



PLAN

KIT DE SURVIE MAISON A MOINS DE 0 EUROS

Créer un kit de survie fonctionnel sans aucun achat, uniquement avec des objets déjà présents à la maison.



L'idée est de transformer ce que vous possédez déjà en ressources utiles en situation de crise (coupure d'électricité, confinement, évacuation rapide).

Terra Survie

Obligation d'évacuer.

Départ précipité.

Situations extrêmes.

Quand vous devez quitter votre domicile en urgence, vous n'avez ni le temps d'acheter du matériel, ni celui de réfléchir longuement à ce qu'il faut emporter. Chaque seconde compte, et chaque objet peut faire la différence. Pourtant, la majorité des personnes pensent qu'un kit de survie nécessite des équipements coûteux ou spécialisés. En réalité, tout ce dont vous avez besoin se trouve déjà chez vous encore faut-il savoir l'identifier, l'organiser et l'utiliser efficacement.

Ce plan va vous montrer comment constituer un kit de survie fonctionnel à partir de zéro euro, en exploitant uniquement les ressources disponibles dans votre environnement immédiat.



Mais :

- en hiver → thermique devient n°1
- en zone urbaine instable → sécurité n°1
- en évacuation rapide → mobilité n°1

POINT N°1 : Cadre stratégique : règle des priorités dynamiques

Contrairement à un plan basique, les priorités évoluent selon le contexte :

Ordre standard :

1. eau
2. thermique
3. sécurité
4. mobilité
5. alimentation

Objectif : identifier immédiatement ce qui peut être mobilisé sans achat.

Niveau expert = adapter en temps réel



POINT N°2 : Architecture du kit (Logique modulaire)

Ton sac doit être organisé en modules indépendants :

Module 1 : immédiat (≤ 10 secondes)

- eau
- briquet
- lumière

Module 2 : survie courte

- nourriture rapide
- protection thermique

Module 3 : support

- soins
- hygiène

Module 4 : adaptable

- objets multi-usages

**Avantage : accès
rapide +
reconfiguration
possible**





Systeme expert :

- **bouteilles pleines (consommation)**
- **bouteilles vides (recharge)**
- **tissu (pré-filtration)**
- **réceptacle chauffable (si possible)**

POINT N°3 : Gestion avancée de l'eau (approche multi-source)

Tu dois couvrir 3 besoins :

- boire
- transporter
- traiter

Techniques combinées :

- **décantation + filtration textile**
- **ébullition**
- **stockage différencié (propre / douteux)**

Règle : toujours anticiper la prochaine source



Tenir sans cuisiner

Organisation :

- "prêt à manger" (prioritaire)
- "à cuire" (secondaire)

Répartition :

- sucres rapides (biscuits)
- calories lourdes (riz, pâtes)
- conserves (protéines)

Manger peu mais régulièrement pour maintenir l'énergie.

POINT N°4 : Stratégie calorique intelligente

Objectif :

maximiser énergie / poids / simplicité

Structure :

- rapide : sucre (biscuits)
- stable : féculents
- durable : conserves



Gestion :

- fractionner les prises
- éviter digestion lourde en déplacement

Erreur amateur : manger trop d'un coup.





Détournement clé :

- sacs poubelles = barrière thermique + humidité

Niveau expert = gérer l'énergie du corps, pas seulement les vêtements

POINT N°5 : Thermique avancé (gestion du microclimat)

Principe :

le froid tue plus vite que la faim

Système en couches :

- couche 1 : vêtements secs
- couche 2 : isolation (pull)
- couche 3 : protection (sac plastique)



Tu dois gérer :

- chaleur corporelle
- humidité
- vent

Techniques :

- superposition de couches
- ventilation contrôlée (éviter transpiration)
- isolation du sol si arrêt



Outils :

- **objet défensif improvisé (outil, manche, etc.)**
- **positionnement (angles, sorties)**

La meilleure défense reste l'anticipation.

POINT N°6 : Sécurité passive et active

Passive :

- rester discret
- limiter lumière visible
- éviter bruit inutile

Active :

- outil simple (couteau cuisine)
- organisation mentale (anticipation)

**Règle principale :
discrétion > confrontation**

Comportement :

- éviter les zones exposées
- limiter lumière la nuit
- réduire bruit et visibilité





POINT N°7 : Kit de soins fonctionnel

Une blessure mal gérée = fin de mobilité.

Objectif :
gérer 90% des petits incidents

Composition :

- tissu propre → pansement
- savon → désinfection
- linge → compression



Priorités :

1. arrêter saignement
2. éviter infection
3. maintenir mobilité



Exemples :

- **bouteille :**
 - eau
 - stockage nourriture
 - outil de transport
- **vêtement :**
 - isolation
 - bandage
 - corde (torsion)
- **sac plastique :**
 - protection pluie
 - isolation thermique
 - stockage étanche



POINT N°8 : Exploitation maximale des objets

Chaque objet doit être pensé en chaîne d'usage.

Exemple :

bouteille plastique :

- eau → stockage → transport → outil → récupération pluie

vêtement :

- isolation → protection → filtre → corde

Logique :

1 objet = 3 usages
minimum

Sinon, il ne mérite pas sa
place.



~~Plan A~~

~~Plan B~~

~~Plan C~~

Plan mental :

- où aller ?
- par où passer ?
- combien de temps ?

Un kit sans plan = inutile.

POINT N°9 : Mobilité et évacuation

Règle :

tu dois pouvoir partir immédiatement

Préparation :

- sac toujours prêt
- chaussures accessibles
- vêtements adaptés à portée

Organisation recommandée :

- eau accessible rapidement
- nourriture regroupée
- éléments critiques en haut du sac

Mise en place :

- un seul emplacement dans la maison
- connu de tous

Test simple :

“Puis-je tout récupérer en moins de 1 minute ?”



POINT N°10 : Tests réels et adaptation

Simulation :

- départ en 1 minute
- marche avec le sac
- utilisation réelle des objets

Ajustements :

- supprimer inutile
- améliorer accès
- corriger oublis

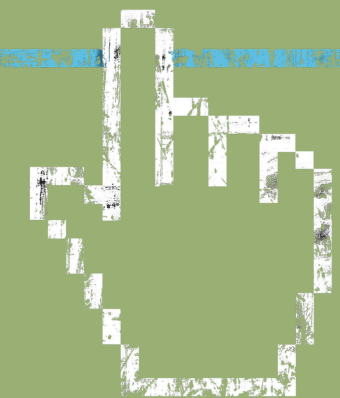
Fréquence :

- tous les 2-3 mois
- avant hiver / été

**Tester et améliorer
régulièrement
Un kit théorique ne
fonctionne jamais
parfaitement.**



TEST





Ceux qui survivent ne sont pas les plus forts mais ceux qui étaient prêts avant que tout bascule.

Terra Survie

contact@terrasurvie.fr

