Fiche Répertoire des Sources & Kit d'Urgence

Récapitulatif interactif et structuré des 14 sources (Vidéos & Guides Visuels du Kit de Survie)

Présentation du document : Cette fiche répertorie l'ensemble des 14 sources constituant le notebook *Kit d'urgence et de survie*. Elle regroupe les 6 émissions vidéo d'Antoine CUTTITTA (alertes EBS, déroulement d'un blackout, bases autonomes) ainsi que les 8 infographies et photographies décrivant le kit de secours de 72 heures.

1. Émissions & Vidéos (Chaîne Antoine CUTTITTA)

Tableau des 6 sources vidéo avec intitulés officiels, thèmes clés et référence du média :

N°	Titre de la Vidéo Source	Média / Auteur	Thèmes & Synthèse du Contenu	Référence & Accès
1	Alerte EBS le 17 novembre et recommandations internationales	Vidéo / Antoine CUTTITTA	Annonce d'essais d'urgence EBS sur télévisions et radios. Recommandations de réserves d'urgence (3 à 7 jours) énumérées dans 23 pays.	Source Vidéo (Antoine CUTTITTA)
2	Comment se déroule un blackout en étapes	Vidéo / Antoine CUTTITTA	Présentation des 4 phases : 1. Crise initiale, 2. Interruption des réseaux médias, 3. Diffusion d'urgence EBS 72h, 4. Phase de stabilisation.	Source Vidéo (Antoine CUTTITTA)
3	Que faire en cas de blackout : liste de base	Vidéo / Antoine CUTTITTA	Recommandations de base : 3L d'eau/pers/jour, nourriture sans cuisson, radio à manivelle, piles, argent liquide et trousse de premiers secours.	Source Vidéo (Antoine CUTTITTA)
4	Le Pentagone prépare des bases autonomes face au risque de blackout	Vidéo / Antoine CUTTITTA	Plan 'Fortress' du Pentagone (autonomie de 90 jours sans apport externe) et préconisations des autorités de défense britanniques.	Source Vidéo (Antoine CUTTITTA)
5	Douze attaques de l'État profond en quatre jours avant les mi■terms	Vidéo / Antoine CUTTITTA	Analyse de la conjoncture politique, médiatique et des tensions institutionnelles précédant les échéances électorales.	Source Vidéo (Antoine CUTTITTA)
6	Appel à l'unité : Rien ne peut arrêter ce qui vient	Vidéo / Antoine CUTTITTA	Message de résilience collective, d'entraide communautaire (Anon), de vigilance d'information et de préparation spirituelle et matérielle.	Source Vidéo (Antoine CUTTITTA)

2. Fiches Visuelles & Infographies (Kit de Secours)

Présentation des 8 guides visuels décrivant le matériel d'urgence et d'autonomie :

N°	Intitulé de la Fiche Visuelle	Type de Média	Contenu Visuel & Matériel Clé	Usage / Cible
7	Fiche Infographie - Je constitue mon kit d'urgence	Infographie officielle	3 principes clés (Boire/Manger, Avoir chaud, Se soigner) et illustration du sac d'évacuation 72h.	Guide de départ 72h
8	Guide Visuel - 72 Godziny (72 Heures)	Photo d'inventaire	Layout 72h : Bouteilles d'eau 1L, conserves alimentaires, kit médical compact, lampe frontale, piles.	Module 72h autonome

N°	Intitulé de la Fiche Visuelle	Type de Média	Contenu Visuel & Matériel Clé	Usage / Cible
9	Inventaire d'autonomie sur comptoir	Photo d'inventaire	Stockage domicile : Packs d'eau potable, conserves (thon, haricots), trousse First Aid, argent liquide, pochette documents.	Réserves domicile
10	Équipements de crise et de secours	Photo d'équipement	Matériel : Couvertures chaudes, papier hygiénique, torche LED, powerbank, sifflet d'alerte, couteau multifonction, cash.	Équipements de crise
11	Radio d'urgence autonome solaire et dynamo	Focus produit	Radio d'urgence : Dynamo à manivelle, panneau solaire, récepteur AM/FM/SW, lampe torche et port de charge USB.	Information autonome
12	Configuration Sac à dos Vanaheimr	Photo sac de survie	Sac à dos Vanaheimr : Panneau solaire pliable, paille de filtration d'eau, couvertures thermiques et trousse de soins.	Bug-out Bag portable
13	Sac d'évacuation nomade compartimenté	Photo kit nomade	Sac d'évacuation : Pharmacie de secours, gourdes d'eau, pochette étanche pour papiers et pièces d'identité.	Kit nomade d'urgence
14	Table de réserves alimentaires et d'urgence	Photo d'ensemble	Stock d'urgence : Conserves alimentaires, pâtes sèches, bouteilles d'eau, radio portable d'urgence, torche et piles.	Stockage alimentaire

3. Check-list Synthétique des Équipements du Kit de Survie (72h)

Synthèse transversale des matériels et consommables préconisés à travers les 14 sources :

Catégorie	Composants Recommandés	Recommandation des Sources
Hydratation	• Eau potable : 3L par personne / jour (réserve 3 à 7 jours) • Paille filtrante ou gourde avec filtre à eau (Vanaheimr)	Priorité n°1. Prévoir des gourdes légères et des bouteilles scellées.
Alimentation	• Conserves ne nécessitant pas de cuisson (thon, haricots) • Barres énergétiques, fruits secs, nourriture bébé • Ouvre-boîte manuel	Nourriture haute valeur calorique, facilement stockable et consommable sans énergie.
Énergie & Coms	• Radio d'urgence à manivelle (dynamo) & solaire (AM/FM/SW) • Lampe torche LED + lampe frontale + piles de rechange • Batterie externe (Powerbank) chargée	Indispensable pour capter les bulletins d'information (EBS) et maintenir la vision.
Soins & Hygiène	• Trousse de secours (pansements, compresses, désinfectant) • Médicaments sur ordonnance (réserve de secours) • Gel hydroalcoolique, lingettes, papier hygiénique	Assurer les premiers soins et maintenir des conditions sanitaires propres.
Papiers & Cash	• Argent liquide en petites coupures (billets et pièces) • Photocopies des papiers d'identité en pochette étanche	Payer sans terminal bancaire électronique et préserver ses documents d'identité.