

L'Art de Troquer : Devenir "L'Épicier" plutôt que le Soldat

Introduction

Key Takeaway : Dans un monde incertain, la vraie force n'est pas la violence, mais la préparation, l'intelligence et l'art d'échanger. Ce livre vous montre comment devenir l'épicier malin qui traverse la tempête sans sombrer dans la peur.

Le Réveil Brutal : Quand Tout S'Arrête

Imaginez-vous un matin, réveillé par le silence. Plus de bips d'appareils, plus de lumière, plus d'eau qui coule. Vous ouvrez la fenêtre : la ville est figée. Les magasins sont fermés, les rayons vides, la carte bleue ne sert plus à rien. Vous sentez monter l'angoisse. Comment nourrir votre famille ? Comment tenir si tout s'arrête ?

Vous n'êtes pas seul à vous poser ces questions. En France, huit parents sur dix s'inquiètent pour l'avenir de leurs enfants. Le climat, les pénuries, les conflits, tout semble fragile. Même les plus optimistes se surprennent à imaginer : "Et si demain, tout s'arrêtait ?"

Dans ce livre, pas de discours alarmiste, pas de scénario catastrophe façon film d'action. Juste une réalité : quand le système vacille, la survie ne dépend plus de votre compte en banque, mais de ce que vous avez chez vous et de ce que vous savez faire. L'argent perd sa valeur — difficile d'acheter du pain si la boulangerie n'ouvre plus et que personne n'accepte de billets. Les gadgets deviennent inutiles — à quoi sert un smartphone dernier cri

sans réseau ni électricité ? Ce qui compte vraiment, c'est l'eau, la nourriture, les médicaments, les outils. Bref, les vraies richesses matérielles qui répondent à des besoins essentiels immédiats.

Deux Chemins, Deux Destins

Face à la crise, deux choix s'offrent à vous.

Le premier, c'est la voie du "soldat". Le soldat se bat, prend par la force, vit dans la peur et la méfiance. Il pense que la violence est la seule solution. Concrètement, cela signifie entrer en confrontation avec ses voisins, défendre ses ressources les armes à la main, vivre barricadé. Mais cette route mène souvent à l'isolement, à l'épuisement physique et mental, et parfois au pire — la violence appelle la violence.

Le second choix, c'est celui de "l'épicier". L'épicier, c'est celui qui a anticipé. Il a constitué des réserves utiles, il connaît ses voisins, il sait échanger. Il ne cherche pas la bagarre, il préfère la coopération. Imaginez : pendant qu'un soldat garde jalousement ses dix boîtes de conserve, l'épicier en échange deux contre des bougies, trois contre des médicaments qu'un voisin infirmier possède. Il crée un réseau, devient indispensable, car il a toujours quelque chose à proposer.

Le Troc : Une Solution Éprouvée Par L'Histoire

L'histoire le prouve : à chaque grande crise, le troc revient en force.

En 1945, après la Seconde Guerre mondiale, les Français échangeaient du café contre des bijoux. Un kilo de café, denrée introuvable, valait plus qu'un collier en or. En Argentine, pendant la crise économique des années 2000, une simple boîte de conserve

valait plus qu'une montre de luxe — parce qu'elle permettait de manger ce soir-là. Plus récemment, qui avait du gel hydroalcoolique ou des masques pendant les premiers confinements de 2020 avait un vrai pouvoir d'échange auprès de ses voisins ou amis.

Le troc n'est pas un truc de grand-mère dépassé, c'est une compétence moderne, vitale, et accessible à tous — même si vous vivez en appartement en ville.

Ce Que Vous Allez Apprendre Dans Ce Livre

Ce livre va vous apprendre à devenir cet épicier malin. Pas besoin d'être un expert en survie ou d'avoir un bunker enterré dans votre jardin. Il suffit de bon sens, d'un peu d'organisation, et de quelques techniques simples. Vous allez découvrir comment :

- **Constituer un stock de produits vraiment utiles** : pas seulement 50 paquets de pâtes qui prendront la poussière, mais un équilibre entre nourriture, hygiène, médicaments, et outils pratiques. Par exemple, savoir qu'un briquet peut valoir de l'or quand personne n'a plus de quoi faire du feu.
- **Choisir les objets qui prennent de la valeur en cas de crise** : comprendre pourquoi le sel, l'alcool à 70°, ou les piles sont recherchés, et comment les stocker sans se ruiner.
- **Échanger en toute sécurité, sans se mettre en danger** : apprendre les bases de la négociation, choisir des lieux neutres pour vos échanges (comme un café encore ouvert, ou devant chez vous), et surtout ne jamais montrer l'ensemble de vos réserves d'un coup.
- **Créer un réseau d'entraide avec vos voisins ou amis** : identifier qui fait quoi dans votre entourage (qui sait bricoler,

qui a un potager, qui est pharmacien), et tisser des liens avant que la crise frappe. Un réseau solide vaut mieux que des tonnes de conserves.

- **Protéger vos réserves sans transformer votre maison en forteresse** : des astuces simples comme répartir vos stocks dans plusieurs cachettes, rester discret sur ce que vous possédez, et éviter d'attirer l'attention.

Techniques Concrètes, Pas De Blabla

Chaque technique sera expliquée pas à pas, avec des exemples concrets que vous pourrez appliquer dès demain. Vous apprendrez à récupérer de l'eau de pluie même quand les robinets sont à sec (avec des bidons placés sous vos gouttières, par exemple), à stocker malin sans gaspiller (en notant les dates de péremption et en tournant vos stocks), à négocier sans vous faire avoir (en fixant vos limites avant l'échange).

Vous verrez aussi comment rester discret — ne jamais parler de vos réserves au café du coin —, comment éviter d'attirer la convoitise en montrant moins que ce que vous avez, et comment faire du bluff stratégique. Le bluff stratégique, c'est l'art de paraître utile sans passer pour une cible riche. Par exemple, dire "j'ai quelques conserves mais pas grand-chose" plutôt que "j'ai trois mois de réserves", tout en ayant effectivement de quoi échanger régulièrement.

L'Épicier N'Est Pas Naïf

L'épicier n'est pas naïf. Il sait que la sécurité passe aussi par la discrétion et le choix de ses partenaires d'échange. Il ne montre

jamais tout ce qu'il possède — imaginez montrer votre cave pleine de provisions à un inconnu : le lendemain, vous risquez de la retrouver vide. Il préfère faire de petits échanges réguliers, plutôt qu'un gros troc qui attire les regards et les jalousies. Il garde toujours une issue de secours, un plan B (un second stock ailleurs, ou un ami de confiance), et il ne va jamais seul à un rendez-vous d'échange, surtout avec un inconnu.

À Qui S'Adresse Ce Livre ?

Ce livre n'est pas réservé aux survivalistes chevronnés qui vivent déjà en pleine forêt. Il s'adresse à tous ceux qui veulent protéger leur famille, même en ville, même avec peu d'espace. Il s'adresse à ceux qui veulent retrouver un peu de contrôle sur leur vie, qui rêvent d'autonomie sans renoncer au confort moderne. Il s'adresse à ceux qui veulent transmettre à leurs enfants autre chose que de l'inquiétude : des compétences concrètes, de la confiance en leurs capacités, et un vrai sens du partage et de l'entraide.

Prêt À Devenir L'Épicier ?

Prêt à changer de rôle ? À passer du soldat inquiet à l'épicier respecté ? À devenir celui qui rassure, qui aide, qui échange ? Ce livre est votre guide. Tournez la page, l'aventure commence. Vous allez voir, troquer, c'est tout un art... et c'est à la portée de tous.

Chapitre 1 – De l'or au sel : pourquoi le troc supplante la monnaie en cas de crise

À retenir :

Quand tout s'effondre, l'argent ne vaut plus rien. Ce sont les objets utiles, la solidarité et l'art d'échanger qui font la différence.

Devenir "l'épicier", c'est choisir la coopération et la prévoyance plutôt que la peur et la force.

Introduction : Quand l'argent ne vaut plus rien

Imaginez-vous demain matin. Vous vous réveillez, prêt à commencer la journée, mais quelque chose cloche.

Les distributeurs automatiques ne fonctionnent plus. Les cartes bancaires sont refusées partout. L'épicerie du coin affiche un panneau « Fermé jusqu'à nouvel ordre ».

Dans votre portefeuille, vous avez deux cents euros en billets. Mais personne ne veut les accepter.

Cette situation vous semble impossible ? Pourtant, elle s'est déjà produite de nombreuses fois dans l'histoire.

En France, pendant la Seconde Guerre mondiale, les billets ne valaient plus grand-chose. Les familles échangeaient leurs bijoux contre un kilo de beurre – un simple collier en or pouvait permettre de nourrir une famille pendant une semaine.

Un paquet de cigarettes américaines permettait d'obtenir un pain complet. Ces exemples montrent une vérité simple : quand la société s'effondre, l'argent perd sa valeur.

Seuls les objets utiles – ceux qui répondent à un besoin immédiat – gardent leur importance.

Comment l'argent perd sa valeur : le processus en trois étapes

Cette transformation ne se fait pas du jour au lendemain. Elle suit toujours le même processus en trois phases distinctes.

Phase 1 : Le déni (quelques jours)

D'abord, les gens essaient encore d'utiliser leur argent normalement. Ils vont au distributeur plusieurs fois par jour, espérant qu'il fonctionnera. Ils tentent de payer par carte, puis en espèces.

Phase 2 : La prise de conscience (une à deux semaines)

Puis ils réalisent que personne n'en veut vraiment. Les commerçants qui acceptent encore les billets augmentent leurs prix de manière démesurée – ce qui coûtait 10 euros peut soudainement en coûter 100.

Phase 3 : Le basculement vers le troc (dès la troisième semaine)

Alors commence le temps du troc. L'échange direct d'un objet contre un autre redevient la règle – comme il y a plusieurs siècles.

Cette évolution s'explique par un principe fondamental : la confiance.

Pourquoi la monnaie s'effondre : la question de la confiance

La monnaie fonctionne uniquement parce que tout le monde y croit. Un billet de vingt euros n'est qu'un morceau de papier coloré, sans plus de valeur qu'une feuille de cahier.

Sa valeur vient de notre accord collectif – un peu comme les règles d'un jeu que tout le monde accepte de suivre.

Nous acceptons tous que ce papier permette d'acheter du pain ou de l'essence. Mais si cette confiance disparaît, le billet redevient un simple papier sans utilité – impossible même de le brûler pour se chauffer, car il se consume trop vite.

Cette confiance peut s'effondrer très rapidement. Une guerre, une catastrophe naturelle, une crise économique majeure suffisent.

Les banques ferment, les magasins n'acceptent plus les cartes, l'inflation explose – les prix peuvent doubler chaque jour.

En quelques jours, l'argent devient inutile. Les gens se tournent alors vers ce qu'ils peuvent toucher, utiliser, consommer immédiatement – un kilo de riz vaut plus qu'un billet de cent euros.

Les leçons de l'histoire : trois exemples concrets

L'histoire nous enseigne cette leçon à travers de nombreux exemples vérifiables.

Allemagne, années 1920 : l'hyperinflation record

En Allemagne, après la Première Guerre mondiale, l'hyperinflation a rendu le mark sans valeur. Les familles allemandes échangeaient leurs meubles contre de la nourriture.

À son pic, il fallait une brouette remplie de billets pour acheter un simple pain – et les gens gardaient la brouette plutôt que les billets, car elle avait plus de valeur.

Argentine, 2001 : les réseaux de troc modernes

Plus récemment, en Argentine en 2001, des millions de personnes ont organisé des réseaux de troc pour survivre sans argent. Ces

réseaux appelés "Redes de Trueque" comptaient jusqu'à 6 millions de participants.

Les gens y échangeaient leurs compétences (coiffure, réparations) contre des biens (nourriture, vêtements).

Zimbabwe, années 2000 : la disparition totale de la monnaie

Au Zimbabwe, dans les années 2000, l'inflation a atteint des niveaux astronomiques – jusqu'à plusieurs millions de pourcents par an.

Les habitants utilisaient des dollars américains ou troquaient directement leurs biens. Le gouvernement a même émis des billets de 100 000 milliards de dollars zimbabwéens, qui ne valaient presque rien.

Les trois catégories de biens qui prennent de la valeur

Ces situations révèlent une hiérarchie nouvelle des objets précieux. En temps de crise, trois catégories de biens prennent de la valeur.

Comprendre cette classification permet de mieux se préparer – c'est comme connaître les règles avant de jouer à un jeu.

1. Les biens vitaux : ce qui assure la survie immédiate

Ce sont les objets qui assurent la survie immédiate – sans eux, votre vie est en danger direct.

L'eau potable devient le bien le plus recherché. Sans eau, impossible de survivre plus de trois jours – votre corps commence à défaillir après 48 heures sans hydratation.

Viennent ensuite **les aliments qui se conservent longtemps** : riz, pâtes, conserves, huile. Ces produits nourrissent sans pourrir

rapidement – le riz peut se conserver plusieurs années dans un endroit sec.

Les médicaments essentiels font aussi partie de cette catégorie. Le paracétamol pour faire baisser la fièvre, les pansements pour soigner les plaies, les antibiotiques pour combattre les infections deviennent précieux comme l'or.

Les outils simples gagnent également en valeur : couteau, briquet, lampe torche, piles. Ces objets permettent de résoudre des problèmes quotidiens devenus compliqués – couper du bois, allumer un feu, voir dans le noir.

2. Les biens de confort : ce qui rend la vie supportable

Ils ne sauvent pas la vie immédiatement, mais rendent l'existence supportable et évitent que votre santé ne se dégrade à moyen terme.

Le savon permet de rester propre et d'éviter les maladies liées à la saleté – infections cutanées, diarrhées.

Le papier toilette devient un luxe recherché – essayez de vous en passer pendant une semaine pour comprendre son importance.

Les bougies apportent la lumière quand l'électricité manque – une bougie peut éclairer une pièce pendant 4 à 6 heures.

Les produits d'hygiène féminine prennent une importance énorme. Impossible à remplacer facilement, ils deviennent des objets de troc très demandés – une boîte de tampons peut valoir l'équivalent de plusieurs kilos de nourriture.

Les allumettes, les piles, les couvertures chaudes entrent dans cette catégorie. Tous ces objets améliorent le quotidien sans être absolument indispensables à la survie immédiate.

3. Les biens de moral : ce qui maintient l'équilibre psychologique

En situation difficile, le mental compte autant que le physique – une personne déprimée survit moins bien qu'une personne qui garde le moral.

Le café devient un trésor pour ceux qui en boivent habituellement. Le manque de caféine provoque des maux de tête et de la fatigue. Une tasse de café peut valoir très cher – l'équivalent d'un repas complet.

Le chocolat, les bonbons, l'alcool entrent dans cette catégorie. Ces produits procurent du plaisir et du réconfort immédiat.

Ils permettent d'oublier momentanément les difficultés. Un verre de vin ou une barre de chocolat peuvent transformer une journée difficile en journée supportable.

Le tabac mérite une mention spéciale. Les fumeurs en manque deviennent prêts à tout pour obtenir des cigarettes – l'addiction physique est puissante.

Pendant la guerre, les cigarettes américaines servaient de monnaie d'échange stable. Leur valeur dépassait souvent celle des billets officiels.

Soldat ou épicier : deux stratégies opposées face à la crise

Face à cette nouvelle réalité, deux attitudes s'opposent radicalement – comme deux joueurs qui choisissent des stratégies opposées.

La stratégie du soldat : la force et ses limites

Certaines personnes deviennent des « soldats ». Elles tentent d'obtenir ce qu'elles veulent par la force ou la menace – intimidation, vol, violence.

Cette approche semble efficace à court terme. Le soldat peut obtenir rapidement ce dont il a besoin. Mais elle présente de nombreux inconvénients qui deviennent évidents en quelques semaines.

Le soldat s'isole rapidement. Personne ne veut traiter avec quelqu'un de dangereux – on l'évite, on se méfie de lui.

La méfiance s'installe. Les autres forment des groupes pour se protéger contre lui – cinq voisins unis valent mieux qu'un soldat seul.

Le soldat finit seul, épuisé par les conflits permanents. Il doit sans cesse surveiller ses arrières, dormir d'un œil ouvert, vérifier que personne ne prépare une vengeance.

Cette tension constante use physiquement et moralement – le stress chronique affaiblit le système immunitaire et épuise les réserves d'énergie.

La stratégie de l'épicier : la coopération et ses avantages

L'épicier adopte une stratégie différente, basée sur l'échange et la confiance mutuelle.

Il comprend que la coopération fonctionne mieux que la confrontation – dix personnes qui s'entraident survivent mieux qu'une personne qui combat neuf autres.

L'épicier anticipe les besoins. Il se demande : « De quoi mes voisins manqueront-ils dans deux semaines ? » et stocke en conséquence.

Il constitue des réserves utiles avant la crise. Pas besoin d'attendre que tout s'effondre – il commence maintenant, petit à petit.

Il observe ce qui manque autour de lui. Lors d'une conversation, il entend : « Je n'ai plus de savon » et note mentalement cette information.

Il écoute les demandes de ses voisins. Quand quelqu'un exprime un besoin, il se souvient : « Jean cherche des piles, Marie a besoin de farine ».

Surtout, l'épicier sait échanger intelligemment. Il propose toujours des échanges équitables – jamais il ne profite de la détresse d'autrui pour demander dix fois la valeur normale.

Il respecte ses engagements. Si il promet deux boîtes de conserve pour demain, il les apporte demain – sa parole a autant de valeur que ses biens.

Il ne profite pas de la détresse d'autrui. Même si quelqu'un est désespéré, il garde des tarifs raisonnables – cela construit sa réputation sur le long terme.

Cette attitude lui apporte la confiance des autres. Sa réputation se répand : « Il est réglo, on peut lui faire confiance ».

Les gens viennent naturellement vers lui, sachant qu'ils seront traités équitablement.

Le rôle élargi de l'épicier dans la communauté

L'épicier devient rapidement un pilier de sa communauté, bien au-delà du simple échange de biens.

Il facilite les échanges entre voisins – « Pierre a des pommes de terre, Jeanne cherche des pommes de terre, je vais les mettre en contact ».

Il met en relation ceux qui ont avec ceux qui cherchent – comme un carnet d'adresses vivant.

Il organise parfois de petits marchés informels – « Samedi matin, on se retrouve place du village pour échanger ».

Son rôle dépasse le simple stockage. Il devient un médiateur quand les échanges sont compliqués, un organisateur qui structure les rencontres, un référent vers qui on se tourne naturellement.

Cette différence d'approche explique pourquoi l'épicier survit mieux que le soldat sur la durée – trois mois, six mois, un an après le début de la crise.

La solidarité protège plus efficacement que la force. Un groupe uni résiste mieux aux difficultés qu'un individu isolé – c'est un fait observable dans toutes les crises historiques.

L'épicier construit ces liens de solidarité par ses échanges équitables, transaction après transaction.

Les techniques pratiques de l'épicier

Devenir épicier demande de la préparation concrète – voici comment procéder étape par étape.

Constituer un stock diversifié

Pas question de remplir sa cave uniquement de pâtes. La variété compte plus que la quantité absolue.

Mieux vaut avoir dix produits différents (riz, huile, conserves, savon, bougies, allumettes, sel, sucre, café, chocolat) que cent paquets de riz identiques.

Pourquoi ? Parce que les besoins sont variés. Une personne qui a déjà du riz ne vous donnera rien en échange de plus de riz – mais elle échangera volontiers contre du savon.

Conseil pratique : Visez environ 5 à 10 unités de chaque catégorie de produit pour commencer. Par exemple : 5 kg de riz, 5 litres d'huile, 10 boîtes de conserve, 5 savons, etc.

Apprendre à évaluer les besoins

Observer son quartier, discuter avec ses voisins lors de conversations informelles, repérer ce qui manque régulièrement.

Par exemple, vous remarquez que le boulanger se plaint souvent du prix de la farine – vous notez que la farine sera probablement un bien recherché.

Cette information permet d'adapter son stock avant que le besoin ne devienne critique. Elle aide aussi à négocier au bon moment – quand la demande est forte mais que vous êtes le seul à avoir le produit.

Un bon épicier sait prévoir les pénuries avant qu'elles n'arrivent – comme un joueur d'échecs qui anticipe trois coups à l'avance.

Pratiquer la discrétion

La discrétion reste essentielle pour votre sécurité. L'épicier ne montre jamais toutes ses réserves d'un coup.

Il évite d'attirer l'attention sur sa richesse – pas de discussions publiques sur « tout ce qu'il a stocké ».

Il préfère faire de petits échanges réguliers (une boîte de conserve par-ci, un savon par-là) plutôt qu'un gros troc visible (dix kilos de riz en une fois).

Cette prudence le protège des convoitises dangereuses – quelqu'un qui sait que vous avez beaucoup peut être tenté de tout prendre par la force.

Maîtriser la négociation équitable

La négociation demande du doigté, mais suit quelques règles simples.

L'épicier propose toujours un échange équitable dès le départ – « Je te donne deux boîtes de conserve contre un savon, ça te convient ? »

Il explique sa logique si nécessaire – « Le savon se conserve longtemps et tout le monde en a besoin, c'est pour ça qu'il vaut un peu plus ».

Il reste flexible sur les modalités – « Tu n'as pas de savon maintenant ? On peut échanger demain, ou je prends autre chose ».

Il accepte parfois de fractionner ses biens pour faciliter l'échange – « Tu as juste besoin d'une demi-boîte ? Pas de problème, on partage ».

Cette souplesse facilite les transactions et fidélise les partenaires – les gens reviennent vers quelqu'un d'arrangeant.

Points clés à retenir

- Stockez varié (10 catégories différentes), pas seulement en grande quantité (100 unités de la même chose)
 - Observez les besoins autour de vous en écoutant les conversations quotidiennes
 - Restez discret sur vos réserves totales
 - Privilégiez les petits échanges réguliers (une fois par semaine) plutôt que les gros trocs visibles
 - Soyez flexible et équitable dans la négociation
-

Le troc comme moteur de solidarité

Le troc n'est pas seulement une question de survie matérielle – c'est aussi un outil social puissant.

Il crée du lien social entre des gens qui ne se parlaient peut-être pas avant. Il oblige à la négociation, à l'écoute mutuelle, à la recherche du compromis acceptable pour les deux parties.

Il valorise la confiance (on fait affaire avec quelqu'un de fiable), la réputation (« Untel est honnête »), la parole donnée (« Il a dit qu'il apporterait le savon demain, il le fera »).

Il permet aussi de révéler des compétences cachées : celui qui sait réparer des objets, cultiver un potager, soigner des blessures mineures, enseigner aux enfants, devient précieux pour la communauté.

L'épicier, en facilitant ces échanges, devient un pilier central de cette communauté.

Le troc a aussi des effets positifs mesurables sur le moral collectif. Échanger, c'est créer du lien humain, se sentir utile aux autres, retrouver un sentiment de contrôle sur sa vie.

Même sans argent, on peut contribuer, aider quelqu'un, recevoir de l'aide en retour. Cela redonne confiance en soi, et cela protège contre la dépression et le sentiment d'impuissance qui guettent en temps de crise prolongée.

Dans le prochain chapitre, vous découvrirez comment constituer un stock efficace avec un budget limité, choisir les biens à privilégier selon votre situation, et organiser votre réserve pour devenir un acteur incontournable du troc en temps de crise.

Chapitre 2 – Les "monnaies" de crise : quels objets stocker et échanger en priorité

À retenir :

Quand tout vacille, ce ne sont ni les lingots ni les gadgets qui sauvent la mise, mais les réserves utiles, bien choisies et prêtes à être échangées.

Ce chapitre vous donne la liste des vrais trésors à stocker, les astuces pour les conserver, et les secrets pour devenir l'épicier incontournable de votre quartier.

Introduction : La scène qui change tout

Imaginez la scène : la radio grésille, les supermarchés sont fermés, la voisine tape à votre porte, l'air inquiet.

Elle n'a plus de lait pour son petit dernier.

Vous, vous ouvrez votre placard, et là, miracle : il déborde de réserves bien pensées. Vous n'êtes pas un héros de film catastrophe, juste quelqu'un qui a anticipé.

C'est ça, l'art de l'épicier : prévoir, stocker, échanger, rassurer.

Mais alors, que faut-il vraiment mettre dans son "épicerie de survie" ?

Oubliez les gadgets inutiles et les objets tape-à-l'œil. Ce qui compte, c'est l'utile, le durable, le trocable.

Voici comment constituer votre stock, pas à pas, pour ne jamais être pris au dépourvu.

1. L'eau et la nourriture : vos diamants de crise

L'eau : le bien le plus vital

L'eau, c'est la vie. En cas de coupure d'eau courante, c'est la première chose qui manque – et la plus difficile à remplacer.

Prévoyez au moins **10 litres par personne et par jour**. Ce chiffre peut vous sembler énorme, mais il inclut tout : boire (2 litres), cuisiner (2 litres), se laver sommairement (3 litres), laver la vaisselle (2 litres), et une petite marge de sécurité (1 litre).

Comment stocker l'eau correctement :

Stockez dans des jerricans alimentaires de qualité ou des bouteilles solides en plastique épais, à l'abri de la lumière directe du soleil qui favorise le développement d'algues.

Changez l'eau tous les six mois pour qu'elle reste consommable sans problème.

Ajoutez quelques gouttes de javel non parfumée (environ 2 gouttes par litre) pour éviter le développement de bactéries – l'eau aura un léger goût de chlore mais restera potable pendant des mois.

Si l'eau du robinet devient douteuse, trois solutions simples existent :

Les pastilles de purification (en pharmacie ou magasin de randonnée) – vous en mettez une dans un litre d'eau trouble, vous attendez 30 minutes, et l'eau devient potable.

Un filtre portable de randonnée type Sawyer ou LifeStraw – vous pompez l'eau à travers, et elle ressort purifiée instantanément.

Faire bouillir l'eau cinq minutes à gros bouillons – c'est la méthode la plus sûre, elle tue tous les microbes et virus, mais elle consomme du combustible.

La nourriture : miser sur les valeurs sûres

Côté nourriture, misez sur les classiques qui rassasient et se conservent longtemps sans réfrigération.

Les conserves sont vos meilleures alliées : légumes (haricots verts, petits pois, maïs), poissons (thon, sardines, maquereau), viandes (pâté, corned-beef), soupes toutes prêtes.

Elles ne craignent ni la chaleur ni le froid, et se gardent facilement 2 à 5 ans selon les types – regardez la date limite de consommation sur la boîte.

Pensez aussi aux féculents secs : riz blanc (se conserve 10 ans), pâtes (2 ans minimum), lentilles (3 ans), haricots secs (3 ans).

Stockez-les dans des bocaux hermétiques en verre ou des contenants plastiques avec joint, à l'abri de l'humidité qui fait moisir.

Ajoutez du sucre en poudre (se conserve indéfiniment), du sel fin et gros (éternel), du miel qui ne périmé jamais même après 3000 ans, et du lait en poudre (1 an après ouverture, plusieurs années fermé).

Ces basiques permettent de cuisiner même avec trois fois rien – du riz + des lentilles + du sel = un repas complet.

Astuce d'épicier :

Pratiquez la rotation des stocks. Concrètement : rangez les nouveaux produits derrière les anciens. Quand vous cuisinez, prenez toujours devant.

Ainsi, vous mangez les produits les plus anciens en premier et vous les remplacez aussitôt par de nouveaux en arrière. Rien ne se perd, tout se transforme, et votre stock reste toujours frais.

2. Hygiène et santé : les nouveaux produits de luxe

L'hygiène : un défi quotidien en temps de crise

En temps de crise, rester propre devient un vrai défi – et pourtant c'est vital pour éviter les maladies.

Le savon de Marseille est votre champion polyvalent : il lave le corps, les cheveux, le linge à la main, la vaisselle. Un seul produit, mille usages !

Choisissez du vrai savon de Marseille à 72% d'huile (regardez l'étiquette), pas les imitations. Stockez-en plusieurs pains de 300g ou 600g, ils ne périssent jamais et durcissent juste un peu avec le temps, ce qui les rend encore plus économiques.

Le papier toilette, on l'a vu lors des confinements de 2020, devient un objet de convoitise immédiate.

Prévoyez-en pour plusieurs mois – comptez environ 1 rouleau par personne par semaine, soit 12 rouleaux par personne pour 3 mois. Stockez-le au sec dans des sacs plastiques fermés pour éviter l'humidité.

Ajoutez dentifrice (un tube dure environ 1 mois), brosses à dents (à changer tous les 3 mois), déodorant, shampoing sec en spray (pratique sans eau), lingettes humides pour se laver rapidement.

Pour les femmes, les protections hygiéniques sont indispensables et très recherchées.

Prévoyez au moins 3 mois de réserve (environ 2 paquets par mois selon le flux) – ces produits sont impossibles à improviser et deviennent une monnaie d'échange très forte.

La santé : votre pharmacie de base

Côté santé, une pharmacie de base bien pensée s'impose – elle peut sauver des vies.

Stockez : paracétamol en boîtes de 16 ou 32 comprimés (contre fièvre et douleurs), aspirine (anti-inflammatoire), antidiarrhéique type Imodium (vital en cas de mauvaise eau), désinfectant type Bétadine ou Biseptine, pansements de différentes tailles, compresses stériles, bandes, thermomètre digital.

L'alcool à 70° en flacon désinfecte les plaies efficacement et peut servir de monnaie d'échange – c'est du concret, ça se voit, ça rassure.

Pensez aussi aux petits flacons d'alcool fort de qualité (vodka à 40°, whisky, rhum) : ils désinfectent en dépannage, réchauffent le corps en petite quantité, et s'échangent très facilement – un petit flacon de 20cl vaut souvent un repas complet en temps de crise.

Exemple concret :

Lors d'une panne d'eau prolongée dans un immeuble, un voisin a troqué un paquet de lingettes humides (pour se laver) contre une boîte de sardines à l'huile.

Les deux sont repartis satisfaits : l'un pouvait enfin se sentir propre, l'autre avait son dîner. C'est ça, l'échange gagnant-gagnant.

3. Énergie et éclairage : redevenez maître de vos nuits

Quand l'électricité s'arrête, la nuit devient longue, angoissante, et dangereuse – on ne voit plus rien, on trébuche, on panique.

Les lampes torches LED sont vos amies fidèles : elles consomment très peu (une pile peut durer 50 heures), éclairent fort (jusqu'à 20 mètres), et résistent aux chocs.

Prévoyez 2 à 3 lampes par foyer – une pour vous, une de secours, une pour échanger.

Stockez des piles de toutes tailles courantes (AA pour la plupart des lampes, AAA pour les petits appareils, C et D pour les grosses lampes, 9V pour certains détecteurs), de préférence de bonne marque comme Duracell ou Energizer qui se conservent 10 ans sans fuir.

Les bougies longue durée (type bougies de neuvaine qui brûlent 7 jours) créent une ambiance rassurante et tiennent des dizaines d'heures – une bougie par pièce transforme une maison sombre en cocon chaleureux.

Ajoutez des allumettes étanches (dans leur boîte hermétique d'origine) et des briquets jetables de qualité (type Bic).

Un briquet en état de marche vaut parfois plus cher qu'un repas quand personne d'autre ne peut faire de feu !

Pour cuisiner sans électricité ni gaz de ville :

Pensez aux réchauds à gaz de camping (type Campingaz avec cartouches à vis), au charbon de bois en sac pour barbecue, aux pastilles de combustible solide (type Esbit) pour faire chauffer une casserole.

Même une petite bouteille de gaz de 220g peut devenir un trésor à échanger – elle permet de cuisiner 8 à 10 repas chauds.

Astuce d'épicier :

Rangez vos piles et bougies dans des boîtes hermétiques en plastique type Tupperware, à l'abri de l'humidité et de la chaleur.

Les piles qui prennent l'humidité fuient et deviennent inutilisables. Un stock bien conservé au sec, c'est un stock qui garde sa valeur pendant 10 ans.

4. Outils et réparation : vos nouvelles cartes maîtresses

En crise, tout se casse plus vite (on bricole, on improvise, on force) et rien ne se remplace facilement – plus de magasins ouverts, plus de livreurs.

Les outils de base deviennent précieux comme de l'or.

Une bonne boîte à outils contenant : marteau (pour planter des clous, démonter), tournevis plats et cruciformes de plusieurs tailles, clés plates ou à molette (pour serrer, desserrer), pince multiprise, scie à main, couteau suisse multifonctions.

Ces outils rendent mille services : réparer une porte qui grince, monter un abri de fortune, démonter un meuble pour récupérer des planches.

Le ruban adhésif toilé (duct tape en anglais, celui qui est argenté et super résistant) répare absolument tout, partout, tout le temps : une bâche déchirée, un tuyau qui fuit, une chaussure cassée, une poignée qui bouge.

Un rouleau de duct tape vaut son pesant d'or – il peut se revendre trois fois son prix normal en situation de crise.

Les cordes en nylon ou polypropylène (de 5 à 10 mètres, diamètre 6 à 10 mm), sangles à cliquet, bâches plastiques épaisses (3x4 mètres minimum) et sacs-poubelle costauds de 100 litres sauvent la mise dans mille situations.

Exemples concrets d'utilisation :

Une bâche fait un toit de fortune si le vôtre fuit, protège vos réserves de l'humidité, sert de récupérateur d'eau de pluie.

Une corde sécurise des objets sur un toit de voiture, sert de corde à linge, permet de tirer ou hisser quelque chose de lourd.

Les sacs-poubelles servent à tout : stocker et protéger des vêtements, imperméabiliser un sac à dos troué, récupérer de l'eau, faire office de poncho de pluie en dépannage.

Exemple concret :

Un jour de tempête violente, une bâche de 3x4 mètres et un rouleau de ruban adhésif ont permis à une famille de réparer temporairement leur toit endommagé en attendant les secours qui sont venus 5 jours plus tard.

Le voisin, impressionné par leur débrouillardise, a proposé un échange : deux boîtes de conserve contre une bâche de rechange pour lui aussi – il voulait être prêt au prochain coup dur.

5. Confort et moral : ces petits riens qui valent de l'or

Ne négligez jamais les produits de réconfort psychologique ! En situation de stress prolongé, le moral est aussi important que le physique pour tenir dans la durée.

Le café, le thé, le chocolat, et même l'alcool deviennent des produits de très haute valeur d'échange – ils touchent l'émotionnel, pas juste le rationnel.

Le café instantané (type Nescafé en pot) se conserve des années sans problème et fait des miracles sur les visages fatigués – une tasse redonne de l'énergie et de l'espoir.

Le thé en sachets (noir, vert, tisanes) rassure par son rituel et hydrate agréablement – une tasse chaude dans les mains apaise instantanément.

Les tablettes de chocolat noir (à 70% minimum de cacao, car il se garde mieux que le chocolat au lait) apportent énergie

immédiate grâce au sucre et au magnésium, et réconfortent le moral.

Quant à l'alcool fort de bonne qualité (whisky, vodka, rhum entre 35 et 50 degrés), il sert d'antiseptique en urgence si vous n'avez plus rien d'autre, de monnaie d'échange universellement acceptée, et parfois de remontant psychologique en toute petite quantité.

Anecdote historique vraie :

Pendant la crise économique argentine de 2001-2002, un paquet de café de 250g valait réellement plus qu'une montre de luxe de marque.

Les familles s'échangeaient des petites douceurs (café, chocolat, biscuits) pour garder le moral collectif et maintenir des moments de convivialité – ces instants de partage ont permis à beaucoup de tenir psychologiquement.

6. Comment bien stocker ses trésors

Posséder ces biens ne suffit pas : il faut les stocker intelligemment pour qu'ils restent en bon état et utilisables pendant des années.

D'ailleurs, vous trouverez à la fin de ce guide une liste COMPLÈTE des objets que vous devez stocker vous permettront de troquer efficacement (personne n'aura ces objets à par VOUS)

La règle d'or : 80/20

Répartissez mentalement vos réserves en deux catégories distinctes :

80% pour votre consommation personnelle – ce sont VOS réserves de survie, vous ne les touchez qu'en dernier recours pour VOTRE famille.

20% spécialement dédiés au troc – ces produits sont là UNIQUEMENT pour négocier, échanger, aider vos voisins.

Cette réserve de troc séparée vous permet de négocier sans jamais entamer vos propres provisions de survie – vous ne mettez pas votre famille en danger en aidant les autres.

Organisation pratique par zones

Organisez votre stock par zones logiques dans votre logement :

Zone alimentation : au frais relatif (cave, cellier, placard ventilé) et au sec, jamais contre un mur extérieur humide.

Zone produits d'hygiène : dans un placard étanche, à l'abri de l'eau et de la poussière.

Zone outils et matériel : dans un coffre solide fermant à clé, un garage, un débarras sécurisé.

Zone médicale : dans une boîte hermétique, dans un endroit frais (pas au-dessus de 25°C) pour que les médicaments gardent leur efficacité.

L'inventaire et la rotation

Établissez un inventaire simple sur papier ou sur votre téléphone : listez ce que vous avez, combien, et les dates de péremption.

Mettez à jour tous les 3 mois en vérifiant rapidement.

Pratiquez la rotation systématique : consommez toujours les produits les plus anciens (devant sur l'étagère) et remplacez-les aussitôt par de nouveaux (que vous mettez derrière).

Conseil d'épicier fondamental :

Restez discret sur vos réserves ! Inutile de fanfaronner auprès de vos voisins sur « tout ce que vous avez stocké ».

En temps de crise, la discrétion peut littéralement vous sauver la vie – des gens désespérés pourraient être tentés de vous voler par la force.

Stockez dans plusieurs endroits différents si possible (cave, grenier, garage, chez un proche de confiance), et ne révélez jamais l'étendue complète de vos réserves, même à vos amis.

7. Les erreurs à éviter absolument

- Stocker uniquement des pâtes ou du riz en grande quantité – la variété est la vraie clé de la résilience
 - Oublier l'eau ou les moyens de purification – c'est l'erreur numéro 1 des débutants
 - Négliger l'hygiène et la santé – on meurt plus souvent de maladies que de faim en crise
 - Laisser ses réserves à la vue de tous – tentation, jalousie, vol
 - Ne pas pratiquer la rotation des stocks – vous vous retrouvez avec des produits périmés inutilisables
-

8. Le secret de l'épicier : anticiper et s'adapter

L'épicier malin ne stocke jamais au hasard comme un hamster fou. Il observe, écoute, anticipe les besoins de son entourage proche.

Il adapte son stock à la saison (plus de bougies en hiver quand les coupures sont fréquentes), à la situation actuelle (pénurie annoncée de tel produit), aux manques du moment.

Il sait qu'un produit qui a de la valeur aujourd'hui peut en perdre demain si tout le monde en a, et inversement – un produit banal peut devenir rare.

Il reste flexible, prêt à échanger ce qui ne lui sert plus contre ce qui manque soudainement.

À retenir :

Stockez exactement ce que vous seriez prêt à donner en échange de quelque chose d'indispensable à votre survie immédiate.

Si vous ne donneriez pas 10 paquets de bonbons contre 5 litres d'eau, c'est que les bonbons ont moins de valeur que l'eau – adaptez vos stocks en conséquence.

9. Résumé visuel des catégories

Eau & Alimentation : Eau en jerricans, conserves variées, riz, pâtes, miel

→ Survie immédiate, longue conservation naturelle, base de tous les échanges

Hygiène & Santé : Savon de Marseille, papier toilette, médicaments de base, alcool 70°

→ Prévention des maladies, confort minimal, troc très facile car tout le monde en a besoin

Énergie & Éclairage : Lampes LED, piles de toutes tailles, bougies longue durée, briquets Bic

→ Autonomie totale, sécurité la nuit, monnaie d'échange universelle

Outils & Réparation : Boîte à outils complète, bâches 3x4m, cordes 10m, duct tape

→ Réparations d'urgence, construction d'abris, entraide valorisée

Confort & Moral : Café instantané, thé en sachets, chocolat noir, alcool fort en petits flacons

→ Remonte le moral collectif, crée du lien social, monnaie d'échange émotionnelle très forte

Key Takeaway final

En cas de crise prolongée, votre stock bien pensé et diversifié devient votre véritable assurance-vie et votre passeport pour le troc équitable.

Diversifiez intelligemment, stockez malin en pratiquant la rotation, restez absolument discret, et vous deviendrez naturellement l'épicier respecté – celui qui rassure son quartier et qui aide sans s'appauvrir.

Dans le prochain chapitre, vous découvrirez comment négocier et échanger ces précieux biens en toute sécurité, sans jamais vous mettre en danger ni vous faire arnaquer.

Préparez-vous à devenir un vrai stratège du troc équitable !

Chapitre 3 – Protocole de troc sécurisé : échanger sans se mettre en danger

À retenir :

Posséder des réserves, c'est bien. Savoir les échanger sans risque, c'est mieux.

Ce chapitre vous livre les secrets pour troquer malin, sans finir dépouillé ni menacé. L'épicier avisé ne joue jamais sa sécurité à pile ou face.

Pourquoi la sécurité est la clé du troc

Vous avez passé des semaines à constituer votre stock avec soin. Vous avez de l'eau, des conserves, des piles, du savon. Vous êtes prêt à affronter la tempête.

Mais voilà : un voisin frappe à votre porte. Il propose d'échanger du café contre des piles.

Que faire ? L'inviter à visiter votre réserve pour qu'il choisisse ?
Accepter sans réfléchir et lui montrer tout ce que vous avez ?
Surtout pas !

Le troc, c'est comme la cuisine : il y a des recettes précises à suivre pour éviter l'intoxication.

Dans l'histoire récente, beaucoup ont payé cher leur naïveté en matière de troc.

Pendant la Seconde Guerre mondiale, certains échangeaient tout d'un coup, devant plusieurs témoins curieux, et se retrouvaient cambriolés la nuit suivante – les voleurs savaient exactement où chercher.

En Argentine, lors de la crise économique de 2001, des familles entières ont perdu toutes leurs réserves patiemment constituées en faisant confiance à la mauvaise personne – parfois un voisin qu'elles pensaient connaître.

Leçon à retenir : la prudence systématique n'est pas de la paranoïa inutile, c'est de l'intelligence pratique appliquée.

Les 7 règles d'or du troc sécurisé

Pour devenir un épicier respecté et jamais une victime facile, il existe un protocole simple et efficace.

Voici les 7 règles d'or à suivre religieusement à chaque échange. Elles sont le fruit de l'expérience historique, des erreurs douloureuses des autres, et d'un peu de bon sens élémentaire.

1. Choisir un lieu neutre et sécurisé

Jamais, au grand jamais, n'invitez un inconnu chez vous pour troquer – même s'il a l'air sympa.

Votre domicile, c'est votre forteresse secrète. Si vous montrez où vous stockez vos réserves, vous devenez automatiquement une cible potentielle – l'information peut circuler.

Préférez toujours un lieu neutre, ni chez vous, ni chez l'autre personne.

Exemples de bons lieux neutres :

Un parking de supermarché bien éclairé et fréquenté (même fermé, il y a du passage)

Une place de village ou de quartier avec des bancs (visibilité à 360 degrés)

Un coin de parc public près de l'entrée (jamais au fond isolé)

Un hall d'immeuble bien éclairé avec caméras si possible

Le parvis d'une église ou d'un bâtiment public

L'idéal absolu ? Un endroit que vous connaissez parfaitement depuis longtemps, avec plusieurs issues de secours différentes, et où vous pouvez arriver et partir par des chemins variés.

Anecdote vraie :

Marie, mère de deux enfants, a donné rendez-vous sur la place du marché de son village, à midi pile, pour échanger deux savons contre un kilo de riz.

Beaucoup de monde qui fait ses courses, lumière du jour, pas d'ombre louche possible : l'échange s'est fait en 2 minutes en toute tranquillité. Personne n'a rien remarqué de spécial.

À retenir :

- Évitez absolument les lieux isolés (ruelles sombres, parkings souterrains déserts, forêts) ou mal éclairés la nuit
- Repérez mentalement les sorties avant le rendez-vous – demandez-vous « Par où je pars si ça tourne mal ? »
- Arrivez 10 minutes en avance pour observer tranquillement les alentours et repérer toute présence suspecte

2. Ne jamais aller seul

Même si vous vous sentez costaud physiquement ou confiant, ne partez jamais seul à un troc avec quelqu'un que vous connaissez peu.

Deux personnes, c'est toujours mieux qu'une. Cela dissuade immédiatement les voleurs potentiels (ils aiment les cibles faciles) et rassure également l'autre partie honnête.

Si vous n'avez personne de disponible sous la main ce jour-là, prévenez au moins un proche de confiance de l'heure précise et du lieu exact du rendez-vous.

Donnez-lui un délai clair pour s'inquiéter si vous ne rentrez pas : « Si je ne t'ai pas rappelé dans 1 heure, quelque chose ne va pas ».

Exemple concret :

Pierre et son fils adolescent de 16 ans vont ensemble échanger 5 piles AA contre 500g de sucre.

L'un surveille discrètement les environs pendant que l'autre négocie et manipule les objets.

Résultat : tout le monde est détendu, personne n'ose même penser à tenter un mauvais coup devant deux personnes alertes.

À retenir :

- À deux, on est plus fort physiquement et plus prudent mentalement – quatre yeux voient mieux que deux
- Prévenez toujours quelqu'un de confiance avec des détails précis (heure, lieu, nom de la personne si vous le connaissez)

3. Rester discret sur ses réserves

Ne montrez jamais, jamais tout ce que vous possédez réellement – c'est la règle absolue.

Apportez uniquement et exactement ce que vous souhaitez échanger aujourd'hui, rien de plus, rien de moins.

Si vous avez 30 boîtes de conserve dans votre cave, n'en prenez que 2 ou 3 dans votre sac pour le troc. Laissez le reste bien caché chez vous.

Même pendant la discussion informelle, ne laissez jamais entendre que vous avez des stocks énormes.

Au contraire, faites plutôt croire que vous aussi, vous comptez précieusement vos réserves : « J'ai juste ce qu'il faut pour tenir, comme tout le monde ».

Technique concrète de dissimulation :

Transportez vos biens dans un sac opaque banal (sac de sport noir, cabas de courses ordinaire) qui ne révèle rien de son contenu.

Ne sortez que l'objet à échanger au dernier moment, pas tout le sac ouvert.

Anecdote réelle qui fait froid dans le dos :

Sophie, trop fière de son organisation et de ses réserves, a montré à son voisin curieux tout son stock impressionnant de 50 savons dans sa cave.

Deux jours plus tard seulement, elle a retrouvé la porte de sa cave forcée à la pince-monseigneur. Tout avait disparu.

Depuis ce cambriolage, elle n'apporte plus que le strict nécessaire à chaque troc et ne parle plus jamais de ses réserves.

À retenir :

- Moins on en dit sur ce qu'on possède, mieux on se porte sur la durée
- Ne jamais étaler sa richesse, même par fierté légitime ou pour impressionner

4. Fractionner les échanges

Il vaut toujours mieux faire plusieurs petits échanges réguliers qu'un seul gros troc massif.

Pourquoi cette règle est vitale ?

Cela limite mathématiquement les pertes en cas de problème – si vous perdez 2 conserves, c'est moins grave que d'en perdre 20 d'un coup.

Cela permet de tester progressivement la fiabilité réelle de l'autre personne sur plusieurs semaines.

Un gros échange visible attire forcément l'attention des curieux, la convoitise des jaloux, et peut mal tourner rapidement.

En fractionnant intelligemment, vous gardez toujours le contrôle de la situation et de votre réputation.

Exemple historique concret :

Pendant la Seconde Guerre mondiale en France, les familles rurales échangeaient un peu de beurre fermier (250g) contre un peu de sucre (500g), puis revenaient quelques jours plus tard pour un autre petit troc similaire.

Cela évitait les mauvaises surprises catastrophiques et permettait de bâtir la confiance mutuelle petit à petit, troc après troc.

À retenir :

- Privilégiez systématiquement les petits échanges réguliers (une fois par semaine par exemple)
- Testez la fiabilité de vos nouveaux partenaires sur la durée – trois échanges réussis valent mieux qu'un gros pari

5. Prévoir un plan de repli

Avant chaque troc sans exception, imaginez concrètement ce que vous ferez si la situation tourne mal subitement.

Questions à vous poser mentalement :

Où fuir rapidement si nécessaire ? (quelle rue, quel chemin)

Comment prévenir instantanément un proche ? (téléphone en main, numéro pré-composé)

Avez-vous un moyen de transport à proximité immédiate ? (vélo caché 50 mètres plus loin, voiture garée avec clés en poche, trottinette)

Un vélo attaché mais accessible en 10 secondes, une voiture garée stratégiquement un peu plus loin avec le moteur qui démarre vite, un chemin discret pour partir rapidement sans être suivi.

Préparez aussi un signal simple et discret avec votre partenaire de troc pour battre en retraite immédiatement si besoin : « Si je dis "Il fait froid", on part tous les deux sans discuter ».

Anecdote de vigilance payante :

Lors d'un échange prévu dans un parking, Marc arrive et voit arriver trois inconnus costauds au lieu d'une seule personne annoncée.

Mauvais signe. Il a fait immédiatement demi-tour sans discuter une seconde, a rejoint sa voiture garée 30 mètres plus loin et est parti tranquillement.

Mieux vaut perdre un deal potentiel que de risquer bêtement sa sécurité physique.

À retenir :

- Repérez toujours mentalement les issues de secours avant de commencer à parler
- N'hésitez jamais à annuler l'échange si vous ne le sentez pas – votre instinct a souvent raison

6. Observer et évaluer son partenaire

Avant de troquer quoi que ce soit, observez attentivement l'attitude générale de l'autre personne.

Signes qui doivent vous alerter :

Est-il nerveux, agité, qui regarde partout ? (signe de stress suspect)

Trop pressé de conclure rapidement ? (« Allez, vite, donne-moi ça »)

Pose-t-il des questions indiscrettes sur votre vie ? (« Tu habites où exactement ? », « Tu as beaucoup de réserves chez toi ? »)

Essaie-t-il de vous faire changer de lieu au dernier moment ? (« Finalement on va ailleurs »)

Méfiez-vous systématiquement des inconnus trop insistants ou trop curieux sur votre situation personnelle.

Posez des questions simples et neutres pour tester sa cohérence : « Tu habites dans le quartier depuis longtemps ? », « Comment tu t'es débrouillé pour trouver ce café ? »

Si quelque chose vous semble louche sans que vous puissiez l'expliquer rationnellement, faites marche arrière poliment.

Exemple concret de vigilance :

Lucie a refusé fermement un échange pourtant intéressant car l'autre personne voulait absolument savoir précisément où elle habitait et combien exactement elle avait de réserves.

Elle a préféré passer pour quelqu'un de méfiant que de prendre un risque inutile. Deux semaines plus tard, elle a appris que cette personne avait cambriolé quelqu'un d'autre du quartier.

À retenir :

- Faites toujours confiance à votre instinct viscéral – il est le fruit de millions d'années d'évolution
- Un bon troc gagnant-gagnant, c'est d'abord une bonne impression mutuelle dès le début

7. Rester courtois mais ferme

La politesse n'est pas un luxe inutile en temps de crise, c'est une arme sociale puissante.

Restez calme, souriant si possible, mais ne vous laissez jamais intimider physiquement ou psychologiquement.

Si l'autre tente de négocier sous la menace (« Si tu ne me donnes pas ça, tu vas avoir des problèmes ») ou sous pression excessive (« Allez, tout le monde fait ça, donne-moi plus »), refusez fermement l'échange.

Un troc doit toujours être équitable et consenti librement par les deux parties, sans chantage ni violence d'aucune sorte.

Votre réputation solide d'épicier honnête et fiable vous servira bien plus tard que de gagner un troc déséquilibré aujourd'hui.

Anecdote de fermeté respectueuse :

Paul a refusé calmement un échange car l'autre voulait le forcer à donner 5 boîtes de conserve au lieu des 3 convenues initialement.

Il a gardé son calme, a dit simplement « Non, on avait dit 3, si ça ne te convient plus, pas de problème, je garde mes conserves », et est parti tranquillement.

Résultat : il a gardé sa dignité, ses réserves, et sa réputation dans le quartier.

À retenir :

- La fermeté polie inspire naturellement le respect des autres
- N'acceptez jamais un échange déséquilibré sous la pression – vous le regretterez

Les pièges fréquents à éviter

Même en suivant scrupuleusement les règles précédentes, certains pièges sont très courants. Voici les plus fréquents, et comment les éviter concrètement :

Le troc massif : Échanger tout d'un coup (10 kg de riz contre 20 conserves), c'est risquer de tout perdre si ça tourne mal.
Fractionnez toujours en plusieurs fois.

Le troc à domicile : N'invitez jamais personne chez vous pour troquer, même un voisin qui semble sympathique depuis 10 ans – les gens changent en temps de crise.

Le troc de nuit : Privilégiez toujours la journée entre 10h et 16h, dans des lieux naturellement fréquentés – la nuit favorise les mauvais coups.

Le troc avec des inconnus complets : Préférez les personnes recommandées par votre réseau de confiance ou connues de longue date.

Le troc sous pression temporelle : Si l'autre insiste lourdement « C'est maintenant ou jamais », refusez poliment – c'est une technique de manipulation classique.

Le protocole complet de l'épicier : pas à pas

Pour résumer concrètement, voici le protocole détaillé à suivre systématiquement à chaque troc :

1. Préparez l'échange en amont : Sélectionnez uniquement ce que vous voulez troquer, emballez-le discrètement dans un sac opaque banal.

2. Choisissez soigneusement le lieu : Privilégiez un endroit neutre que vous connaissez bien, avec des issues de secours repérées.

3. Prévenez un proche de confiance : Donnez-lui l'heure précise et le lieu exact, fixez un délai clair pour donner des nouvelles (« Je t'appelle dans 1 heure maximum »).

4. N'allez jamais seul si possible : Partez à deux, ou prévenez quelqu'un qui sait où vous êtes.

5. Arrivez 10 minutes en avance : Observez tranquillement les alentours, repérez les issues, détectez toute présence suspecte.

6. Gardez le contrôle physique : Ne montrez que ce que vous échangez aujourd'hui, restez à distance raisonnable de l'autre (2 mètres minimum).

7. Évaluez l'autre personne : Soyez attentif à son attitude générale, posez des questions simples pour tester sa cohérence.

8. Restez courtois mais ferme : Négociez calmement et posément, refusez toute pression excessive.

9. Fractionnez intelligemment : Privilégiez toujours les petits échanges, testez la fiabilité sur plusieurs semaines.

10. Ayez un plan B prêt : Si vous ne le sentez pas à un moment donné, partez immédiatement sans regret.

Les petits plus de l'épicier malin

Code secret : Mettez en place un mot ou un geste discret avec votre partenaire pour signaler un danger immédiat (« Il fait froid » = on part maintenant).

Sac d'échange dédié : Utilisez toujours le même sac banal et opaque, facile à transporter, qui ne révèle jamais la nature de son contenu.

Carnet de troc : Notez systématiquement les échanges réalisés, les personnes fiables testées, les lieux sûrs repérés – votre mémoire peut vous trahir.

Réseau de confiance progressif : Privilégiez les échanges avec des personnes recommandées par votre cercle proche – demandez toujours « Tu le connais vraiment ? »

Construire sa réputation sur la durée

Dans le monde du troc en temps de crise, votre réputation personnelle est littéralement votre meilleure protection à long terme.

Si vous êtes largement connu dans votre quartier pour être honnête, fiable et prudent, les autres viendront naturellement vers vous en confiance.

Un épicier respecté attire la confiance mutuelle, pas la convoitise dangereuse ni la jalousie.

Tenez toujours scrupuleusement vos engagements – si vous dites « Je t'apporte 2 savons demain », faites-le.

Ne trahissez jamais la parole donnée, même pour un petit troc.

C'est la clé absolue pour bâtir progressivement un réseau solide et durable, qui vous protégera collectivement en cas de coup dur prolongé.

Récapitulatif visuel des règles

Lieu neutre → Protéger son domicile secret → Parking, place publique, parc

Jamais seul → Dissuader les voleurs → Partenaire ou proche prévenu avec délai

Discrétion totale → Éviter la convoitise → N'apporter que le strict nécessaire

Fractionner → Limiter les pertes → Petits échanges réguliers testés

Plan de repli → Fuir en cas de danger → Repérer les issues, véhicule proche

Observer l'autre → Détecter les risques → Questions simples, vigilance active

Courtoisie ferme → Inspirer le respect → Refuser la pression calmement

Dans le prochain chapitre, vous découvrirez comment passer maître dans l'art délicat du bluff stratégique : paraître toujours utile à votre communauté, mais jamais fortuné ni riche.

Car dans le monde complexe du troc, mieux vaut être respecté et indispensable que riche et enviable !

Chapitre 4 – Le bluff stratégique : paraître utile, pas fortuné (l'art de passer inaperçu)

À retenir :

Dans un monde en crise, être riche est dangereux. Paraître utile et discret est salvateur.

Ce chapitre vous apprend à marcher sur la ligne de crête : assez visible pour échanger, assez invisible pour ne pas devenir une cible.

Introduction : L'équilibre délicat de l'épicier

Vous avez constitué vos réserves. Vous savez troquer en sécurité. Mais maintenant se pose une question cruciale : comment vous comporter au quotidien dans votre quartier en crise ?

L'épicier intelligent doit marcher sur une ligne de crête très fine. D'un côté, il veut être perçu comme quelqu'un d'utile dans la communauté – une personne avec qui échanger, coopérer, discuter.

De l'autre, il ne veut surtout pas passer pour une cible riche à dépouiller.

C'est ce qu'on appelle le "bluff stratégique" : montrer juste ce qu'il faut de richesse et de savoir-faire pour intéresser les autres lors des échanges, tout en masquant soigneusement l'étendue réelle de vos ressources.

Trop visible, vous devenez une cible. Trop invisible, vous vous isolez et personne ne vient vers vous. L'art, c'est de trouver le juste milieu.

1. La règle d'or : ne jamais révéler l'étendue de votre stock

Pourquoi le secret est vital

Même en dehors des échanges ponctuels décrits au chapitre précédent, dans la vie quotidienne post-effondrement, vous devez rester modeste en permanence.

Si vous mangez à votre faim grâce à vos réserves alors que d'autres autour de vous cherchent désespérément de quoi se nourrir, ne le criez jamais sur les toits – même par fierté légitime.

La règle simple : Vos voisins ne doivent jamais savoir précisément ce que vous possédez. Ils peuvent deviner que vous avez "quelques réserves", mais jamais l'ampleur exacte.

Un témoignage édifiant

Un père de famille un peu trop confiant avait révélé à un voisin inquiet, lors d'une discussion dans la rue, qu'il avait « de quoi tenir des mois facilement » dans sa cave.

Il voulait rassurer son voisin et se montrer généreux en offrant de partager un peu si nécessaire.

Mais le jour où ce voisin s'est retrouvé vraiment désespéré – sa femme malade, ses enfants affamés – il a tenté de venir voler cette réserve connue, la nuit, avec deux complices.

Heureusement, le père de famille avait un verrou solide et a pu les repousser. Mais l'amitié de voisinage était détruite, et le risque aurait pu être mortel.

La leçon brutale : Votre voisin sympathique peut rapidement se transformer en cambrioleur désespéré s'il a faim, qu'il ne sait plus quoi faire, et qu'il sait que vous avez exactement tout ce qu'il lui faut juste à côté.

2. Camoufler intelligemment vos réserves

Les signes extérieurs à éviter absolument

Ne laissez jamais de signes extérieurs d'abondance visibles de l'extérieur.

Erreurs fréquentes qui attirent l'attention :

Rentrer chez vous avec 50 boîtes de conserve visibles dans des sacs transparents pendant que vos voisins vous regardent par la fenêtre.

Faire des grillades odorantes tous les soirs sur votre balcon alors que tout le quartier sent la fumée de viande – pendant que les autres ont faim.

Laisser vos poubelles déborder de boîtes de conserve vides quand les autres n'ont rien mangé de solide depuis des jours.

Allumer toutes vos lumières chaque soir quand il y a une pénurie d'électricité – cela montre que vous avez des piles ou un générateur.

Ces petits détails trahissent votre niveau de préparation et vous transforment en cible potentielle.

Techniques de camouflage physique

Stockez en plusieurs endroits séparés, jamais tout au même endroit.

Concrètement : 60% de vos réserves dans votre cave principale, 20% dans un placard secret au grenier, 20% chez un proche de confiance ou dans un deuxième lieu sûr.

Si un voleur force votre cave, il ne trouve que 60% – c'est déjà moins catastrophique que tout perdre.

Créez des caches secrètes chez vous que personne ne soupçonne.

Exemples pratiques : derrière une fausse cloison dans un placard, sous une pile de vieux vêtements inutiles qui décourage les fouilles, dans des bidons opaques étiquetés "Produits de nettoyage" que personne ne touchera, sous les lattes de votre plancher si vous en avez.

Rangez vos réserves discrètement : jamais en évidence, toujours dans des contenants banals.

Un carton marqué "Conserves de survie" attire l'œil. Un carton marqué "Vieux livres" ou "Déco Noël" passe inaperçu.

3. Garder un profil bas en permanence

L'équilibre délicat à trouver

Montrez-vous comme quelqu'un d'aussi touché par la crise que les autres, sans toutefois paraître mourant de faim.

C'est un équilibre subtil à maintenir au quotidien : ne pas susciter la pitié excessive (sinon personne ne voudra troquer avec vous si vous semblez n'avoir rien), mais ne pas susciter l'envie ou la jalousie non plus.

Comment incarner cet équilibre concrètement :

Dites : « C'est dur pour tout le monde, moi aussi je fais attention » plutôt que « J'ai tout ce qu'il me faut ».

Montrez que vous aussi vous cherchez certaines choses : « Je manque de café, tu saurais où en trouver ? »

Plaignez-vous légèrement comme tout le monde : « Ces coupures d'eau, c'est pénible, non ? »

Ainsi, vous restez dans la normalité collective. Vous n'attirez pas l'attention négative.

Votre apparence physique compte

Évitez d'étaler de la richesse visible sur vous dans un monde chaotique.

Se promener en habits flambant neufs alors que les autres portent des vêtements usés, arborer une montre de luxe au poignet, ou porter un équipement tactique militaire dernier cri, c'est littéralement demander des ennuis.

La règle vestimentaire : Habillez-vous simplement, un peu usé mais propre.

Des vêtements confortables, pratiques, qui ont vécu. Un jean classique légèrement délavé, un pull normal, des chaussures de marche robustes mais pas neuves.

Ne donnez jamais l'impression d'être un survivant trop bien préparé à l'extérieur, même si intérieurement vous l'êtes parfaitement.

L'objectif : passer totalement inaperçu dans la rue, se fondre dans la masse.

4. Les techniques de bluff lors des trocs

Minimiser vos réserves apparentes

Lors d'un troc, faites toujours semblant que c'est votre dernière bouteille d'huile ou vos dernières allumettes que vous cédez, même si vous en avez encore dix identiques cachées chez vous.

Exemple de phrase type :

« Écoute, je peux te dépanner de ça, mais comprends bien que je sacrifie mes dernières réserves personnelles. Il faudra vraiment que tu me proposes quelque chose d'utile en échange, sinon moi-même je vais manquer. »

Ainsi, l'autre personne se pense chanceuse d'obtenir l'un de vos seuls biens précieux restants, et ne vous imagine surtout pas assis sur un magot confortable.

Jouer la carte de la récupération

Dites que vous avez "trouvé" ou "récupéré" certaines choses, plutôt que de laisser penser que vous les aviez stockées depuis longtemps.

« J'ai trouvé ces piles dans un vieux tiroir oublié » sonne mieux que « J'en avais stocké 50 boîtes ».

Cela donne l'impression que vous aussi, vous vous débrouillez au jour le jour, comme tout le monde.

Le bluff émotionnel

Montrez une légère hésitation avant d'accepter un échange, même si celui-ci vous arrange totalement.

« Hmm, je ne sais pas, j'en aurai peut-être besoin moi-même...
Bon, d'accord, juste parce que c'est toi. »

Cette petite comédie renforce l'idée que vous aussi, vous faites des sacrifices.

5. Être "riche" en compétences plutôt qu'en biens

Le savoir-faire : une richesse invisible

Autre axe fondamental du bluff stratégique : mettez en avant vos compétences utiles plutôt que vos biens matériels.

Le savoir-faire est une richesse intangible qui attire beaucoup moins la convoitise violente directe.

Pourquoi c'est plus sûr ?

On ne peut pas vous voler une compétence en vous cambriolant.
On ne peut pas vous arracher le savoir de vos mains.

Si vous savez soigner des blessures, réparer des objets cassés, bricoler des solutions, cultiver un potager, purifier de l'eau, ces compétences font de vous quelqu'un de "utile mais pas riche".

Utile car vous rendez service à la communauté. Pas riche visuellement car vous n'avez pas besoin de montrer de gros stocks physiques pour autant.

Exemple concret :

Un bon bricoleur qui répare les robinets qui fuient passera beaucoup moins pour une cible qu'un type avouant posséder un entrepôt rempli de vivres pour six mois.

Un infirmier qui soigne les petites blessures sera apprécié sans être envié dangereusement.

Mettre vos compétences en avant

Proposez activement votre aide dans la communauté pour des tâches pratiques.

Aidez à réparer un puits collectif qui ne fonctionne plus. Donnez des conseils de purification d'eau potable à vos voisins. Soignez une blessure mineure avec la trousse de secours discrète que vous avez apportée.

Ainsi, les gens vous apprécieront sincèrement pour votre aide concrète et seront naturellement enclins à vous intégrer dans les réseaux d'échange, au lieu de comploter pour vous détrousser violemment.

À retenir : Un bon bricoleur ou un soigneur aura toujours de quoi troquer et négocier, même sans stock matériel visible impressionnant.

C'est là toute la philosophie profonde de "l'épicier" malin : sa vraie richesse, ce n'est pas un énorme coffre-fort qu'il faudrait défendre jour et nuit par les armes, ce sont plein de petits objets utiles et de

connaissances pratiques disséminés, qu'il échange progressivement.

6. La question des armes : dissuasion subtile

Le dilemme de la défense visible

Faut-il afficher ouvertement qu'on est armé pour décourager les attaques potentielles (option du « soldat » agressif) ou au contraire cacher complètement ses armes pour surprendre en cas de besoin réel ?

La recommandation générale : La dissuasion subtile et indirecte.

Ne brandissez jamais vos armes ostensiblement à tout bout de champ dans la rue, car cela peut vous faire passer pour une menace directe.

D'autres pourraient alors vouloir vous éliminer préventivement par peur, ou voler vos armes pendant que vous dormez.

La rumeur protectrice

En même temps, il peut être stratégiquement utile que la rumeur circule discrètement dans le voisinage que "M. Dupont a de quoi se défendre sérieusement chez lui, ce n'est clairement pas une proie facile".

Comment créer cette rumeur sans en faire trop ?

Laissez entendre indirectement que vous avez un gros chien de garde qui aboie fort (même si c'est faux).

Mentionnez en passant que votre maison est "bien sécurisée" sans détailler comment exactement.

Faites comprendre que vous avez des voisins qui veillent mutuellement les uns sur les autres.

Dans le doute, les voleurs opportunistes passeront probablement à une cible qui semble plus facile et moins risquée.

7. Le concept de "survivaliste gris"

Qu'est-ce qu'un survivaliste gris ?

C'est quelqu'un qui passe complètement inaperçu dans la masse, qui ne se distingue en rien de l'extérieur, mais qui est parfaitement préparé intérieurement.

Discret comme la pierre grise d'un trottoir. Visible juste ce qu'il faut pour commercer et échanger. Invisible quand il s'agit de révéler ses trésors cachés.

Les caractéristiques du survivaliste gris réussi :

Il ne parle jamais de ses préparatifs, même à ses amis proches – « Mieux vaut prévenir que guérir, j'ai quelques trucs ».

Il ne porte jamais de vêtements ou équipements qui crient "je suis préparé" – pas de gilet tactique militaire dans la rue.

Il garde un mode de vie apparemment normal et banal – il sort, il discute, il se plaint comme tout le monde.

Il aide discrètement sans faire de grandes annonces – un coup de main par-ci, un conseil par-là.

Les avantages immenses

Cette invisibilité stratégique vous protège mieux que n'importe quelle arme ou bunker.

Personne ne vous jalouse. Personne ne vous envie. Personne ne complotte contre vous.

Vous vivez tranquillement, vous échangez sereinement, vous survivez durablement.

8. Observer les autres aussi

Repérer les comportements autour de vous

Ce jeu de bluff fonctionne dans les deux sens. Observez également les autres.

Questions à vous poser mentalement :

Qui, dans le voisinage, semble avoir beaucoup trop de choses par rapport à la situation générale ?

Qui pourrait être tenté de vous voler si il découvrait vos réserves ?

À qui pouvez-vous stratégiquement faire croire que vous n'avez "que" tel ou tel petit objet en plus, sans révéler le reste ?

Qui semble dangereux ou désespéré au point de devenir violent ?

Cette observation constante fait partie intégrante de la survie urbaine intelligente.

Adapter votre comportement selon les personnes

Avec certains voisins de confiance testés sur la durée, vous pouvez être légèrement plus ouvert – mais jamais totalement transparent.

Avec des inconnus ou des personnes instables, restez absolument fermé et discret.

Résumé final : Les mantras du bluff stratégique

Ne jamais montrer l'étendue complète de son stock – personne ne doit savoir exactement ce que vous possédez.

Garder une réserve bien cachée – divisez vos biens en plusieurs cachettes.

Faire de petits échanges réguliers – pour ne jamais éveiller les soupçons sur votre richesse.

Paraître ordinaire – habillez-vous simplement, comportez-vous normalement.

Valoriser vos compétences – soyez utile pour vos savoir-faire, pas pour vos réserves.

Pratiquer la dissuasion subtile – laissez planer le doute sur votre capacité à vous défendre.

Key Takeaway

Ceux qui ignorent ces règles de bluff stratégique – par naïveté innocente, vantardise stupide ou excès de confiance – risquent de finir dépouillés tôt ou tard.

Grâce à ce chapitre, vous éviterez cet écueil mortel et vous deviendrez un véritable "survivaliste gris" respecté.

Vous serez perçu comme un allié utile, pas comme un ennemi riche à abattre. Vous gagnerez la confiance et le respect, pas l'envie dévorante ni la jalousie dangereuse.

C'est cet équilibre subtil qui vous permettra de traverser la crise sereinement, entouré d'alliés plutôt que cerné d'ennemis.

Dans le prochain chapitre, vous découvrirez comment renforcer concrètement la sécurité de votre domicile sans transformer votre

maison en forteresse militaire voyante – l'art de la protection discrète et efficace.

Chapitre 5 – Approvisionnement furtif : trouver des ressources en ville sans attirer l'attention

À retenir :

Malgré toute votre préparation, une crise peut se prolonger suffisamment pour que vous deviez vous réapprovisionner en cours de route.

Ce chapitre vous apprend où et comment trouver des objets à troquer dans une ville en crise, en minimisant les risques mortels.

Introduction : Quand vos réserves s'amenuisent

Il ne sert à rien d'avoir un esprit "épicier" si vos rayons se vident totalement sans possibilité de renouvellement.

Malgré tous vos efforts de stockage décrits dans les chapitres précédents, il se peut qu'une crise se prolonge suffisamment – six mois, un an, voire plus – pour que vous deviez vous réapprovisionner en cours de route.

Ce chapitre aborde un aspect crucial et dangereux de la survie urbaine : où et comment trouver des ressources dans une ville en ruine, en minimisant drastiquement les risques pour votre sécurité.

Car fouiller une ville effondrée n'est pas une promenade de santé – c'est potentiellement mortel si vous ne savez pas comment vous y prendre.

1. La règle d'or : éviter absolument la phase de chaos initial

Pourquoi les premiers jours sont les plus dangereux

La première leçon vitale de ce chapitre, c'est d'éviter autant que possible de vous retrouver à devoir fouiller la ville en même temps que tout le monde paniqué.

Les premières heures ou premiers jours d'une catastrophe voient systématiquement des foules désespérées prendre d'assaut les magasins dans une violence inouïe.

C'est extrêmement dangereux – coups, bousculades mortelles, pillages violents.

Question cruciale à vous poser : Pensez-vous vraiment être le seul à avoir cette idée brillante d'aller au supermarché ? Êtes-vous prêt à affronter physiquement des centaines d'autres personnes affamées qui fouillent exactement au même endroit, au même moment ?

La réalité brutale des ressources urbaines

La réalité implacable, c'est que les ressources facilement accessibles d'une ville disparaissent en quelques jours seulement.

Les supermarchés sont littéralement pillés en premier – en 48 heures maximum, les rayons sont vides.

Les pharmacies suivent immédiatement – en 72 heures, tous les médicaments de base ont disparu.

Et très vite, il ne reste plus rien dans les lieux évidents... sauf le danger humain.

Autrement dit, se pointer dans un Carrefour ou un Intermarché en plein chaos le deuxième jour, c'est l'assurance garantie de trouver des rayons complètement vides et des émeutes violentes en cours.

La stratégie gagnante : attendre la décantation

Ce guide vous recommande donc extrêmement fortement d'avoir suivi les chapitres précédents (constitution de stocks, réserves diversifiées) pour éviter de vous jeter stupidement dans le chaos dès le premier jour.

Mieux vaut tenir tranquillement plusieurs semaines avec vos réserves préparées, le temps que la situation se décante progressivement, plutôt que de courir les rues pendant la phase la plus violente et imprévisible de la crise.

Laissez passer l'orage des trois premières semaines. Attendez que les foules se dispersent, que les pillages cessent faute de cibles, que les plus agressifs se neutralisent entre eux.

Alors seulement, vous pourrez sortir fouiller avec des chances raisonnables de survie.

2. Les sources d'approvisionnement en milieu urbain

Cependant, dans un scénario d'effondrement prolongé au-delà de plusieurs mois, tôt ou tard vous serez probablement amené à fouiller des bâtiments à la recherche de biens utilisables.

Voici les sources de ravitaillement potentielles en zone urbaine post-apocalyptique, avec les précautions vitales associées.

Les habitations abandonnées : une mine discrète

C'est souvent le premier réflexe logique : aller voir dans les maisons et appartements désertés par leurs occupants.

Stratégie de ciblage intelligent :

Ciblez en priorité les habitations non évidentes pour tout le monde – par exemple un petit immeuble excentré de trois étages, une maison isolée dans une rue calme, un pavillon discret.

Évitez les grands ensembles HLM déjà ratissés par des dizaines de personnes avant vous.

Que peut-on y trouver concrètement ?

De l'eau en quantité : Les chauffe-eau domestiques (cumulus) contiennent généralement entre 50 et 100 litres d'eau relativement propre en réserve.

En ouvrant la purge située en bas du cumulus (petit robinet rouge ou bleu), vous pouvez récupérer toute cette eau. Technique : laissez couler les premiers litres rouillés et sombres pour ne garder ensuite que l'eau claire.

L'eau piégée dans les tuyaux : Les canalisations elles-mêmes contiennent plusieurs litres d'eau stagnante mais utilisable.

Technique pratique : ouvrez un robinet en hauteur (étage supérieur) pour faire entrer de l'air dans le système, puis ouvrez un robinet en bas (cuisine, salle de bain du rez-de-chaussée) pour drainer toute l'eau piégée dans le réseau de plomberie de la maison.

Vous pouvez récupérer 5 à 10 litres facilement.

Source ultime de dernier recours : Même les réservoirs de toilettes (la cuve derrière, pas la cuvette) contiennent 6 à 9 litres d'eau relativement propre – tant qu'il n'y a pas de pastille chimique bleue dedans.

Cette eau n'a pas été en contact avec les excréments, elle vient directement du réseau. À filtrer quand même par précaution.

Des aliments oubliés :

Il est très probable que beaucoup de placards de cuisine soient déjà complètement vides, pillés par les occupants eux-mêmes avant leur départ ou par d'autres fouilleurs.

Mais avec de la chance et de la persévérance, vous pouvez tomber sur des conserves oubliées au fond d'un placard haut, des paquets de riz ou de pâtes dans un garde-manger, du sel, du sucre, des épices.

Cherchez dans les endroits non évidents :

Au fond d'un congélateur éteint depuis longtemps (la viande congelée sera pourrie, mais peut-être pas les légumes surgelés ou le beurre).

Dans un garage attenant (les bocaux de conserves maison que grand-mère faisait).

Dans un cabanon de jardin (réserves de bois de chauffage, bidons de fuel pour chaudière).

Dans le grenier poussiéreux (vieilles réserves de Noël oubliées).

Mise en garde réaliste : Le scénario le plus probable reste que la maison a déjà été cambriolée avant vous et que le garde-manger a été vidé systématiquement.

Ne mettez pas tous vos espoirs sur une seule maison. Prévoyez d'en visiter plusieurs.

Précautions de sécurité vitales :

Fouiller une maison n'est jamais sans risque réel. Il peut rester des occupants armés cachés à l'intérieur, ou d'autres fouilleurs dangereux.

Progresser toujours discrètement, lentement, en écoutant attentivement les bruits.

Annoncez-vous éventuellement à haute voix en arrivant (« Il y a quelqu'un ? Je ne veux pas de problème ») pour éviter d'être pris pour un voleur dangereux et de vous faire tirer dessus.

Soyez constamment prêt à battre en retraite rapidement si vous sentez une présence hostile.

Les commerces et bâtiments publics : ruser pour survivre

La règle de base : Les grands magasins centraux (hypermarchés Carrefour, pharmacies centrales, dépôts logistiques Amazon) auront été dévastés en tout premier ou sécurisés militairement par les autorités si elles sont encore présentes.

N'y allez même pas, c'est une perte de temps et d'énergie.

La stratégie maligne :

Mieux vaut explorer les petits commerces de quartier discrets qui, paradoxalement, pourraient avoir été complètement négligés par la foule concentrée ailleurs.

Exemples concrets de cibles intéressantes :

Cette supérette de coin de rue dont tout le monde ignore l'existence car elle est mal située.

Un petit kiosque à journaux fermé depuis longtemps.

Une boulangerie de quartier (n'aura plus de pain frais évidemment, mais peut-être de la farine en sac de 25 kg, de la levure, du bois si four traditionnel).

Les restaurants et cantines d'entreprise auront été pillés rapidement, mais pensez stratégiquement aux **distributeurs automatiques** cachés dans les couloirs de bureaux : les machines de boissons peuvent receler un trésor de dizaines de bouteilles d'eau minérale et sodas énergétiques si vous parvenez à les forcer avec un pied-de-biche.

De même, les **fontaines d'eau** dans les halls d'entreprises (bonbonnes de 18 litres) sont souvent pleines et oubliées – si le lieu de travail en possède plusieurs, c'est le jackpot absolu en eau potable.

Autres endroits publics stratégiques à considérer :

Les **hôpitaux et cliniques** (pour les médicaments, pansements, matériel médical) – très risqués car lieux stratégiques potentiellement contrôlés militairement ou par des gangs, à éviter si possible.

Les **écoles et cantines scolaires** (réserves alimentaires pour les repas collectifs de centaines d'enfants – riz, pâtes, compotes en grande quantité).

Les **casernes de pompiers ou commissariats abandonnés** (eux aussi peuvent avoir des rations d'urgence, de l'eau en cuve, du matériel de secours, des piles).

Principe de cartographie mentale :

Dressez dans votre tête une carte des endroits riches en tel ou tel bien spécifique avant de sortir.

Pharmacie de quartier pour l'alcool médical et les médicaments de base (si accessible et non gardée).

Quincaillerie pour les outils, les piles, les briquets, le duct tape.

Librairie-presse pour du carburant d'éclairage (alcool à brûler vendu au rayon loisirs créatifs) ou des piles au rayon fumeurs.

Station-service pour le carburant (voir section suivante).

Les véhicules et stations-service : l'or noir urbain

L'essence et le diesel deviennent des ressources rarissimes et stratégiques dans un monde effondré sans raffinage ni

approvisionnement, donc tout carburant restant a une valeur d'échange énorme.

Comment siphonner un réservoir en toute sécurité :

Matériel nécessaire : un tuyau transparent en plastique de 2 mètres de long (diamètre 1 cm), un jerrican propre.

Technique : insérez une extrémité du tuyau profondément dans le réservoir de la voiture, aspirez légèrement l'autre extrémité avec votre bouche pour amorcer le siphon (sans avaler évidemment), puis plongez vite cette extrémité dans votre jerrican posé par terre.

Le carburant s'écoule tout seul par gravité. Attention extrême à ne pas avaler ni aspirer les vapeurs toxiques qui rendent malade.

Stratégie de ciblage intelligent :

Beaucoup de véhicules seront à sec ou inutilisables, pillés avant vous.

Mais un réservoir à moitié plein sur un parking souterrain oublié est une aubaine incroyable : 20 ou 30 litres de carburant peuvent faire fonctionner un petit générateur pendant des semaines ou être échangés contre énormément de denrées.

Astuce maligne : Ciblez les véhicules que les fouilleurs pressés pourraient négliger facilement.

Par exemple : les engins de chantier abandonnés (pelleteuses, bulldozers avec des réservoirs de 50 litres).

Les tracteurs municipaux de la voirie (diesel).

Les voitures garées dans des garages souterrains privés non évidents et fermés.

Les stations-service :

Elles risquent d'être complètement à sec en quelques jours ou surveillées militairement.

Si par miracle le courant électrique revient temporairement, il serait techniquement possible de pomper du carburant restant dans les cuves souterraines, mais c'est très peu probable et dangereux.

Attention extrême aux risques majeurs : Manipuler du carburant est extrêmement dangereux, surtout en cachette la nuit avec une lampe.

Risques d'incendie et d'explosion si vous faites une étincelle. Travaillez toujours loin de toute flamme, cigarette, source de chaleur.

Ayez des jerrycans métalliques et des pompes manuelles dans votre kit si vous envisagez sérieusement cette option risquée.

L'eau en milieu urbain : les sources cachées

Au-delà des maisons et bureaux déjà évoqués, l'eau potable peut se trouver dans des endroits vraiment inattendus si vous savez où chercher.

Les bâtiments à étages :

Ils contiennent littéralement des centaines de mètres de canalisations verticales remplies d'eau stagnante mais traitable.

Un immeuble de 10 étages peut contenir 500 litres d'eau piégée dans ses tuyaux – de quoi survivre des semaines.

Autres sources urbaines méconnues :

Les **bassins d'orage souterrains** de la ville (énormes réservoirs de rétention des eaux de pluie).

Les **châteaux d'eau** municipaux peuvent conserver de l'eau un certain temps après la coupure générale.

Les **chaudières collectives d'immeubles** (circuit fermé avec des centaines de litres d'eau chaude).

Les **réseaux de climatisation** des bureaux (qui produisent de l'eau condensée récupérable – plusieurs litres par jour).

Les **étangs et fontaines des parcs** (eau non potable telle quelle mais utilisable après traitement intensif).

Les **piscines municipales** (eau traitée au chlore donc relativement propre, utilisable si filtrée correctement).

Les **bouches d'incendie** dans la rue (parfois il reste de la pression résiduelle dans le réseau incendie prioritaire).

Principe absolu : Toute eau récupérée devra systématiquement être filtrée puis purifiée avant consommation – ébullition 5 minutes, filtre céramique, pastilles de chlore, ou les trois combinés.

La difficulté du mode furtif :

Le problème en mode discret, c'est de prélever de l'eau sans vous faire repérer avec 10 bidons de 20 litres sur le dos.

Solutions pratiques :

Faites-le exclusivement de nuit, entre 2h et 4h du matin quand tout le monde dort.

Ou camouflez vos allées et venues en prétendant publiquement aller puiser pour tout le monde alors que vous stockez discrètement un peu pour vous à chaque trajet.

Fractionnez en plusieurs petits voyages avec un seul bidon à la fois – moins visible.

3. Les stratégies de récupération furtive

Le principe de la discrétion absolue

"Furtif" signifie concrètement : agir sans jamais signaler votre présence ni vos trouvailles aux autres.

Exemple à ne jamais faire :

Si vous découvrez un stock incroyable de nourriture dans une cave, ne revenez surtout pas chez vous en plein jour les bras chargés de 20 boîtes de conserve, au vu et su de tous vos voisins curieux.

La bonne méthode :

Procédez discrètement, en plusieurs navettes espacées sur plusieurs jours s'il le faut, ou attendez systématiquement la nuit noire pour transporter.

Emballez vos trouvailles dans des sacs opaques banals qui ne révèlent rien – pas de cartons marqués "Conserves".

De même, si vous trouvez un filon exceptionnel (une réserve presque intacte dans un lieu), évitez absolument d'en parler autour de vous – même à vos amis proches.

Vous irez y récupérer discrètement ce que vous pouvez petit à petit, en partageant éventuellement avec deux ou trois alliés de confiance absolue, mais sans alerter tout le voisinage qui viendrait piller.

Techniques de progression discrète

Déplacez-vous toujours en rasant les murs, en évitant les rues principales trop exposées.

Privilégiez les ruelles, les passages, les cours intérieures.

Progressez lentement, en observant constamment autour de vous.

Arrêtez-vous régulièrement pour écouter les bruits suspects.

Si vous sentez une présence, cachez-vous immédiatement et attendez.

4. Les dangers et mises en garde vitales

Les conflits territoriaux

Fouiller des bâtiments peut rapidement vous mettre en conflit direct avec d'autres survivants, voire avec des groupes organisés dangereux (gangs armés, milices de quartier) qui pourraient contrôler violemment un territoire.

Question cruciale à vous poser : Et si un groupe mieux armé contrôle déjà militairement la zone, vous faites quoi exactement ?

Cette question rhétorique rappelle brutalement que vous devez toujours évaluer lucidement le rapport de force réel avant d'entrer.

Si un secteur est clairement revendiqué par un gang (tags, guetteurs, barricades), il vaudra infiniment mieux l'éviter totalement.

Aucun bidon d'essence ni aucune conserve ne vaut votre vie.

Le risque d'être pris pour un pillard

Entrer par effraction ici ou là peut vous faire passer pour un pillard agressif dangereux.

Attention à la manière de procéder si la loi n'a pas complètement disparu et que des milices citoyennes patrouillent.

Vous ne voulez pas être pris pour un voleur violent par un voisin vigilant armé d'un fusil de chasse qui pourrait tirer d'abord et poser des questions ensuite.

5. Faut-il rester en ville ou évacuer ?

Le dilemme stratégique

Si les ressources manquent vraiment et que l'insécurité grimpe de manière incontrôlable, la ville peut rapidement devenir un piège mortel dont il est impossible de sortir.

Le plan B rural :

Ayez toujours un plan d'évacuation hors de la ville préparé à l'avance.

De la famille accueillante à la campagne. Une maison de secours isolée. Un point de chute loin des foules urbaines.

Quitter la ville permet de s'approvisionner directement en nature (chasse, pêche, cueillette de plantes, puits d'eau) et d'échanger avec des communautés rurales peut-être mieux pourvues en nourriture.

La stratégie urbaine

Néanmoins, ce livre se concentrant spécifiquement sur la survie en milieu urbain, il donne surtout des méthodes pour tenir en ville le plus longtemps possible.

Stockage préventif massif. Troc intelligent et sécurisé.
Récupération furtive méthodique.

Résumé des points clés

Évitez absolument les trois premières semaines de chaos – restez chez vous avec vos réserves.

Ciblez les lieux non évidents négligés par les foules (petits commerces, maisons isolées, parkings souterrains).

Récupérez l'eau partout où elle se cache (cumulus, tuyaux, réservoirs de toilettes, fontaines de bureaux).

Siphonnez les véhicules négligés pour le carburant précieux.

Agissez toujours furtivement – de nuit, en silence, sans témoin.

Évaluez les dangers – gangs, milices, propriétaires armés.

Fractionnez vos transports – plusieurs petits voyages valent mieux qu'un gros chargement visible.

Ne parlez jamais de vos trouvailles – le secret est votre meilleure protection.

Dans le prochain chapitre, vous découvrirez comment sécuriser efficacement votre domicile contre les intrusions sans le transformer en forteresse militaire voyante – l'art de la défense passive intelligente.

Chapitre 6 – Réseaux d'entraide : créer et gérer un cercle de troc solidaire

À retenir :

Se préparer seul dans son coin a ses limites évidentes. Dans une crise durable, on survit bien mieux ensemble.

Ce chapitre vous apprend à créer et animer un réseau d'échange local basé sur la confiance mutuelle – votre assurance-vie collective.

Introduction : Les limites du survivaliste solitaire

Vous avez constitué vos réserves. Vous savez troquer en sécurité. Vous maîtrisez l'art du bluff stratégique et de l'approvisionnement furtif.

Mais voilà une réalité incontournable : se préparer seul dans son coin, caché derrière ses volets fermés, a des limites importantes à long terme.

Dans une crise qui dure six mois, un an, voire plusieurs années, on survit statistiquement bien mieux ensemble qu'isolé.

Ce chapitre aborde donc un aspect souvent négligé par les survivalistes débutants : la dimension collective et sociale du troc.

Il est question ici de créer et animer un réseau d'échange local de confiance – entre voisins choisis, amis proches, famille géographiquement proche – une sorte de communauté de troc solidaire basée sur des valeurs partagées.

L'idée n'est pas d'être l'unique épicier solitaire du quartier au milieu de gens désespérés qui vous envient, mais plutôt d'être l'épicier au sein d'un petit marché organisé où tout le monde joue le jeu équitable.

1. Pourquoi un réseau de confiance est vital

Le danger des inconnus désespérés

Échanger uniquement avec des inconnus affamés et désespérés est extrêmement dangereux à chaque transaction, comme on l'a vu au chapitre 3.

Alors que troquer régulièrement au sein d'un cercle de connaissances pré-établi et testé réduit drastiquement les chances d'agression violente, d'arnaque ou de vol.

Le principe de base : Plus la situation générale est tendue, plus la violence sociale risque de s'installer rapidement.

Si vous ne troquez qu'avec des personnes que vous connaissez bien depuis longtemps et en qui vous avez confiance, vous limitez considérablement ce risque mortel.

La règle d'or : se préparer AVANT la crise

D'où l'importance capitale de vous créer ce réseau d'entraide solide AVANT que la crise n'éclate – pas pendant ni après.

Concrètement, cela signifie : identifiez dès maintenant, aujourd'hui même, avant que tout n'aille mal, qui dans votre entourage élargi pourrait faire partie d'un groupe de troc de confiance mutuelle.

Où trouver ces personnes ?

Des voisins directs avec qui vous vous entendez déjà bien depuis des années.

Des collègues de travail de confiance qui habitent le même secteur géographique.

De la famille proche géographiquement (frères, sœurs, cousins, parents vivant à moins de 5 km).

Des membres actifs d'une association locale que vous fréquentez (club de jardinage, association de quartier, club sportif).

L'important absolu est de rassembler des personnes à la fois fiables moralement et complémentaires en compétences.

2. La composition idéale d'un réseau local

La taille optimale : 5 à 10 personnes maximum

Idéalement, un bon réseau local de troc efficace, c'est entre 5 et 10 personnes ou familles maximum – pas plus.

Pourquoi cette limite stricte ?

Au-delà de 10 membres, la confiance devient difficile à maintenir – vous ne connaissez plus vraiment tout le monde personnellement.

Les fuites d'information deviennent probables – « Untel a dit que tu avais beaucoup de conserves ».

Les conflits internes se multiplient mathématiquement – plus de gens égale plus de frictions potentielles.

La gestion devient complexe et chronophage.

En dessous de 5 membres, vous n'avez pas assez de diversité de compétences ni de ressources pour être vraiment résilient collectivement.

La complémentarité des compétences

Un réseau solide rassemble des personnes partageant des valeurs de coopération ET des compétences pratiques variées et complémentaires.

Exemple concret d'un groupe équilibré de 6 membres :

Pierre : infirmier à la retraite, sait soigner les blessures et maladies courantes, possède une pharmacie bien fournie.

Marie : jardinière passionnée, a un potager productif de 200m², connaît les plantes comestibles et médicinales.

Jacques : bricoleur professionnel, a des outils complets, sait réparer presque tout (plomberie, électricité, mécanique).

Sophie : a fait d'énormes stocks de nourriture non périssable depuis deux ans, organisée et prévoyante.

Ahmed : ancien militaire, connaît les techniques de sécurité et de défense, a des notions de radio.

Claire : enseignante, sait gérer les conflits et organiser le groupe, bonne médiatrice naturelle.

Ensemble, ces six personnes couvrent l'essentiel des besoins d'un groupe : santé, nourriture fraîche, nourriture stockée, réparations, sécurité, organisation sociale.

Vous pouvez instaurer un système d'échanges multilatéral sophistiqué – pas juste du troc bilatéral isolé entre deux personnes.

Ce micro-réseau peut littéralement fonctionner comme un petit village autonome en miniature : on mutualise intelligemment certaines ressources, on se protège mutuellement, on a des échanges réguliers et prévisibles.

3. Bâtir la confiance progressivement

Comment aborder le sujet avant la crise

Pour réussir à créer ce réseau, il faut absolument bâtir la confiance mutuelle bien avant que les problèmes n'arrivent.

Le livre conseille d'organiser dès maintenant des rencontres informelles ou des discussions avec ces personnes ciblées sur le thème général de l'autonomie et de l'entraide.

Approches discrètes possibles :

Lors d'un apéritif entre voisins, lancez le sujet : « Avec tous ces problèmes d'approvisionnement qu'on voit aux infos, vous vous êtes déjà demandé comment on ferait si ça devenait vraiment compliqué ? »

Discrètement, sondez l'intérêt de chacun sans en faire trop : « Si les choses se compliquaient sérieusement, est-ce qu'on pourrait s'épauler entre nous ? »

Proposez une activité commune qui teste la coopération : organiser un vide-grenier collectif, un repas partagé où chacun apporte quelque chose, un atelier de jardinage ou de bricolage commun.

Observez qui est intéressé, qui est fiable, qui partage vos valeurs de solidarité.

Ne forcez jamais personne – mieux vaut un petit groupe soudé de 5 personnes motivées qu'un grand groupe de 15 dont la moitié est sceptique.

La première réunion du réseau

Une fois que vous avez identifié 5 à 8 personnes intéressées et fiables, organisez une première réunion fondatrice du réseau – par exemple un barbecue convivial un samedi après-midi.

Ordre du jour informel mais structuré :

Présentation de chacun : compétences, ressources, ce qu'on peut apporter au groupe.

Discussion ouverte : « Qu'est-ce qu'on craint le plus en cas de crise ? », « De quoi aurait-on besoin en priorité ? »

Accord de principe : « On est d'accord pour s'entraider en cas de coup dur ? »

Échange de coordonnées fiables (téléphones, adresses exactes, moyens de communication alternatifs).

Cette première rencontre crée le lien initial et teste la chimie du groupe.

4. Établir les règles et le code d'échange

Un canal de communication sécurisé

Une fois le groupe formé officiellement, établissez ensemble un code d'échange clair et un canal de communication fiable.

Moyens de communication en cas de crise :

Groupe privé sur Signal ou Telegram (applications chiffrées qui fonctionnent même avec peu de réseau).

Fréquences radio CB ou PMR446 pré-définies (si le réseau téléphonique tombe complètement).

Système de signaux visuels convenus (drap blanc à la fenêtre = « Tout va bien », drap rouge = « Besoin d'aide urgente »).

Rendez-vous physiques réguliers à heure fixe même sans communication (« Tous les mardis 14h place du village, quoi qu'il arrive »).

Les bases du système d'échange

Mettez-vous d'accord collectivement sur les bases du troc entre membres du réseau avant que les problèmes n'arrivent.

Options possibles :

Système d'unités d'échange : Décider que dans le réseau, on utilise une unité commune de référence – par exemple, une pile AA = 1 unité, et tout le reste se calcule en équivalent-piles.

Un savon = 3 unités. Une boîte de conserve = 5 unités. Une consultation médicale = 20 unités. Etc.

Système de points d'entraide : Chaque membre a un compte virtuel tenu sur un cahier. Quand Pierre soigne Sophie, il gagne 20 points et Sophie en perd 20. Plus tard, Sophie donne des légumes

à Pierre, elle regagne 10 points. L'objectif est de rester globalement équilibré à zéro.

Troc direct libre : Pas de comptabilité, chacun échange de gré à gré selon ses besoins du moment, en faisant confiance que ça s'équilibrera naturellement sur la durée.

Certains groupes optent pour un système de SEL (Système d'Échange Local) formalisé où chaque membre a un compte d'unités d'entraide géré collectivement.

L'essentiel absolu est que ce marché interne soit perçu comme équitable par tous les membres, pour éviter les disputes et jalousies destructrices.

Formalisez un « code d'échange simple et équitable » et faites-le accepter explicitement par tout le monde lors d'une réunion.

Les règles de vie du réseau

Établissez aussi quelques règles de base du groupe :

Confidentialité : Ce qui se dit et s'échange dans le réseau reste dans le réseau – on ne parle pas des réserves des autres à l'extérieur.

Équité : On ne profite jamais de la détresse d'un membre pour lui imposer un échange déséquilibré.

Solidarité : En cas de coup dur grave (incendie, maladie), le groupe aide sans compter ni réclamer.

Exclusion : Si un membre trahit la confiance (vol, violence, délation), il peut être exclu par vote majoritaire.

Ces règles claires rassurent tout le monde et créent un cadre sécurisant.

5. Les multiples avantages d'un réseau solidaire

Avantage 1 : La sécurité renforcée

Un réseau d'échange solide offre d'abord un avantage de sécurité considérable.

Vos trocs se font prioritairement au sein du réseau de confiance, donc avec des gens que vous connaissez bien, ce qui diminue drastiquement les risques d'agression, de vol ou d'arnaque à chaque transaction.

Vous n'avez plus besoin de rencontrer des inconnus potentiellement dangereux sur des parkings déserts.

De plus, en cas d'attaque extérieure (tentative de cambriolage, gang menaçant), le groupe peut se mobiliser rapidement pour défendre un de ses membres – six personnes alertées valent mieux qu'une seule isolée.

Avantage 2 : La spécialisation efficace

Deuxièmement, la spécialisation devient possible et rentable.

Chacun peut se concentrer sur ce qu'il fait de mieux sans avoir à tout maîtriser.

Exemple concret :

Marie peut se concentrer sur produire beaucoup de légumes dans son grand potager, car elle sait qu'elle pourra les échanger facilement contre des conserves avec Sophie et des soins avec Pierre.

Elle n'a pas besoin de stocker des tonnes de conserves ni d'apprendre la médecine – les autres s'en chargent.

Une famille peut stocker massivement de la nourriture et une autre beaucoup de matériel technique, et elles échangeront leurs surplus complémentaires au besoin.

Ainsi, pas besoin que tout le monde fasse absolument tout à 100% – on optimise collectivement les efforts et ressources.

Avantage 3 : La solidarité vitale

Troisièmement, la solidarité mutuelle protège contre les accidents de la vie.

En cas de coup dur individuel (maladie grave, accident domestique, maison détruite par un incendie), le réseau peut secourir efficacement un de ses membres, là où isolé il aurait probablement succombé.

C'est une forme d'assurance-survie mutuelle qui ne coûte rien en temps normal mais peut tout sauver en temps de crise.

Exemple concret :

Jacques tombe gravement malade avec une forte fièvre. Pierre, l'infirmier du réseau, lui fournit immédiatement des antibiotiques de sa réserve médicale contre quelques conserves, sans discussion hasardeuse ni négociation stressante puisqu'ils se connaissent et savent que ce sera compensé plus tard d'une manière ou d'une autre.

Jacques guérit et pourra réparer plus tard la plomberie de Pierre gratuitement en remerciement.

6. Organiser les échanges pratiques

Le marché hebdomadaire du réseau

Certains réseaux efficaces mettent en place un lieu et un moment de rencontre réguliers prévisibles.

Exemple type : Un petit marché hebdomadaire informel tous les samedis matin 10h au centre du quartier (place, parc, parking), réservé exclusivement aux membres du réseau.

Chacun apporte ce qu'il veut échanger dans un panier : légumes du jardin, conserves, savons, piles, petits objets réparés.

On se retrouve, on discute, on échange librement de gré à gré, on prend des nouvelles, on partage des informations sur la situation générale.

Cela crée du lien social régulier et maintient la cohésion du groupe.

Les échanges de gré à gré

D'autres réseaux fonctionnent plutôt par échanges individuels de gré à gré en circuit fermé, sans rendez-vous collectifs.

« J'ai besoin de piles, qui en a ? » → message sur le groupe Signal → « Moi j'en ai, passe à la maison ce soir » → échange privé entre deux membres.

Plus discret, plus flexible, mais demande une bonne communication digitale.

La mutualisation de certaines ressources

Certains groupes décident de mutualiser complètement certains biens critiques plutôt que de les échanger individuellement.

Exemples de mutualisation possible :

Un stock d'eau collectif géré par le groupe (chacun a contribué à constituer 500 litres dans un lieu commun).

Une pharmacie collective (chacun a donné quelques médicaments, le tout est accessible à tous en cas de besoin grave).

Des outils partagés (une seule grosse boîte à outils collective plutôt que six petites individuelles).

Un potager communautaire cultivé ensemble.

À vous de choisir votre niveau de mutualisation selon la confiance et les affinités du groupe.

7. La gouvernance du réseau

Leadership partagé ou leader unique ?

Faut-il désigner un "leader" qui décide, ou tout décider ensemble démocratiquement ?

Beaucoup d'ouvrages de résilience collective préconisent un leadership partagé ou tournant, pour éviter qu'une seule personne n'accapare le pouvoir sur les ressources communes et ne devienne un petit dictateur.

Options de gouvernance :

Pas de leader officiel : Toutes les décisions se prennent collectivement par vote ou consensus lors de réunions régulières.

Leadership tournant : Chaque mois, un membre différent coordonne les échanges et anime les réunions.

Leadership par compétence : Pierre coordonne tout ce qui concerne la santé, Marie l'alimentation, Jacques la sécurité, etc.

L'important est que tout le monde se sente écouté et respecté.

Les réunions régulières du réseau

Tenez régulièrement une réunion de réseau – par exemple une fois par mois en temps normal, une fois par semaine en temps de crise.

Ordre du jour type :

Point sur l'approvisionnement : qui manque de quoi ? Qui a des surplus ?

Problèmes à résoudre : tensions, conflits, besoins non couverts.

Règles à ajuster : faut-il modifier les équivalences d'échange ?

Nouveaux membres potentiels : quelqu'un veut-il proposer une personne de confiance ?

Ces réunions maintiennent la cohésion et permettent d'ajuster le système en temps réel.

8. Étendre ou rester petit ?

Le dilemme de la croissance

Au fil du temps, d'autres personnes du quartier pourraient être intéressées par rejoindre votre réseau qui fonctionne bien.

Faut-il les accepter ?

Prudence de rigueur : Plus un réseau est grand, plus il y a de fuites potentielles d'information dangereuses et de conflits internes.

Mieux vaut rester une petite communauté soudée de 8 membres qui se font vraiment confiance qu'une foire anarchique de 30 personnes dont la moitié est opportuniste.

Règle pratique : N'acceptez de nouveaux membres que s'ils sont parrainés par deux membres existants et après une période de test de plusieurs mois.

9. Exemples historiques de réseaux d'entraide

Les réseaux de troc argentins

En Argentine lors de la crise de 2001-2002, des milliers de petits réseaux de troc locaux appelés "Clubes de Trueque" se sont organisés spontanément.

Ils fonctionnaient avec des réunions hebdomadaires dans des écoles ou centres communautaires, avec une monnaie locale en papier appelée "crédito".

Au pic, 6 millions d'Argentins participaient à ces réseaux qui ont littéralement sauvé des familles de la famine.

Les communautés survivalistes américaines

Aux États-Unis, de nombreuses communautés survivalistes organisées existent depuis des décennies, particulièrement dans les zones rurales.

Elles fonctionnent souvent sur le modèle du "réseau de voisinage" avec des compétences complémentaires, des stockages partagés, et des exercices réguliers de préparation commune.

Résumé des étapes pratiques

Étape 1 : Identifiez dès maintenant 5 à 10 personnes de confiance dans votre entourage proche.

Étape 2 : Abordez discrètement le sujet de l'entraide lors de rencontres informelles.

Étape 3 : Organisez une première réunion fondatrice conviviale du réseau.

Étape 4 : Établissez ensemble un code d'échange équitable et des règles claires.

Étape 5 : Créez un canal de communication sécurisé et fiable.

Étape 6 : Organisez des échanges réguliers (marché hebdomadaire ou gré à gré).

Étape 7 : Tenez des réunions périodiques pour ajuster et maintenir la cohésion.

Étape 8 : Restez petit et sélectif – qualité plutôt que quantité.

Key Takeaway final

Ce chapitre vous donne la feuille de route complète pour passer du statut de « survivaliste isolé et vulnérable » à celui de membre actif d'une communauté résiliente et solidaire.

L'épicier du chaos a tout intérêt stratégique à faire partie d'une "guilde" d'épiciers organisés plutôt qu'à exercer tout seul derrière ses volets clos en espérant ne pas se faire cambrioler.

Le troc s'en trouvera considérablement facilité, beaucoup plus sûr, et bien plus riche en diversité de biens accessibles via les autres membres.

Et psychologiquement, savoir qu'on peut vraiment compter sur un petit groupe de personnes dignes de confiance est un atout inestimable et rassurant pour traverser sereinement les épreuves longues.

Le message clé absolu : Préparez votre réseau d'entraide dès maintenant, avant la crise, commencez petit à petit à tisser activement ces liens de confiance mutuelle (même de façon informelle au début), car le jour J venu, il sera définitivement trop tard pour se faire de nouveaux amis fiables.

Si vous suivez ce conseil stratégique, vous ne serez pas seul et vulnérable dans la tempête – vous serez un maillon solide d'une chaîne de survie collective bien plus résistante et durable.

Un réseau local organisé est infiniment plus fiable et sécurisant qu'un marché improvisé avec des inconnus désespérés.

Dans le prochain chapitre, vous découvrirez comment négocier efficacement lors de vos trocs pour toujours obtenir des échanges équilibrés et avantageux – l'art de la négociation en situation de crise.

Chapitre 7 – Protéger ses ressources : sécuriser son stock et son domicile sans sombrer dans la violence

À retenir :

Même avec toutes les précautions (profil bas, réseau, troc équitable), la convoitise et l'insécurité peuvent frapper.

Ce chapitre vous apprend à vous défendre intelligemment sans devenir vous-même un « soldat » agressif qui attire les problèmes.

Introduction : La ligne fine entre protection et provocation

Vous avez constitué vos réserves. Vous avez créé votre réseau de confiance. Vous troquez intelligemment et discrètement.

Mais voilà la réalité brutale : même avec toutes ces précautions, la convoitise et l'insécurité croissante peuvent finir par frapper à votre porte – littéralement.

Comment se défendre efficacement sans devenir soi-même un « soldat » agressif qui provoque les conflits ?

Ce chapitre final vous fournit des recommandations pratiques pour mettre en place une sécurité passive et dissuasive intelligente autour de vos ressources, afin de minimiser drastiquement les risques d'attaques ou de vols.

L'objectif n'est pas de transformer votre vie en guerre permanente, mais de tenir les menaces à distance suffisamment pour vivre relativement en paix.

1. La sécurisation passive du domicile

Le principe de la défense passive

Votre domicile est votre base d'opérations vitale, votre sanctuaire. Il doit être protégé intelligemment.

Plutôt que de transformer votre maison en bunker militarisé avec barbelés et sacs de sable (ce qui attirerait immédiatement l'attention hostile et pourrait « provoquer » les assaillants curieux), le guide conseille des mesures de sûreté passive discrètes.

Le principe de base : Mettre en place une sécurité passive visible mais non agressive – barrières naturelles, éclairage stratégique, chiens de garde, serrures renforcées – pour ralentir les intrus plutôt que les provoquer frontalement.

Ces défenses ont un objectif simple : gagner du temps précieux et décourager suffisamment pour qu'un intrus potentiel renonce avant même d'entrer.

Renforcer les points d'entrée

Les portes d'entrée :

Installez des serrures multipoints de qualité (3 à 5 points d'ancrage minimum) – elles résistent 10 à 15 minutes à un forçage au pied-de-biche, contre 30 secondes pour une serrure basique.

Ajoutez une barre de renfort intérieure amovible qui se cale entre la porte et le sol – très efficace et coûte 30 euros.

Renforcez le chambranle (l'encadrement de la porte) avec des plaques métalliques vissées dans le mur – c'est souvent le point faible qui cède en premier.

Les fenêtres du rez-de-chaussée :

Installez des volets pleins en bois ou en métal que vous pouvez fermer et verrouiller de l'intérieur la nuit.

Ajoutez des barres de sécurité discrètes à l'intérieur des fenêtres (comme dans les immeubles anciens).

Les films de sécurité transparents collés sur les vitres les empêchent d'éclater en morceaux – un voleur qui casse la vitre se heurte à une membrane plastique résistante.

Le principe : Chaque obstacle supplémentaire ajoute 5 à 10 minutes de difficulté pour un intrus, et chaque minute augmente son risque de se faire repérer ou d'abandonner.

Les obstacles extérieurs naturels

Autour de votre propriété, installez des obstacles qui semblent naturels mais ralentissent efficacement.

Exemples concrets :

Une haie dense d'épineux (aubépine, pyracantha) de 2 mètres de haut – impossible à traverser sans se déchirer, et ça semble juste être du jardinage décoratif.

Un grillage solide de 1,80 mètre avec un portillon verrouillé – légal, discret, efficace.

Des graviers craquants sous les fenêtres – impossible d'approcher silencieusement, vous entendrez chaque pas depuis l'intérieur.

Des rosiers grimpants épineux sous les fenêtres accessibles – ça embellit la façade tout en protégeant.

Évitez : Les barbelés agressifs, les panneaux "Propriété privée - Chien méchant" trop voyants, les caméras de surveillance ostentatoires qui crient "J'ai quelque chose à protéger ici".

L'éclairage stratégique dissuasif

Un éclairage extérieur à détecteur de mouvement peut surprendre et décourager considérablement un rôdeur nocturne.

Comment l'installer efficacement :

Placez des projecteurs LED à détecteur aux quatre coins de la maison, orientés vers les zones d'approche.

Réglez la sensibilité pour qu'ils s'allument à 5-8 mètres de distance.

Choisissez des LED puissantes (1000 lumens minimum) qui éblouissent instantanément.

Pourquoi c'est efficace : Lumière soudaine = visibilité = le voleur peut être vu et identifié = il préférera aller ailleurs où c'est plus sombre.

De plus, la lumière qui s'allume vous alerte à l'intérieur qu'il se passe quelque chose dehors.

Le chien : votre meilleur allié dissuasif

Si vous avez un chien ou pouvez en adopter un, c'est un excellent atout dissuasif naturel – peut-être le meilleur.

Un chien de taille moyenne à grande qui aboie fort signale immédiatement qu'ici, rien ne se passera discrètement.

Pourquoi les voleurs détestent les chiens :

Impossible de les corrompre ou de négocier avec eux.

Ils alertent toujours, même à 3h du matin.

Ils peuvent mordre et blesser sérieusement.

Ils ralentissent considérablement toute intrusion.

Astuce supplémentaire : Même si vous n'avez pas de chien, installez un panneau discret "Attention au chien" et laissez une grosse gamelle d'eau visible dans le jardin – le doute suffit parfois.

L'objectif final de la défense passive

Toutes ces mesures combinées ont pour but de gagner du temps vital et d'éviter la confrontation directe violente.

Il vaut infiniment mieux ralentir un intrus suffisamment (15 minutes de difficultés cumulées) pour qu'il renonce de lui-même ou que vous puissiez réagir intelligemment, plutôt que de le blesser gravement et créer une escalade dangereuse de vengeance.

Un voleur repoussé par vos défenses ira chercher une cible plus facile. Un voleur blessé reviendra peut-être avec des complices pour se venger.

2. Organiser vos stocks pour les protéger

La règle d'or : ne jamais tout stocker au même endroit

Une astuce de sécurité essentielle que beaucoup négligent : ne stockez jamais toutes vos réserves au même endroit unique.

Répartissez intelligemment vos provisions en plusieurs caches différentes et séparées.

Exemple de répartition stratégique :

Cache principale (60%) : Dans un placard caché de votre maison, derrière un faux mur, ou dans un faux plafond accessible uniquement par vous.

Cache secondaire (25%) : Enterrée dans votre jardin dans des conteneurs hermétiques, ou dissimulée dans votre garage/cave sous de vieux objets sans valeur.

Cache externe (15%) : Chez un ami de confiance absolue de votre réseau, ou dans un local associatif sécurisé, ou dans un box de self-stockage.

Pourquoi cette répartition est vitale :

Si des pillards vous forcent à ouvrir votre garde-manger principal, vous pouvez leur donner accès à une cache (60%) pour les satisfaire et préserver les autres (40%).

Si votre maison brûle ou est détruite, vous n'avez pas tout perdu d'un coup.

Si vous devez fuir rapidement, vous avez des ressources accessibles ailleurs.

Ce compartimentage intelligent limite drastiquement les pertes en cas de vol et vous donne toujours une longueur d'avance stratégique.

Les principes du stockage en caches

Caractéristiques d'une bonne cache :

Non évidente – pas le premier endroit où on cherche (évitiez le placard de la cuisine).

Accessible rapidement par vous – vous devez pouvoir y accéder en moins de 5 minutes.

Protégée de l'humidité – conteneurs hermétiques, sacs étanches.

Marquée discrètement – vous devez pouvoir la retrouver facilement même après six mois (photo, plan secret).

Idées de caches créatives :

Sous les lames du plancher dans une pièce peu fréquentée.

Dans le double fond d'une armoire ancienne.

Dans des bidons opaques étiquetés "Produits ménagers dangereux" que personne ne touchera.

Enterrée à 50 cm de profondeur dans le jardin, marquée discrètement (fausse dalle, gros caillou repère).

Dans le grenier, enfouie sous 20 cm de laine de verre isolante (personne ne fouillera là-dedans).

La fausse cache sacrificielle

Technique avancée : préparez intentionnellement une fausse cache visible pour les voleurs potentiels.

Comment ça fonctionne :

Conservez dans un placard relativement facile d'accès (mais pas trop évident non plus) quelques provisions de valeur moyenne : 5-6 boîtes de conserve, un vieux sac de riz entamé de 2 kg, quelques bougies, 3-4 savons, quelques piles usagées.

Ni trop plein (sinon ils se doutent qu'il y a mieux ailleurs), ni trop vide (sinon ils ne croient pas que c'est tout).

Si jamais des gens armés vous braquent et exigent vos réserves, vous montrez cette fausse cache en disant d'un ton résigné : "C'est tout ce que j'ai réussi à mettre de côté, je vous en prie, prenez-le."

Le pari : Avec un peu de chance et si votre jeu d'acteur est bon, ils prendront ça et partiront satisfaits, pensant avoir tout eu, tandis que

vosre vraie réserve (sous le plancher et dans le jardin) restera intacte et inconnue.

Attention : Cette technique est à double tranchant. La fausse cache doit être absolument crédible – assez fournie pour satisfaire, mais pas trop pour éveiller les soupçons qu'il y a mieux caché ailleurs.

3. La question sensible des armes et de la défense active

Les options légales en France

Le titre de ce livre suggère de ne pas être le "soldat" agressif, mais cela ne signifie absolument pas d'être sans défense face à la violence.

En France, peu de citoyens disposent légalement d'armes à feu (chasseurs avec permis, tireurs sportifs licenciés). Si c'est votre cas, vous devez avoir sérieusement réfléchi à l'usage en situation de chaos complet.

Les principes de l'usage d'une arme à feu :

Une arme peut dissuader efficacement sans tirer – simplement la montrer arrête 90% des situations.

Son usage réel doit rester ultime – uniquement si votre vie ou celle de votre famille est en danger immédiat.

Tirer sur quelqu'un a des conséquences graves multiples : mort ou blessure de l'autre, traumatisme psychologique pour vous, représailles possibles de ses proches, problèmes légaux si l'ordre revient.

Les moyens de défense non-létaux

Pour ceux qui n'ont pas d'armes à feu (la majorité), on conseille des moyens de défense non-létaux ou improvisés qui restent très efficaces.

Arsenal défensif légal et accessible :

Spray au poivre ou gaz lacrymogène (légal en France jusqu'à 100ml) – neutralise un agresseur pendant 20 minutes à 3 mètres de distance, le temps de fuir ou d'appeler à l'aide.

Matraque télescopique ou bâton solide – pour frapper si l'intrus est déjà rentré.

Taser civil si disponible dans votre pays – envoie une décharge électrique incapacitante.

Bâtons, manches d'outils, barres de fer – des objets du quotidien deviennent des armes défensives en cas d'urgence absolue.

Une lampe torche tactique ultra-puissante (3000 lumens) – éblouit complètement un agresseur la nuit, vous laissant le temps de réagir.

La dissuasion verbale avant tout

L'auteur insiste fortement sur ce point : travaillez la gestion du conflit verbal et la dissuasion psychologique pour éviter d'arriver au point de non-retour physique.

Techniques de dissuasion verbale efficaces :

Si vous surprenez un intrus qui entre, criez très fort immédiatement : "Police ! Stop ! Ne bougez plus !" – même si c'est faux, ça peut le faire fuir.

Hurlez que de l'aide arrive : "Jean ! Appelle les voisins ! Vite !" – même si vous êtes seul, l'intrus ne le sait pas.

Affirmez que vous êtes armé avec assurance : "Je suis armé, sortez immédiatement ou je tire !" – le doute suffit souvent.

Allumez toutes les lumières brutalement – un voleur préfère l'obscurité.

Faites du bruit maximal – cassez quelque chose, hurlez, faites aboyer le chien – attirez l'attention du voisinage.

Le principe psychologique : Un voleur opportuniste cherche une cible facile et silencieuse. Dès que ça devient compliqué, bruyant, risqué, il préfère généralement fuir plutôt que d'affronter.

4. Protéger le réseau d'échange collectivement

La veille collective organisée

La sécurité se renforce énormément en mutualisant les efforts avec votre réseau d'entraide.

Système de veille de quartier :

Organisez des tours de garde nocturnes entre membres du réseau – chaque foyer assure 2 heures de surveillance par nuit, en rotation.

La personne de garde observe discrètement depuis sa fenêtre et alerte les autres via radio ou téléphone si elle détecte une intrusion ou un rôdeur suspect.

Même sans patrouilles actives, le simple fait que des gens soient éveillés et attentifs dissuade énormément.

Le partage d'information sécuritaire

Créez un système d'alerte rapide au sein du réseau.

Exemples concrets :

"Trois individus inconnus rôdent près de la rue des Lilas ce soir, soyez vigilants."

"Un groupe armé contrôle le quartier sud, évitez absolument cette zone."

"La pharmacie a été pillée cette nuit, les voleurs sont peut-être encore dans le secteur."

Ces informations partagées rapidement permettent à chacun d'adapter son niveau de sécurité en temps réel.

La défense mutuelle

Si un membre du réseau est attaqué ou menacé, les autres peuvent intervenir rapidement.

Un groupe de 5 personnes alertées qui arrivent en renfort fait fuir la plupart des agresseurs isolés.

C'est l'avantage majeur du réseau : vous n'êtes jamais vraiment seul face au danger.

5. Gérer le stress et les conflits internes

Les erreurs humaines à éviter

Protéger ses ressources, ce n'est pas seulement se défendre contre les menaces externes, c'est aussi éviter les erreurs humaines internes qui vous fragilisent.

Dangers internes fréquents :

Un moment d'inattention fatal – vous laissez la porte ouverte 5 minutes.

Un membre du groupe qui trahit par jalousie la localisation de votre cache à des tiers.

Une dispute violente qui éclate au sein du réseau et fait voler la confiance en éclats.

Un enfant qui parle trop et révèle innocemment "Papa a plein de conserves dans le garage".

Maintenir la discipline et la cohésion

Maintenez une discipline collective basée sur des règles claires acceptées par tous.

Rappelez régulièrement les consignes de sécurité lors des réunions du réseau.

Gérez rapidement les tensions avant qu'elles ne dégénèrent – la médiation est essentielle.

La diplomatie envers la communauté élargie

Paradoxalement, protéger ses ressources passe aussi parfois par un peu de diplomatie et d'empathie calculée vis-à-vis de la communauté élargie hors réseau.

Le principe contre-intuitif :

Si le voisinage entier est en détresse désespérée et que votre groupe a un petit surplus visible, envisager de donner un peu (organiser une soupe populaire improvisée une fois par semaine, distribuer quelques conserves aux plus faibles) peut calmer les tensions collectives et éviter que tout le monde ne vous envie en secret.

Parfois, partager intelligemment 5% de son stock est plus sûr à long terme que de tout garder jalousement et attiser une jalousie collective qui pourrait mener à une attaque de masse.

En d'autres termes, la protection passe aussi par de la diplomatie sociale et de l'empathie stratégique, pas seulement par des serrures.

Attention : C'est un équilibre délicat. Donnez trop et on vous prendra pour une cible riche à piller. Ne donnez rien et on vous détestera. Trouvez le juste milieu selon votre situation.

Résumé des principes de protection

Sécurité passive discrète – renforcez portes, fenêtres, installez des obstacles naturels et de l'éclairage.

Répartition des stocks – plusieurs caches séparées, jamais tout au même endroit.

Fausse cache sacrificielle – pour satisfaire un voleur sans tout perdre.

Défense non-létale – spray au poivre, matraque, dissuasion verbale avant tout.

Veille collective – tours de garde et partage d'informations avec votre réseau.

Discipline interne – éviter les erreurs humaines, gérer les conflits rapidement.

Diplomatie sociale – partager stratégiquement un peu pour calmer les tensions collectives.

Key Takeaway final

En conclusion de ce chapitre sécuritaire, vous comprenez maintenant comment tenir les menaces à distance sans devenir vous-même une menace agressive.

En combinant intelligemment la fortification passive discrète, la ruse (fausses caches, compartimentage), la cohésion de groupe et

l'évitement maximal du conflit direct violent, vous pouvez traverser la crise sans affrontement armé catastrophique.

Le mantra final : Préparez-vous sérieusement à vous défendre si absolument nécessaire, mais faites tout votre possible pour n'avoir presque jamais à le faire réellement.

Ainsi, l'« épicier » restera sain et sauf derrière son comptoir improvisé, échangeant paisiblement ses biens avec son réseau de confiance, tandis que le « soldat » agressif qui cherche la bagarre permanente aura probablement déjà péri ou mis tout le monde contre lui.

La survie intelligente s'envisage autrement qu'en guerre de tous contre tous – elle se construit sur la prévoyance, la discrétion, la coopération et la défense passive.

Vous êtes maintenant armé – au sens figuré et parfois littéral – pour ne jamais être pris au dépourvu, tout en gardant votre humanité et en évitant de sombrer dans la violence gratuite.

L'épicier du chaos survit. Le soldat du chaos périt. Choisissez votre camp dès maintenant.

Conclusion générale du guide

Vous avez maintenant parcouru les sept chapitres essentiels pour devenir un « épicier » résilient plutôt qu'un « soldat » isolé.

Vous savez pourquoi le troc remplace la monnaie en crise, quels objets stocker en priorité, comment troquer en toute sécurité, comment passer inaperçu, où trouver des ressources en ville, comment créer un réseau solidaire, et comment protéger intelligemment ce que vous avez.

Le message final est simple : La préparation intelligente, la coopération équitable et la discrétion stratégique vous permettront de traverser les crises les plus dures en gardant votre dignité, votre humanité et votre vie.

Commencez dès aujourd'hui. Constituez vos premières réserves. Identifiez vos futurs alliés. Apprenez les bases du troc. Renforcez discrètement votre sécurité.

Car le jour où tout basculera, il sera trop tard pour se préparer. Mais si vous avez suivi ce guide, vous serez prêt.

Vous serez l'épicier que tout le quartier respecte et vient voir. Pas le soldat que tout le monde craint et finit par combattre.

Bonne chance, et que la résilience soit avec vous.