



READY KATE · LISTE GRATUITE

Le kit 72 heures de Kate

Ce que le gouvernement recommande à chaque foyer d'avoir prêt en cas de coupure de courant, d'inondation ou de tempête. Cochez au fur et à mesure. Rangez tout ensemble, dans un sac facile à trouver.

Eau

- ☐ Eau potable en bouteilles pour chaque personne du foyer
- ☐ Un peu plus pour les biberons et les animaux

Combien ? Au moins 6 litres par personne pour 72 heures, soit 2 litres par jour.

Exemple : une famille de 4 = 24 litres.

Nourriture

- ☐ Nourriture non périssable, sans cuisson (conserves, biscuits, fruits secs)
- ☐ Ouvre-boîte et couteau multifonction
- ☐ Nourriture pour les animaux

Lumière et énergie

- ☐ Radio à piles, avec piles de rechange (pour suivre les consignes des autorités)
- ☐ Lampe de poche, avec piles de rechange
- ☐ Bougies, briquet ou allumettes
- ☐ Chargeur ou batterie externe pour le téléphone

Santé

- ☐ Trousse de premiers secours (pansements, compresses, désinfectant)
- ☐ Vos médicaments habituels
- ☐ Lunettes de secours
- ☐ Couches et lingettes pour les petits

Chaleur et confort

- ☐ Vêtements chauds pour chacun
- ☐ Couverture de survie
- ☐ Jeux pour occuper le temps

Papiers et argent

- ☐ Photocopies des papiers importants (dans une pochette étanche)
- ☐ Argent liquide
- ☐ Double des clés de la maison et de la voiture
- ☐ Numéros utiles notés sur papier

112

Numéro d'urgence européen. Gratuit, depuis n'importe quel téléphone.

15 · 18

SAMU (15) et pompiers (18). Gratuits.

FR-Alert

Les alertes officielles arrivent directement sur votre téléphone. Rien à installer.

Il vous manque quelque chose ? Pas d'inquiétude. Ajoutez simplement deux choses par semaine à vos courses. En un mois, votre famille est prête. Plus de conseils de Kate sur readykate.com/fr.