

# COMMENT SE PREPARER ?

## Quand la Résilience rejoint la Résistance

Bonjour,

Je ne suis pas collapsologue, et je n'attends pas d'événements sombres avec plaisir.

Depuis très longtemps, j'ai surtout conscience que l'humanité va être confrontée à un événement d'une dimension biblique. Je n'ai pas pu m'y préparer aussi bien que je le souhaitais, mais j'ai néanmoins réussi à prendre quelques mesures pour pouvoir affronter cette tempête en étant **un peu plus serein**. Je vous fournis ici des infos, un peu en vrac, qui ne demandent qu'une seule chose : si vous considérez ce document comme intéressant, partagez-le un maximum, n'hésitez pas à me contacter (Mon contact est indiqué à la fin du document) que ce soit pour rectifier une erreur ou apporter des informations complémentaires.

Unis, nous pourrons vaincre la Bête.

Pour résister, il faut être pragmatique, organisé, comprendre ses propres limites et se protéger.

Quand les pompiers arrivent sur le lieu d'un accident, que font-ils en premier ?

**Ils mettent en place tous les moyens pour se protéger, et ce afin d'intervenir et sauver les victimes de l'accident.**

Il s'agit donc de la première règle à suivre. Se protéger, se préparer, **anticiper**, pour mieux affronter l'adversité, et ainsi pouvoir peut-être aider d'autres personnes.

La majorité des gens ne comprennent pas à l'heure actuelle que nous sommes rentrés dans un processus qui doit durer longtemps, une dizaine d'années, si tout se passe comme le veut la caste globaliste. Ce projet est une prise de contrôle de tout ce qui existe et vit sur Terre. Il s'agit de l'agenda 21 et l'agenda 2030 (combiné au Grand Reset de Klaus Schwab), que dénonçait avec bravoure Rosa Koire, assassinée le 31 mai dernier. <https://odysee.com/@Miniver:4/greaterreset:2>

Afin de réaliser leur projet, la caste a mis au point de nombreux événements qui doivent se dérouler au fur et à mesure. Cyberattaques mettant à mal l'internet et le réseau électrique, pénuries alimentaires, effondrement bancaire, restrictions en tout genre, arrêt des moyens de communication, nouvelle pandémie, obligation « vaccinale » répétée (30 doses prévues pour chaque français), tout cela est devant nous !

Nous ne savons pas exactement dans quel ordre ces événements auront lieu, quand, où, durant combien de temps, à quelle puissance, etc. Tout est possible !

Nous savons en revanche, que tout est contre nous, nous les peuples de tous les pays. Alors, nous devons nous unir, tous avec nos différences... de couleurs, de religions, de classes sociales, etc. Ne cherchez pas un sauveur, ne cherchez pas un pays, ce que vous devez trouver c'est cette force en vous-même, en fait, vous devez trouver l'être responsable et autonome qui est en vous !

Pour s'assurer un maximum de sécurité, il faut diversifier ses possibilités de résistance :

### 1/ Alimentation :

Ne comptez pas sur le gouvernement pour vous nourrir en cas d'effondrement!

Un peu d'histoire : Lorsque le Covid est arrivé en France, les français ont été choqués de découvrir que les stocks de masques avaient été (intentionnellement) détruits et, pour le gel hydro-alcoolique, n'en parlons pas !

A la question posée par une journaliste sur les réserves stratégiques alimentaires, le gouvernement a répondu « aucun problème ». Pourtant, dès le lendemain, la Présidente de la FNSEA envoyait un mot très clair au gouvernement via l'Usine Nouvelle : <https://www.usinenouvelle.com/article/covid-19-la-france-n-a-pas-de-stocks-alimentaires-strategiques-previent-christiane-lambert-la-patronne-de-la-fnsea.N940176>

Deux jours après, les usines agro-alimentaires recevaient un courrier du gouvernement les poussant à produire plus qu'à l'accoutumée, ce qu'elles firent. Il s'avère, qu'une partie de cette surproduction fut en partie détruite dans un second temps ! Mais comprenez, qu'à ce moment de l'agenda, le gouvernement devait réagir et fournir le nécessaire. Cependant, imaginez maintenant qu'il fasse tout l'opposé ! Les magasins ne font plus de stock, les supermarchés ont seulement de quoi fournir de l'alimentation pour 48 heures.

Alors ne comptez que sur vous-même : Selon certains résistants, comme Jean-Jacques Crèveœur, il faut faire des stocks alimentaires pour au minimum 6 mois. Nous savons via la très bonne chaîne youtube américaine Ice Age Farmer de Christian Westbrook, que se prépare actuellement une famine mondiale. Comme il l'explique, preuve à l'appui, elle est totalement organisée, on pourrait dire totalement artificielle. <https://www.youtube.com/c/IceAgeFarmer/videos>

Traduction ici en français : <https://infovf.com/video/documentaire-famine-globale-partie--9733.html>

Il est important de prendre en considération les points suivants pour vos stocks :

- N'acheter que des produits que vous aimez,
- Essayez d'équilibrer et diversifier la nourriture stockée,
- Pensez à avoir en stock des produits qui n'ont pas besoin d'être cuits,
- Toujours avoir du chocolat, des douceurs, mais évitez ce qui est au beurre car cela rancit vite,
- Faites tourner le stock, (consommez en premier les produits dont les dates de péremption sont les plus proches),
- Essayez d'avoir plus que moins,
- Ayez des petits conditionnements pour pouvoir faire éventuellement du troc.
- Faites attention avec les rongeurs et insectes parasites, prévoir des boîtes bien hermétiques,
- Ne vous fiez pas aux dates de péremption pour les pâtes et de nombreux autres produits qui restent consommables longtemps après.

N'oubliez pas vos compagnons (chats, chiens, NAC, etc.) Il faut également et impérativement faire des stocks pour eux. Les chiens peuvent se nourrir de nos restes de cuisine, mais pas les chats. Prévoir un stock suffisant pour ne pas avoir à s'angoisser sur leur sort.

## 2/ Eau :

L'eau, c'est la vie. Nous le savons tous... Il faut impérativement stocker de l'eau, ce qui n'est pas facile. Même si vous avez un puits, on ne sait jamais, il faut stocker.

- Des packs d'eau\*, ou, mieux car prenant moins de place des bouteilles ou bidons de 5 ou 8 litres\* (cela limite également la quantité importante de plastique)
- Equipez-vous d'un filtre à gravité (il fonctionne en totale autonomie) British Berkefeld <https://www.aqua-techniques.fr/> ou Berkey <https://www.berkeyexpert.fr/>

### **Ayez des cartouches supplémentaires en stock.**

Un autre modèle existe, peu connu en France, l'ecofiltro guatémaltèque : <https://www.ecofiltro.com.gt/en>

- Avoir également des pastilles de Micropur est une bonne idée,
- Et un filtre manuel Katadyn est une autre option (Il existe d'autres filtres pour la randonnée). Le Katadyn est considéré comme le meilleur car utilisé par l'armée suisse.



Si vous avez la possibilité, installer un récupérateur d'eau, faites-le.

Pour le jardin, une ou plusieurs tonnes à eau est idéal.

Sur un balcon, vous pouvez installer un petit récupérateur d'eau de 100 litres, il existe des modèles mini comme celui-ci en photo :



L'eau de pluie est buvable une fois passée dans un filtre à gravité :

<https://www.youtube.com/watch?v=9ooBy1MuVoE>

\* Les bouteilles d'eau une fois vides peuvent servir dans le cadre de la permaculture comme mini serre, ou comme godets. Ne les jetez pas !

### **3/ Permaculture :**

Si vous avez un jardin ou un balcon, il est temps de vous mettre à la permaculture !

L'autonomie passe par là. Mais attention, ne faites pas l'erreur d'acheter des plants F1 (non reproductibles), il en va de même pour les semences : toujours acheter des graines reproductibles, sinon vous serez vite coincé après la première récolte.

Si vous avez la possibilité d'installer une serre, faites-le au plus vite !

Achetez des livres qui pourront vous guider, et téléchargez un maximum de vidéos sur des chaînes Youtube consacrées à ce sujet, en voici 4, mais il y en a bien d'autres qui peuvent vous être utiles :

<https://www.youtube.com/user/permacultureetc>

<https://www.youtube.com/channel/UC3-gwlrYQi5Q3t00Tyr2tmQ>

<https://www.youtube.com/user/abrahami>

<https://www.youtube.com/channel/UC9Q8WeyCb3yxySC3P3mGpBw>

Une chaîne pour découvrir les ressources de la nature à côté de chez vous :

<https://www.youtube.com/c/LeChemindelaNature-LaCha%C3%A9ne/videos>

Un potager sur un balcon :

<https://www.youtube.com/watch?v=kMJeNA-CEgA>

N'oubliez pas d'acquérir tout le matériel nécessaire : les outils, les pots, les godets, du terreau, etc.

et évidemment des semences de qualité :

Kokopelli : <https://kokopelli-semences.fr/fr/>

Graines del pais : <https://www.grainesdelpais.com/>

Germinance : <https://www.germinance.com/>

Pour les arbres, arbustes, plants : <https://www.promessedefleurs.com/>

Certains ont remarqué cette année des difficultés d'approvisionnement en terreaux, en bois, etc.

Quelques infos supplémentaires :

[https://www.doc-developpement-durable.org/documents-agronomiques/forets-nourricieres\\_climat-tempere.pdf](https://www.doc-developpement-durable.org/documents-agronomiques/forets-nourricieres_climat-tempere.pdf)

<https://www.laforetnourriciere.org/>

#### **4/ Electricité :**

En cas de coupure d'électricité, on se rend vite compte de notre dépendance à ce confort. Il faut reconstruire sa vie autrement si cela dure. Et là, on constate comment nombre de matériels que nous utilisons quotidiennement deviennent soudainement et totalement inutilisables.

Si vous avez les moyens, faites-vous installer des panneaux solaires, mais je vous conseille de ne pas les raccorder au réseau. Renseignez-vous auprès d'un spécialiste en lui précisant bien que vous souhaitez une installation **indépendante, autonome**.

Vous pouvez faire également une installation légère, comme celle utilisée sur les camping-cars, pour lesquels des kits existent. [https://www.myshop-solaire.com/kits-par-taille-r\\_906.html](https://www.myshop-solaire.com/kits-par-taille-r_906.html)

Ou encore avoir de petits panneaux avec un générateur électrique portable comme celui de la marque Litonite (sur Amazon uniquement) ou l'Ecoflow plus puissant.



Il est également intéressant d'avoir des panneaux photovoltaïques pliables, et un ou plusieurs powerbanks. Ces petites batteries peuvent bien dépanner et souvent servir de lampe torche.



Si vous achetez plusieurs powerbanks, évitez de prendre le même modèle. Une mauvaise série et vous risquez de ne pas les utiliser longtemps ! De préférence, en prendre avec chargeur solaire intégré.

## **5/ Chauffage :**

Si possible diversifiez vos sources de chaleur. Si vous avez une cheminée ou un poêle à bois\*, impeccable, faites votre stock de bois pour l'hiver maintenant.

\* Attention, ceux à pellets nécessitent de l'électricité au démarrage.

Avoir un chauffage d'appoint avec des bombones de gaz est une sécurité supplémentaire (attention à la durée de validité du tuyau)



Il y a également les chauffages d'appoint au pétrole.

Il existe des techniques pour se faire des petits réchauds en utilisant des canettes de soda, ou des pots en terre cuite. Cependant certaines vidéos montrent que les résultats ne sont pas à la hauteur des espérances.

## 6/ Cuisine :

Si vous n'êtes pas autonome de ce côté, il existe plusieurs alternatives pour pouvoir continuer à cuire ou réchauffer ses aliments. En revanche, éviter les plats qui demandent des cuissons longues.

Voici un outil très efficace : le réchaud à cartouche de gaz ! Assez sécurisé, peu cher, efficace. Avec une bonne réserve de cartouches, vous pourrez cuisiner sans problème.



Vous pouvez également vous équiper d'un rocket Stove, utilisable sur un balcon ou dans le jardin. Certains s'aventurent à l'utiliser en intérieur (au-dessus d'une hotte) mais ce n'est pas recommandé.



Evidemment, en été, il y a le plaisir du barbecue, mais attention, il vous faut un stock de charbon de bois.

## 7/ Eclairage

Evidemment, vous pouvez acheter des bougies, c'est toujours bien d'en avoir mais attention aux risques d'incendies et en réalité cela n'éclaire que très peu.

Pour avoir un éclairage suffisant, voici une solution peu couteuse et très efficace :



[https://www.amazon.fr/GreeSuit-aliment%C3%A9-projecteur-portative-ext%C3%A9rieure/dp/B074W4RDWQ/ref=sr\\_1\\_34?dchild=1&keywords=Jirvyuk&qid=1624398196&sr=8-34](https://www.amazon.fr/GreeSuit-aliment%C3%A9-projecteur-portative-ext%C3%A9rieure/dp/B074W4RDWQ/ref=sr_1_34?dchild=1&keywords=Jirvyuk&qid=1624398196&sr=8-34)

<https://www.solairepratique.com/eclairage-interieur-solaire-c102x3974340>

Concernant les lampes torches led (peu chère) : celles-ci sont à présent assez connues. Hyperpuissantes, on les trouve à des tarifs très compétitifs sur Amazon, Cdiscount, etc. Prendre de préférence celles qui fonctionnent avec des piles rechargeables 18650 et qui sont équipées d'une tête d'attaque (cela peut être utile en cas d'agression).



Attention à ne pas envoyer le rayon lumineux directement dans les yeux d'une personne ou d'un animal, sauf évidemment pour éblouir un agresseur. Faites attention avec les enfants.

Pour les piles classiques (AA, AAA, etc.) On notera également qu'il est important d'en avoir en stock. Je vous conseille les piles rechargeables **Eneloop** qui sont de grande qualité, elles durent longtemps, et sont très économiques. Acheter un chargeur rapide qui s'occupera aussi bien de vos piles AA, AAA que des batteries 18650 et d'autres piles encore.

Pensez toujours à vérifier la connectique (USB ?) pour brancher vos outils (tel que le chargeur de piles) sur les panneaux solaires.



## 8/ Hygiène

Si jamais, il y a un arrêt de fonctionnement des services publics, vous devez penser à l'absence de passages des éboueurs, il faut prévoir comment ne pas être embarrassé avec les déchets et les risques inhérents. Si vous avez un jardin, tous les déchets alimentaires peuvent être enterrés directement dans la terre, ce sera un apport nourricier. Evitez néanmoins les agrumes.

En revanche, oubliez les plastiques et boîtes de conserves, ainsi que certains cartons. Avoir en stock de grands sacs poubelles, mais aussi de la Javel.

Parlons WC !

Enlevez dès à présent tous les produits d'entretien du réservoir de vos toilettes. Arrêtez l'usage des tablettes désinfectantes, en cas de coupure d'électricité, vous avez ici un peu d'eau, et il faut que vous puissiez la récupérer à tout moment.

Si l'électricité ne revient pas rapidement, le réservoir de vos toilettes risque de ne plus se remplir. Il faut dès lors éviter les catastrophes, donc ne plus utiliser les toilettes à l'intérieur de la maison. Si vous avez la possibilité, installez des toilettes sèches. Si vos moyens sont limités, achetez un toilette de camping que vous disposerez dans un endroit adapté, ou dans un abri de jardin. Vous pouvez utiliser des cendres, du sable, encore mieux de la litière pour chats ou idéalement de la sciure afin de recouvrir les déjections. Celles-ci devront être jetées dans un endroit adapté à définir.



Toujours dans le matériel de camping, on trouve de nombreuses alternatives intéressantes pour conserver un certain confort, ainsi vous pouvez vous équiper d'un évier portable. L'eau sale pourra être réutilisée pour arroser vos plantes si vous n'utilisez pas de produits chimiques pour vous laver les mains.

On trouve également des (sacs) douches portables, amusant en été pour les enfants. En hiver, vous pourrez la fixer sur la barre de votre douche de salle de bain.

Faire un stock de savon est important, mais éviter les produits parfumés. Le savon de Marseille est une très bonne option car il peut être utilisé pour laver des vêtements.

N'oubliez pas que votre machine à laver risque de ne pas tourner pendant un bon moment surtout qu'elle demande beaucoup d'énergie électrique et d'eau. Achetez suffisamment de bassines, c'est toujours utile.

Mais également de sopalin, de papier toilettes (même si cela fait rire certains, il s'agit d'un confort et cela aide niveau moral), de mouchoirs papiers, de coton, de pansements, etc.



**Si vous n'en avez pas, il faut impérativement vous constituer une trousse de secours.**

## 9/ Vêtements/ Chaussures

Très important : les chaussettes ! **C'est le vêtement qui s'usent le plus vite, et que l'on trouve très difficilement quand tout va mal.**

En deuxième, prévoir également un nombre suffisant de culottes/slips, il est très rare de trouver ce genre de sous-vêtements dans les friperies ou dans le cadre d'un troc !

Prévoir des tenues vestimentaires pour tous les temps. Il est fort probable que les hivers à venir soient plus rudes. Prévoir des vêtements adaptés pour les enfants alors qu'ils grandissent.

Bottes en caoutchouc, des gants, des bonnets, écharpes, etc. Tout ce qui protège !

Important : Avoir des chaussures **confortables**.

Pour info :

En cas de garde à vue ou lorsque l'on est convoqué dans un commissariat : il est capital d'avoir toujours une paire de chaussures qui ne nécessite pas de lacets. Il est important de comprendre que les lacets sont enlevés ainsi que la ceinture du pantalon en cas d'arrestation. Se retrouver avec des chaussures qui ne tiennent pas aux pieds et/ou un pantalon qui tombe est psychologiquement difficile (voire ressenti comme une humiliation) surtout quand on est déjà en état de choc. Se préparer vestimentairement à ce genre de choses, c'est également se renforcer psychologiquement.

## **10/ Communication – Soutien & Psychologie**

Lors de la guerre en Yougoslavie, ceux qui étaient seuls ne pouvaient résister. Ils s'écroulaient. Il est capital de recréer des liens familiaux, affectifs, amicaux, locaux, se recréer un réseau de personnes ayant la même sensibilité. C'est maintenant qu'il faut le faire avant qu'éventuellement tous les moyens de communication ne s'éteignent. **Echangez vos adresses physiques**, et pas uniquement vos numéros de portable ou emails.

Votre smartphone risque de ne plus servir si jamais Cyberpolygon est activé.

Qu'est-ce que Cyberpolygon : <https://cyberpolygon.com/>  
<https://www.youtube.com/watch?v=2w2mja3RVxU>  
<https://www.kla.tv/index.php?a=showlanguage&lang=fr&id=19363&date=2021-07-24>

Même les données dans votre smartphone qui sont dedans risquent de ne plus être accessibles. Cyberpolygon est censé être une attaque informatique. Actuellement on voit de plus en plus d'entreprises être victimes de cyberattaques qui les paralysent complètement : blocage de l'accès aux données, effacement de celles-ci. Recopier tout sur des disques durs, clefs USB ou smartphones, tablettes **qui ne sont pas connectés au net** peut être une solution mais idéalement **conservez une version papier** pour être sûr de ne pas les voir disparaître avec un virus.

Concernant les smartphones, on notera qu'il existe en France une société qui vous en propose sans mouchards et sans pub : <https://iode.tech/>

Toutefois, peut-être le seul moyen de communication qui tiendra (je n'ai pas eu le temps de l'étudier, j'espère que certains pourront apporter des conseils avisés sur ce sujet) : la CB !  
<https://www.youtube.com/watch?v=eAE6Wm5dp3A>

A côté de cela, écouter de la musique en 432 Hertz, surtout le Canon de Pachelbel qui est le morceau de musique le plus sain pour la santé. Idéalement l'écouter une fois par jour.

<https://www.youtube.com/watch?v=J6CC8Ld4CqE>  
<https://www.youtube.com/channel/UC7kPqoqGEQuUNT6xQFvAJX6g/videos>

Pour les enfants, il est important d'avoir des jeux de société. Si vous avez un jardin, ce sera le moment de leur faire découvrir la nature. Le soir, peut-être rencontrer des hérissons et bien d'autres animaux comme des belettes !

En journée, le chant des oiseaux à identifier avec une application comme «identification des oiseaux» sur Android (tant que nos smartphones fonctionnent)

Et pour découvrir l'astronomie, il y a juste besoin de lever la tête, s'aider de quelques ouvrages ou de très belles applications comme Star Walk (sur Android).

Avoir des livres, sur de nombreux sujets, pour les petits et les grands. En fait, retourner aux fondamentaux.

## 11/ Santé

Faites si possible des stocks des médicaments et/ou produits naturels que vous utilisez.

La FDA a établi une liste de plusieurs centaines de « produits dangereux » qu'ils sont en train de remettre en question ou peut-être bientôt faire disparaître. Faut-il se rappeler de Buzyn et la célèbre toxicité de l'hydroxychloroquine !?

Parmi les produits qui sont sur cette liste\*, on y retrouve : Graine d'anis, Ginkgo Biloba, certaines huiles essentielles, l'acide pantothénique (Vitamine B5), et bien d'autres.

Il faut savoir que le projet abominable de l'ONU prévoit la disparition de toutes les médecines alternatives, et même des vitamines !

Voici quelques adresses pour ces produits :

Vitamine C, D, Zinc, etc. <https://www.phytonut.com/>  
(De préférence, prendre des vitamines liposomales)

Huiles essentielles, hydrolats : <https://www.aroma-zone.com/>  
<http://www.fermedesaussac.fr/>

Argent colloïdal : <https://laboratoire-suisse.net/>

Artemisia Annuia sous toutes ces formes : <https://yvettebernard.fr/486-artemisia-annua>

Le Phytobocaz est trouvable ici : <https://www.christiandemontaguere.com/3715-phytobokaz>

Certains sites sur internet vendent de l'hydroxychloroquine, de l'Ivermectine et d'autres produits (mais comment être sûr qu'il ne s'agit pas d'un produit frauduleux !!!) :  
<https://lasante-pharmacie.com/>

A propos du Sars-Cov2, voici une information peu entendue en France, pourtant l'usage de la Povidone (Bétadine) est conseillé par de nombreux médecins :  
[https://www.youtube.com/watch?v=VNFJ\\_IPwZ-g](https://www.youtube.com/watch?v=VNFJ_IPwZ-g)

N'oubliez pas d'avoir un stock de brosses à dents, ou mieux utiliser des tiges de Siwak. Eviter les dentifrices fluorés. (Avec le Siwak, plus besoin de dentifrice !)  
<https://fr.wikihow.com/utiliser-le-siwak>

Et n'oubliez pas de faire 15 minutes par jour de grounding pour vous reconnecter à la Terre. Voir le documentaire sur la mise à la Terre: <https://www.youtube.com/watch?v=44ddtR0XDVU>

Concernant les animaux domestiques : n'oubliez pas d'avoir en stock des antipuces/anti-tiques et vermifuges. De plus, les animaux étant de vraies éponges à émotions, ils ressentent nos stress, alors aidez-les avec du Zylkène. Vous pouvez également utiliser un diffuseur (ou spray) PetsCool.

\* Liste fournie sur simple demande.

## 12/ Divers points :

- Vous avez compris que le système bancaire va s'arrêter, et vos comptes risquent d'être vidés. Peut-être au mieux, votre argent sera modifié et transformé en Euro digital qui aura la valeur qu'ils voudront bien lui donner. Aujourd'hui, vider son compte bancaire est quasiment impossible. Allez à la banque et demandez à retirer plus de 1000 euros ; il vous faudra 24 à 48h pour les obtenir et vous aurez à vous justifier. Savez-vous que dans le sens inverse, si vous déposez plus de 1000 euros sur votre compte, vous êtes signalé à Tracfin ! Donc il est temps de dépenser vos sous pour ce qui peut vous être utile et vous aider à traverser cette période difficile. D'autant plus que l'inflation a commencé et nous fonçons vers l'hyperinflation, ce qui veut dire que votre argent ne vaudra bientôt plus rien.

En revanche, demain, un paquet de riz pourrait bien valoir une fortune, voire vous sauver, si famine il y a.

Voici quelques infos supplémentaires en vrac :

- Avoir des espèces. L'argent liquide sera utile, on ne sait pas combien de temps, mais il est clair que les personnes qui n'en n'auront pas se trouveront fort dépourvues devant des DAB éteints ou vidés. Des petites coupures (5, 10, 20 euros de préférence).
- Avoir un petit stock d'essence pour votre véhicule. Si vous roulez avec du sans plomb, stockez de préférence du 98. Plus le taux d'octane est élevé mieux l'essence se conserve... mais attention, pas plus de 3 mois seulement !
- Toujours avoir un stock d'allumettes (idéalement résistantes à l'eau) et de briquets (c'était ce qu'il fallait avoir pendant la guerre en Yougoslavie)
- Faire toutes les réparations sur vos véhicules maintenant ; des rumeurs de pénurie sur les pneus circulent. Et ayez toujours le réservoir plein dans votre véhicule.
- Pareil pour les vélos, et avoir un vélo peut être d'une grande utilité si coupure d'électricité... car les pompes à essence ne fonctionneront plus, votre voiture restera au garage.
- Faire un sac EDC (sac d'évacuation et de survie), pour ceux qui ne connaissent pas ce principe : <https://la-debrouille.fr/comment-faire-son-every-day-carry-edc>
- Imaginer et organiser un plan B si jamais vous devez quitter d'urgence votre lieu de vie.
- Rassembler des photocopies de vos papiers d'identité, permis de conduire, de toutes les documents importants.
- Si vous devez faire des soins de santé, faites-les au plus vite. Dentiste, lunettes, etc.

### **13/ Des ressources :**

Quelques liens pour étudier plus amplement tous ces sujets :

(Cette rubrique va augmenter au fur et à mesure des versions de ce document.)

<https://nopanic.fr/>

<https://www.resilience-urbaine.com/>

<https://la-debrouille.fr/>

<https://www.youtube.com/user/infodegeek>

<https://www.youtube.com/watch?v=6m6i5ExQbr4>

**Loin de vouloir vous faire peur, le but de ce document n'est pas d'être anxiogène, mais de vous fournir les éléments de base pour vous préparer afin d'être plus serein devant les risques potentiels à venir. Vous connaissez tous le dicton : un homme avertit en vaut deux. Vous savez également qu'une majorité de personnes vont se retrouver en panique, il vaut mieux éviter d'en faire partie ! Etre chez soi, organisé, au calme, permet de se recentrer, d'être plus à l'écoute de ses proches et de soi-même, mais aussi de se préparer spirituellement et c'est sincèrement le plus important dans des moments difficiles.**

**Néanmoins, ne perdez de temps. Tout est en train de s'accélérer. Des menaces de blocage du pays circulent aux alentours du 15 août, et tel un effet domino, cela pourrait nous entraîner vers la pénurie alimentaire.**

**Alors préparez-vous rapidement afin d'être plus serein ! Anticiper est le maître mot.**

Si vous désirez contribuer à l'amélioration de ce document à diffuser partout, vous pouvez me contacter à l'adresse email (cryptée) suivante : [canonpachelbel@protonmail.ch](mailto:canonpachelbel@protonmail.ch)

Ce document est libre de diffusion, il est informatif, et n'a pas vocation à être la réponse à tous les problèmes. Chacun gère à sa manière, et je ne peux être tenu responsable de quoi que ce soit.