



RÉSERVES DOMESTIQUES

S'assurer d'avoir suffisamment de réserves pour tenir quelques jours sans aide extérieure en fonction de vos besoins.



Boissons

- 9 litres d'eau par personne
- Lait UHT ou autres boissons



Aliments

- Riz, pâtes
- Huile ou autre corps gras
- Légumes ou fruits en conserve
- Farine et levure sèche
- Sel, sucre, café, thé
- Biscuit, chocolat
- Aliments pour bébé
- Nourriture pour les animaux



Hygiène

- Savon
- Papier de toilette
- Couches pour bébé



Pharmacie d'urgence

- Désinfectant
- Antidiarrhéiques, antidouleurs
- Thermomètre et médicaments personnels
- Pansements, bandes, pommades



Divers

- Bougies avec allumettes ou briquet
- Réchaud à gaz, alcool ou pâte combustible
- Radio portable et lampe de poche avec suffisamment de batteries de rechange
- Argent liquide en petites coupures