

Checklist — Pénuries

Se préparer

- ☐ Eau — Assurer l'accès à l'eau potable indépendamment des rayons vides.
- ☐ Alimentation — Tenir plusieurs semaines grâce à une réserve constituée en amont.
- ☐ Santé — Ne pas manquer de médicaments courants ou de traitements indispensables.
- ☐ Cuisiner sans électricité — Continuer à préparer des repas si le gaz ou l'électricité viennent aussi à manquer.
- ☐ Hygiène — Maintenir les gestes d'hygiène de base malgré les ruptures de stock.
- ☐ Mobilité — Limiter l'impact d'une pénurie de carburant sur les déplacements essentiels.

Agir

AVANT

- Constituer progressivement une réserve d'eau, de nourriture et de produits d'hygiène.
- Prévoir une petite avance pour les médicaments indispensables.
- Organiser les stocks en consommant les produits les plus anciens en priorité.
- Maintenir le réservoir du véhicule suffisamment rempli si son utilisation est indispensable.

PENDANT

- Rester calme et limiter les achats au strict nécessaire.
- Utiliser les réserves en priorité et adapter les repas aux produits disponibles.
- Suivre les informations officielles concernant les restrictions éventuelles.
- Éviter les achats de panique et les rumeurs.

APRÈS

- Reconstituer progressivement les réserves utilisées.
- Vérifier les dates et remplacer les produits arrivant à échéance.
- Ajuster les quantités stockées selon l'expérience vécue.
- Mettre à jour la liste des produits essentiels du foyer.