

# APARS 56

## Les 10 des Techniques de Survie à Maîtriser

Naturellement les 10 techniques sont les catégories primaires et vient compléter des sous-catégories.

Si je venais de commencer le survivalisme ça serait les compétences que j'apprendrais à maîtriser au plus vite. Elles vous permettront de résister aux crises et de survivre confortablement dans la nature ou bien dans votre base autonome durable.

Vous allez aussi constater l'importance de créer un sac d'évacuation avec un minimum de matériel bien choisis.

Je suis un grand adepte de **la règle des 3**. En situation de survie, on ne peut pas rester :

- 3 heures sans se protéger des intempéries
- 3 jours sans boire
- 3 semaines sans manger
- 3 mois sans hygiène (santé)

Je me base toujours sur cette règle pour établir mes priorités en cas de survie.

Dans chaque article vous trouverez « DE quoi ai-je besoin en plus » c'est une aide sur le matériel supplémentaire qui n'est pas expliqué dans l'article qui vous aidera à constituer votre sac.

### #1. Construire un Abri

La priorité sera donc de s'abriter ou de trouver un endroit déjà existant comme une grotte, une cabane etc....

Et oui en mode survie il faut savoir être opportuniste.

Soit en construisant, un abri avec les moyens du bord, soit vous avez prévu dans votre sac d'évacuation des équipements comme : un tarp, tente, hamac, couverture de survie, poncho, sac poubelle pour citer des exemples pour créer un abri.

**De quoi ai-je besoin en plus :** d'un couteau, d'une corde ou ficelle

Optionnel : hache, machette

Le plus grand danger dans la nature est de tomber en **hypothermie** et le manque de sommeil.

Créer un abri vous protégera aussi des intempéries et vous permettra des rester au chaud et au sec Ce qui augmentera votre niveau d'énergie pour réaliser les tâches nécessaires à la survie.

## #2. Le Feu de Camp

Le feu est la suite logique de l'abri. Le feu vous apporte **une multitude d'avantages**. Avec, vous pouvez vous réchauffer en tout lieu, il vous permet de faire cuire votre nourriture, et même de purifier votre eau.

ATTENTION : En situation de survie, un feu de camp assez imposant, comporte plusieurs risques.

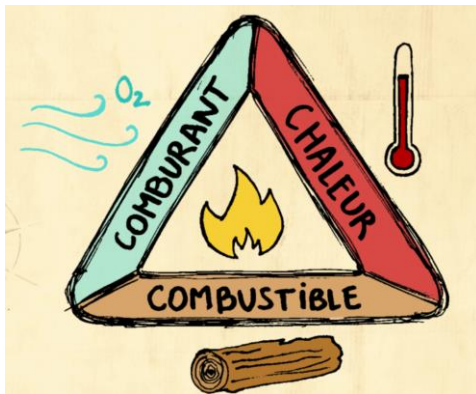
Un feu imposant demande une surveillance permanente et il est facilement repérable à de grande distance, surtout la nuit un feu se voit de très loin. Surtout si vous ne souhaitez pas vous faire repérer. Privilégier de faire un feu soit le matin à la lever du jour, soit le soir à la tombée de la nuit. Ne faites un feu imposant que par nécessité.

Vous allez donc privilégier de petit feu ou des feu enterré qui vous apportera aussi toute satisfaction.

Pour faire du feu, il y a de nombreuses méthodes. Comme d'utiliser une pierre à feu, un briquet, des allumettes, une loupe etc....

**De quoi ai-je besoin en plus** : une mini pelle très utile pour de multiple usage.

La règle pour faire un feu est la suivante : le triangle du feu



Pour faire un bon départ de feu nous allons utiliser un allume feu qu'il soit naturel comme l'écorce de bouleau, amadou etc.... où industriel comme de la vaseline, du gel hydro-alcoolique, allume cheminée etc....

Rajouter de l'herbe ou similaire très sèche et ajouter des petits bouts de bois gros comme le doigt d'une main. Le feu commence à prendre rajouter du bois de plus en plus gros. Votre feu est fait !!!

## #3. Obtenir de l'eau et la Purifier

l'eau est dans le haut de ce classement. On ne peut pas vivre 3 jours sans boire. C'est pour ça qu'il faut rapidement trouver un moyen de **s'approvisionner en eau**.

Mais, surtout il faut savoir la rendre potable. Si vous ne purifiez pas votre eau, vous allez **attraper des maladies**, et vos chances de survie vont en prendre un coup. Il existe plusieurs méthodes de purification de l'eau.

Pour récolter de l'eau vous pouvez simplement aller à la **rivière, ou à des points d'eau douce**. Mais il faudra purifier cette eau. Pour ça, il y a plusieurs méthodes.

Vous pouvez aussi récupérer de l'eau avec la rosée du matin, mettre un sac plastique autour d'une branche feuillue, creuser un trou dans le sol et le recouvrir de votre poncho ou tout simplement récupérer l'eau de pluie, etc.... Pour ne citer que quelques exemples.

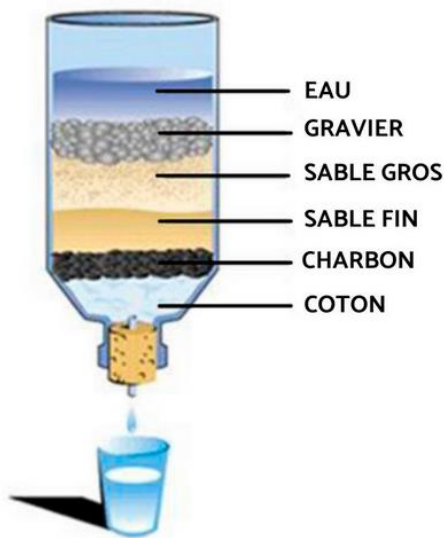
**De quoi ai-je besoin en plus :** une gamelle inox ou un car inox, bidon pliable en plastique 5 à 10 litres.

Je vous invite à consulter le module eau sur le site [apars56.com](http://apars56.com)

La manière la plus rapide de filtrer l'eau est avec une paille mini sawyer ou LifeStraw. Il vous suffit de boire simplement votre eau directement avec cette paille.

Ma méthode pour consommer de l'eau en 3 étapes :

1. filtrer l'eau récolté par un filtre dit bushcraft :



C'est un exemple de filtre Bushcraft : vous pouvez remplacer le sable par de la terre, le coton par un tissu comme un T-shirt, bonnet, un tour de cou etc... le charbon prendre celui de votre feu de bois, vous pouvez rajouter sur le haut de votre filtre de l'herbe ou de la mousse d'arbre. Le but étant que le tout soit très compact.

2. faire bouillir l'eau filtrée. Puis attendez quelques minutes le temps qu'elle refroidisse.

3. Utiliser la paille filtrante pour la consommer ou ajouter 1 goutte d'eau de javel par litre ou utiliser une pastille micropur

Avec cette méthode vous êtes sûr à 100% de ne pas tomber malade en consommant de l'eau pris dans un milieu naturel.

En sous-catégorie pour votre autonomie en eau dans votre BAD ou domicile vous pouvez utiliser un filtre à gravité : (voir le module eau)



## #4. La Nourriture

La nourriture en milieu naturel et ou la **trouver**

Vous aurez le choix entre : la cueillette, la pêche ou bien la chasse.

Il est important de connaître une quinzaine de plante comestible par cœur plutôt que d'en connaître 100 et de faire des confusions.

Voir le module sur les plantes comestible et médicinale

Apprendre des techniques de piégeage et de chasse, comme reconnaître une coulée d'animaux.

Savoir se fabriquer une lance, un arc

Apprendre divers techniques de pêche : mer, rivière, lac

### **De quoi ai-je besoin de plus :**

Pour la chasse et piégeage : fil de fer, ficelle, corde, couteau,

Optionnel : arc, arbalète, fusil.

Pour la pêche : kit de pêche complet (plomb, hameçon, bouchon, fils) vous pouvez aussi avoir une mini canne avec un moulinet qui ne prend pas de place, ni de poids et l'avantage du moulinet vous permet d'avoir une bonne quantité de fils pour divers usages.

Pour les plantes : une gamelle en inox pour la préparation

### **Pour votre autonomie en BAD ou domicile**

#### **Faire un Stock**

En tant que survivaliste, c'est notre devoir de préparer un stock de nourriture d'au moins quelques semaines à plusieurs mois. Un stock vous permettra de tenir un temps précieux.

Pour faire votre stock, vous avez plein d'options. Je vous invite à consulter mon module sur le sujet.

C'est un module complet, où vous découvrirez quels aliments se conservent le mieux. Et comment réaliser un stock de nourriture pour des périodes de crise.

## **#5. La Santé et l'Hygiène**

En situation de survie, on est obligé de sacrifier l'hygiène et le confort de notre quotidien. Mais faites attention tout de même à ne pas trop négliger votre hygiène, car ça impactera directement votre santé. Sachez que vous aurez facilement des coupures ou microcoupures qui risquent de s'infecter et qui pourraient entraîner de graves conséquences.

#### **Se Laver**

Il y a très peu de chance que vous ayez accès à une douche. Et si c'est le cas vous devriez plutôt économiser l'eau. Mais vous pouvez toujours vous laver dans une rivière. En plus, avec de la cendre de bois et de la résine de pin, vous pouvez faire un savon qui sent bon.

Vous lavez régulièrement évitez à votre peau de sécher et d'attraper des maladies.

**De quoi ai-je besoin en plus** : un savon d'Alep (multi usage), un savon de Marseille pour la vaisselle et le linge (malgré que vous pouvez aussi le réaliser avec de la cendre de feu de bois), une éponge.

Optionnel : un sac douche de camping

#### **Les Précautions à Prendre**

Et vous devrez aussi faire attention à vos excréments. Il y a de fortes chances que vous n'ayez pas accès à l'eau courante pendant une crise. Pas d'eau courante, pas de toilettes. Si vous habitez en ville, je vous conseille de faire vos besoins dans des sacs en plastiques que vous jetterez plus tard.

Si vous êtes dans la nature ou bien en zone rurale, c'est un peu plus facile. Vous pouvez faire vos besoins dehors. Mais il faut respecter quelques règles. Tout d'abord faites attention à ne pas polluer votre source d'eau avec vos excréments. Et vous devez faire vos besoins assez loin du campement pour ne pas attirer les animaux et les insectes.

## **La santé dans votre Sac de Survie**

Pour finir sur ce point, il est important d'emmener dans votre sac d'évacuation une trousse de premiers secours. Il existe des trousse toute préparées. Il y a beaucoup de compresses, de pansements ou bien encore de bandages.

En bref, c'est un bon kit pour résoudre une bonne partie des problèmes. Prévoyez aussi de prendre plusieurs vêtements de rechange. Ça limitera les odeurs et si jamais ne vous en déchirez un, vous pourrez le remplacer.

**De quoi ai-je besoin en plus :** dans votre trousse de 1<sup>er</sup> secours rajouter tout ce qui est médicament aux quel vous avez besoin. Rajouter un antiseptique, du Mercurochrome, une pince à épiler, un tir tique, un aspi venin, un thermomètre, des strips ou fils de suture, doliprane, aspegic.

Optionnel : un garrot, un bandage israélien.

Voir le module trousse de 1<sup>er</sup> secours complète

## **#6. La Protection**

En situation de survie, il faut savoir se défendre. En situation de survie, le plus grand danger ce ne sont pas forcément les animaux... Mais plutôt les autres humains.

En temps de crise, on peut assister aux pires comportements. Des gens sont prêts à tuer pour avoir de la nourriture. Et on ne peut pas vraiment lutter contre ça, c'est l'instinct de survie qui prend le dessus.

Tout d'abord, je pense qu'il est important de limiter un maximum les confrontations et l'utilisation des armes. Même si vous êtes bien équipé le résultat final d'un combat est toujours incertain. Et une confrontation est toujours source d'angoisse et elle vous fait dépenser votre précieuse énergie.

Pour les armes, il n'y a pas de secret... L'arme à feu reste la plus efficace. Mais elles ne sont pas à portée de tout le monde. Un couteau aiguisé attaché à l'extrémité d'un bout de bois fait une lance redoutable que ce soit pour chasser ou bien se protéger.

Savoir faire des pièges pour protéger votre campement ou des pièges d'alerte intrusion.

Si vous êtes en groupe effectuer des tours de ronde, cela permettra de vous reposer sereinement sachant que d'autre personnes surveille le campement.

Ne jamais s'éloigner du campement hors de portée de voix, sauf si vous y êtes obligé et que vous avez averti de l'endroit où vous allez.

**De quoi ai-je besoin en plus :** des talkie-walkie

Optionnel : arc, arbalète, sifflet, lampe frontal, lampe de poche

## #7. L'Orientation

Savoir s'orienter vous permettra de rejoindre des points de rendez-vous ou bien des zones d'évacuation, par exemple. En situation de survie, vous n'aurez sûrement pas Google Maps à disposition. Il va falloir donc faire autrement.

Le meilleur moyen de s'orienter sans technologie reste encore la boussole et le plan papier. Ce sont d'ailleurs des éléments à mettre absolument dans votre sac de survie. Ils ne prennent pas beaucoup de place, ils sont légers et vous seront d'une grande aide.

Apprendre les déplacements et s'avoir s'orienter vous sera d'une grande aide

**De quoi ai-besoin en plus :** acheter une carte papier de votre région et une de la France

## #8. La Communication

La communication vous permet d'obtenir de l'aide, des informations et d'améliorer l'efficacité de votre groupe. Pour communiquer les talkie-walkie ou baofeng seront d'une grande aide.

Par exemple, vous pouvez signaler votre position avec une couverture de survie.

Accrochez-la en haut d'un arbre et la couverture réfléchira le soleil. Ça attire l'attention.

Faire le petit Poucet, c'est aussi un signe de communication. Si vous partez de votre campement pour aller chasser par exemple, vos proches doivent pouvoir vous retrouver. Donc avant de partir, toujours prévenir quelqu'un et lui indiquer vers où vous allez. Vous pouvez remplacer les cailloux par des marques sur la végétation.

Et pour rester informé des actualités une radio. Comme vous n'aurez pas forcément une source d'électricité sous la main, il est judicieux de prendre une radio solaire ou à manivelle.

**De quoi ai-besoin en plus :** un panneau solaire pliable, une batterie de recharge (essayer de prendre un maximum de matériel rechargeable, lampe frontal, lampe de poche) un téléphone incassable non pas pour communiquer, mais pour vous en servir comme tablette, vous pourrez ainsi y mettre vos papier d'identité, des modules de survie et enfin une masse d'information que vous jugerez importante à y mettre.

## #9. La Conservation

Bon, à partir de maintenant on a déjà de quoi survivre dans la nature. Mais si on veut vivre plus confortablement ou bien pour passer l'hiver, il va falloir conserver des aliments.

Les aliments ont tous des dates de péremption différentes. Par exemple, le riz, les haricots secs ou bien encore le blé peuvent se conserver des années. C'est le genre d'aliments que l'on veut absolument pouvoir stocker.

Voir le module réserve alimentaire, il y a quelques méthodes pour la conservation et sur les produits de longue conservation.

On peut mettre en place un pot Zeer pour garder les aliments au frais ou bien sécher la viande.

Dans votre bad ou domicile pour conserver vos aliments

**De quoi ai-besoin en plus :** une machine sous vide, des sachets de déshumidificateur et absorbeur d'oxygène

## #10. Générer de la Nourriture

Si vous maîtrisez la conservation, il est temps de commencer à se sédentariser. Ici, on pense au long terme. C'est bien de pouvoir survivre quelques semaines voir des mois dans la nature. Mais si la crise dure et s'aggrave, il faut pouvoir retrouver un bon niveau de vie.

Le principal problème de trouver de la nourriture, c'est que ça demande de l'énergie, beaucoup d'énergie. Alors que créer sa propre nourriture est beaucoup moins fatigant.

Cultivé et créer un écosystème qui respecte, qui s'intègre à la nature est, pour moi, une vision sur le long terme ultra intéressant. Vous pouvez aussi faire un élevage. Le plus dur ici sera de trouver les bêtes, si vous avez déjà un jardin qui produit, vous pourrez obtenir des bêtes en faisant du troc. Les animaux vous apporteront une très bonne source de protéines que votre potager ne peut pas fournir.

Vous aurez donc avec vous quelques sachets de graine que vous aurez choisis (attention ne jamais acheter des graine F1, les graines ne vous donne des plantations qu'une seule année)

**De quoi ai-besoin en plus :** Personne n'y pense, mais des graines dans un sac d'évacuation peu faire la différence.

Voilà Les 10 des Techniques de Survie à Maîtriser, j'ai essayé d'être le plus complet possible et naturellement ce ne sont que des conseils et idées, chacun ira de sa façon pour réaliser son sac d'évacuation

Et voir ses propres besoins. Si vous juger, qu'il manque des choses nous pouvons améliorer ce module.

Ce module s'additionne aux autres comme complémentaire.

# APARS 56

Apprendre, Préparer, Autonomie, Résilience, Survie

Siège : Moréac 56

Tel : 06 48 70 58 95 - [apars56s@yahoo.com](mailto:apars56s@yahoo.com)

Site : [www.apars56.com](http://www.apars56.com)