoi traiter environ 75 litres d'eau. C'est une pharmacie minimale et très compacte, que viendra compléter une autre plus imposante. Cette trousse n'est pas étanche, mais résiste aux projections d'eau.

- Un rouleau compact de papier hygiénique.

- Une paire de lunettes de sable Bollé, protégeant bien contre les intempéries. Ses différents filtres permettent de reposer les yeux des personnes qui comme nous, ne peuvent pas porter des lunettes de soleil.

- Un rouleau de 25 mètres de Duck Tape. Permet de tout faire, et plus encore. Toutes les réparations possibles et imaginables. Ce scotch très résistant est absolument indispensable. Un manuel de survie (voir bibliographie). Ces manuels sont très utiles pour la mine d'idées qu'ils contiennent. Il est évident qu'il faut les avoir étudié avant de se retrouver en situation d'urgence, et que la simple théorie n'a aucune valeur.

- Une trousse contenant trois outils primordiaux : une scie pliante (par exemple, le modèle Opinel, très réussi), une mini-pince multiprise Bost (identique à celle que nous portons au ceinturon) et une pince coupante de la même série de chez Bost (permet de trancher proprement tous les câbles, de la réparation d'un système électrique au passage du réseau de barbelés).













## V. DANS LA VOITURE

Le véhicule constitue un intermédiaire parfait entre le sac d'urgence et les stocks que l'on entretiendra au domicile. Utilisé au quotidien, son coffre contiendra suffisamment de trésors pour répondre aux situations normales, et en cas d'évacuation, il permettra de parcourir la distance nécessaire sans trop de fatigue (surtout lorsqu'on a charge de famille).

La logique que nous développons ici voit le véhicule comme point de repli, ou proche du point de repli, son contenu étant dispatché dans le bivouac. Une fois de plus, nous ne parlons pas de survie à long terme au fond des bois, mais une réaction à une situation imprévue et dangereuse.

Nous ne voyons pas l'intérêt de nous déplacer avec plusieurs dizaines de kilos sur le dos sur une longue distance. Le poids seul des outils peut être rédhibitoire. Eventuellement, si nous tenions à une autonomie absolue, nous pourrions envisager de reprendre notre sac de 60 litres et de mélanger le sac d'urgence au sac marin, de partir avec la pelle-bêche au ceinturon et la hachette sur le sac. Nous avons renoncé à cette solution puisqu'elle ne s'impose pas. Notre région est très bien quadrillée de routes, chemins de pompiers et autres pistes qui autorisent le placement d'un véhicule relativement proche d'un bivouac. Le rayonnement à partir de bases (équipées en abris et en réserve) nous semble plus efficaces. Le moment de l'évacuation est à déterminer assez empiriquement : il importe de ne pas se laisser coincer dans les embouteillages de gens paniqués (comme cela se produit assez régulièrement chez nous sans qu'il y ait besoin de catastrophe). Il est très important de bien connaître les routes que l'on peut être amené à emprunter, les raccourcis éventuels et autres « itinéraires-bis ». Par ailleurs, notons une alternative qui peut être envisagée : la bicyclette. Facile d'utilisation, commode d'entretien, abordable, peu encombrante, éventuellement tout-terrain, c'est une forme intéressante et sportive de véhicule « autonome ». La fatigue (et donc le manque éventuel d'autonomie et de vitesse) et la difficulté de déplacer du matériel semilourd sont ses principaux inconvénients. A noter qu'il existe des sortes de charrettes qui permettront d'embarquer pas mal de matériel, mais en échange de la versatilité du terrain emprunté. Dans le cadre d'un déplacement à bicyclette, penser à tout le matériel annexe indispensable pour être autonome (pneus de rechange, clé anglaise à mollette, clé plate (direction), pompe, chaîne, jeu de clés Allen, tournevis multiple, plusieurs chambres à air, kit crevaison, douille de direction, jeux de patins de freins, câbles de freins, câbles de dérailleurs...).

Pour revenir à la question du matériel transporté en automobile, les outils seront régulièrement entretenus, c'est-à-dire maintenus à l'abri de l'humidité, huilés et séchés régulièrement, éventuellement désoxydés si la rouille commence à piquer l'acier et bien sûr nettoyés soigneusement après chaque utilisation. Chaque outil sera rangé à sa place une fois qu'il aura servi.

Pour transporter les accessoires, hormis ceux qui sont déjà attribués à un sac, il existe trois possibilités : la boîte à outil, en métal ou en plastique, les boîtes type Curver, contenant en général entre trente et quarante litres, en plastique que l'on peut avoir avec

couvercle et enfin les fûts étanches que l'on trouve dans les magasins d'accastillage, qui ont l'avantage d'être parfaitement étanches grâce à leur joint.

Pour éviter les mauvaises surprises, il est nécessaire de veiller à l'entretien régulier de la voiture. Un véhicule mal entretenu est susceptible de vous lâcher au milieu d'une situation délicate ajoutant au problème à régler une dose supplémentaire de stress. Il est donc impératif de respecter les consignes du livret d'entretien, mais également chaque semaine :

- de vérifier les niveaux (huile, liquide de refroidissement, freins, lave-glace...) et de les compléter si nécessaire.

- de ne jamais descendre en-dessous de la moitié du réservoir d'essence. Une nourrice peut-être envisagée.

- de vérifier le bon état des pneumatiques, et leur pression (également la roue de secours ; éventuellement s'entraîner au changement de roue chez soi, sans stress).

- de vérifier le bon état des essuies-glaces (dans notre région, il peut se passer plusieurs mois sans qu'ils soient utilisés, alors qu'ils peuvent être détériorés par la chaleur et lâcher à la première pluie, vous mettant dans une situation embarrassante).

- de contrôler l'état des feux et clignotants (si vous êtes seul, utiliser un endroit sombre ou se servir d'un mur clair comme réflecteur). Penser à votre réserve de fusibles et de lampes de rechange.

- de nettoyer les vitres et les rétroviseurs, de manière à ne pas être gêné par les reflets.

- de faire réparer rapidement tout problème autre que purement carrossier.

Quelques conseils de sécurité basiques peuvent également être utiles, sans sombrer dans la paranoïa :

- en conduisant ou à l'arrêt, contrôler son environnement à l'aide des rétroviseurs. Une vigilance de tous les instants peut limiter les risques d'accident ou d'agression (carjacking).

- faire en sorte de toujours laisser son véhicule dans le sens de la marche, prêt à partir. Dans une situation délicate, des manoeuvres compliquées sous l'empire du stress peuvent conduire à la catastrophe.

- rouler calmement et avec fluidité. La conduite rapide demande énormément de concentration pour être menée sans danger ; le ratio gain de temps/fatigue est généralement assez faible. De plus, une conduite rapide et nerveuse, bien qu'amusante consomme terriblement d'essence et risque d'attirer l'attention des forces de l'ordre, ce qui n'est pas toujours souhaitable.

- ne pas se promener avec un trousseau de clefs mélangées. L'idéal est de faire plusieurs trousseaux, avec la clef de voiture à part de toutes les autres (mais on peut également lui adjoindre la clef de la porte d'entrée de la maison, qui en général ne peut pas être confondue avec une clef Neiman, même sous l'emprise du stress).