KitVital Liste officielle du kit d'urgence 72 h

Mon kit d'urgence 72 h

Ce que les autorités demandent de garder chez soi pour tenir 72 heures sans aide : cochez au fur et à mesure, puis rangez cette feuille avec le kit.

Pour un foyer de _____ personnes, soit au moins _____ litres d'eau (6 litres par personne).

	À avoir	Rangé où ? Quantité ?
☐	**Eau potable** au moins 6 litres par personne pour 3 jours	
☐	**Nourriture sans cuisson** pour 3 jours, facile à ouvrir	
☐	**Radio à piles ou autonome** pour suivre les consignes sans réseau	
☐	**Lampe et piles de rechange** la liste cite aussi bougies et allumettes ; nous conseillons plutôt une lampe	
☐	**Trousse de premiers secours** avec couverture de survie	
☐	**Médicaments habituels et ordonnances** quelques jours de traitement	
☐	**Copies des papiers** protégées de l'eau	
☐	**Chargeur ou batterie de téléphone** chargée et contrôlée	
☐	**Argent liquide** en petites coupures	
☐	**Double des clés et vêtements chauds** plus des lunettes de rechange	

Deux fois par an, je vérifie

- les dates de péremption de l'eau, de la nourriture et des médicaments ;
- les piles et la charge de la batterie ;
- que les copies des papiers sont à jour.

Prochaine vérification le : _____

Nos contacts

Un proche hors de la zone : _____

Notre point de rencontre : _____

Le médecin, la pharmacie : _____

Numéros d'urgence

112 Urgences, partout en Europe	**15** Urgence médicale (Samu)	**18** Pompiers	**114** Par SMS, personnes sourdes ou malentendantes

D'après Géorisques (« Mon kit d'urgence 72H ») et le guide « Tous responsables face aux risques » du SGDSN (novembre 2025).