



Chronique "Vie Sauvage"

Le kit de survie

Texte : David Manise

Photos : David Manise et membres des forums de son site
www.davidmanise.com

La préparation à la survie – le matériel

Lorsqu'on parle de préparation à la survie, on traite en fait de trois choses bien distinctes :

1. la préparation *mentale* (les connaissances pratiques et techniques, la connaissance de soi, les capacités à gérer son stress, la robustesse psychologique, la rusticité, etc.),
2. la préparation *physique* (la condition physique, bien sûr, mais aussi l'acclimatation au chaud, au froid ou à l'altitude, le système immunitaire, les vaccins, etc.),
3. la préparation *matérielle* (les outils qui deviendront, de fait, l'extension et le multiplicateur de notre mental et de notre physique, et qui feront parfois la différence si une situation part de travers).

Lorsque, pour une raison ou une autre, on se retrouve à devoir se débrouiller par ses propres moyens dans une situation critique dans la nature, le mental, le physique et le matériel peuvent tous faire une énorme différence. Je commencerai ici par celui des trois qui est sans doute le plus facile à obtenir et qui est, quoi qu'on en dise, souvent le moins critique : la préparation matérielle.

Dans les faits, la plupart des randonneurs qui partent pour une balade d'une journée, en France, ne transportent pas d'équipement, outre une bouteille d'eau, un pique-nique et, dans le meilleur des cas, un téléphone portable. Pour une petite balade, sur sentier balisé, où le portable passe et où il fait grand beau, pourquoi pas... et encore, au moindre pépin, vous obligerez les secouristes à venir vous sortir d'embarras. Certains randonneurs, plus prudents (ou souhaitant plus de liberté que celle offerte par les GR de basse altitude), prennent tout de même la précaution d'emporter avec eux un « fond de sac » comprenant quelques pièces d'équipement qui pourront leur faciliter la vie si la randonnée s'étire pour une raison quelconque. Quoi qu'il en soit, un kit de survie est un peu comme une corde d'escalade : un peu encombrant jusqu'au moment où on en a subitement besoin.

Un bête briquet, parfois, suffit à faire la différence entre une nuit d'hiver relativement confortable, passée auprès du feu, et une nuit où, après avoir épuisé ses dernières réserves d'énergie à grelotter de toutes ses forces, on se réveille mort d'hypothermie au petit matin... C'est de ces quelques pièces d'équipement critique dont je veux vous parler dans cet article. Ces quelques centaines de grammes qui font parfois la différence entre une victime et un survivant, entre un drame morbide et une histoire sympa qu'on racontera pour impressionner les petits enfants et en ayant le luxe, puisqu'on est vivant, de voir leurs yeux s'ouvrir tout grands.

Je ne vous assènerai pas bêtement une liste. Je vous donnerai plutôt des billes pour que vous puissiez assembler vous-même VOTRE matériel de survie, en fonction de VOS besoins, de VOTRE environnement et de VOS activités. Je vous présenterai aussi, en photos, plusieurs kits de survie

assemblés par mes stagiaires et amis. Vous pourrez y trouver des idées, voir les différences, les ressemblances, à garder ou pas, selon VOS choix.

Un « kit » de survie est une chose éminemment personnelle, et dépendante du contexte. Chaque personne a des besoins spécifiques, des préoccupations et des capacités différentes. Certaines personnes développent des techniques très personnelles pour subvenir à leurs besoins de base sur le terrain, et utilisent du matériel spécifique pour ce faire. Et c'est très bien comme ça. Cette immense diversité dans les besoins de chacun est sans doute l'une des raisons qui me font autant détester les kits de survie vendus dans le commerce... Non seulement sont-ils souvent composés d'éléments de très mauvaise qualité, mais aussi sont-ils nécessairement « standard », et donc par définition mal adaptés à l'immense majorité des gens. Ils offrent, en prime, un sentiment infondé de sécurité aux gens qui les achètent, ce qui s'avère parfois dangereux.

À quoi doit servir un kit de survie ?

Avant de choisir un outil, il faut bien sûr savoir ce que l'on devra en faire. Quelle est la tâche à accomplir. Le kit de survie, comme son nom l'indique, devra vous aider à survivre (alors ça, c'est un scoop !). Mais survivre à quoi ? On retombe, comme toujours, sur la bonne vieille règle des *trois*, qui dit qu'on survit :

- trois secondes avec la connerie (non, il n'y a pas vraiment de matériel contre ça...),
- trois minutes sans oxygène dans nos centres vitaux (ce qui suppose des voies respiratoires ouvertes, une respiration efficace, un cœur qui bat et du sang à pomper),
- trois heures sans régulation thermique en climat extrême (feu, vêtements, abris, ombre, eau, etc.),
- trois jours sans eau (trouver, stocker, purifier l'eau),
- trois semaines sans manger (est-ce vraiment une priorité ?).

Votre kit, votre corps et vos connaissances mis ensemble, donc, doivent idéalement vous aider à couvrir tous ces besoins de base. Qu'est-ce qui risque réellement, dans le contexte, de me priver de mon transport d'oxygène ? Qu'est-ce qu'il me faut pour pouvoir boire ? Comment pourrai-je conserver ma température centrale à 37°C de jour comme de nuit, en déplacement comme à l'arrêt ? Etc. Posez-vous simplement ces questions, trouvez des solutions fiables, et si elles nécessitent l'emport de matériel, emportez !

Mis à part la règle des trois, un kit de survie doit pouvoir aider

à maintenir vos capacités intactes, ou à les retrouver le cas échéant, et quatre choses sont particulièrement importantes à conserver ou à retrouver si on est loin de tout :

- conscience / intelligence,
- vision (notre sens principal, très utile !),
- mobilité (si on ne peut plus bouger, on est mal !),
- dextérité manuelle (motricité fine).

Selon le lieu, la saison, les activités que vous pratiquez, votre physiologie, vos habitudes et vos connaissances, vous trouverez des réponses complètement différentes à toutes ces questions. Et TANT MIEUX ! Un kit, ça change sans arrêt. C'est vivant, changeant, et toujours en évolution. Entre l'hiver et l'été, entre la montagne et la plaine, entre le Québec, la France, la Suisse et la Chine, les contextes changent, le climat change. Les besoins changent. Les lois changent...

Quelques généralités

Qu'est-ce, donc, qui fait la différence entre un bon kit de survie et un mauvais ?

1. *D'abord, un bon kit de survie est un kit qu'on transporte avec soi sur le terrain.* Inutile de rassembler le meilleur équipement du monde dans un sac si c'est pour le laisser chez soi parce qu'il est trop lourd. Il faut donc que votre kit soit suffisamment petit et peu encombrant pour que vous puissiez l'emporter partout avec vous lors de vos pérégrinations. Idéalement, il doit tenir dans les poches de votre pantalon, ou presque, et se faire oublier ! Pour arriver à cela, il faut trouver des pièces d'équipement légères, et surtout celles qui seront les plus polyvalentes possible. Évitez le matériel qui ne sert qu'à une seule chose. Prenez des trucs multifonctions, et qui vous permettront d'utiliser votre cerveau pour bricoler des solutions à vos problèmes.



2. *Un bon kit de survie est un kit qu'on a assemblé soi-même, en fonction de ses besoins spécifiques, de ses connaissances, de sa condition physique, de*

son environnement. Vous êtes la personne qui vous connaît le mieux. Vous êtes la personne qui sait le plus précisément où vous irez crapahuter. En assemblant votre kit vous-même, vous pourrez donc le construire sur mesure, en fonction de vos besoins à vous. La plupart des éléments de mon kit de survie sont des outils très simples (couteau, briquet, bandana, poncho, etc.), que l'on trouve un peu partout à des prix généralement raisonnables. Beaucoup des éléments que je transporte sont d'ailleurs « faits maison » (allume-feu, sifflet, etc.). On peut, avec un peu de bricolage, non seulement assembler soi-même son kit, mais même en fabriquer certaines pièces sur-mesure. Tout cela permet de connaître son kit de manière très personnelle, ce qui augmente d'autant plus la confiance qu'on lui porte comme notre capacité à l'utiliser correctement.



3. *Un bon kit de survie contient des éléments de bonne qualité, robustes, efficaces, et durables.* Après m'être perdu à cause de boussoles paresseuses, après avoir cassé une scie-fil après 30 secondes d'utilisation, après avoir détordu des tire-bouchons et plié des lames de canif, j'ai dû me résoudre à acheter du matériel de bonne qualité... et je ne le regrette absolument pas. D'ailleurs, certaines pièces d'équipement d'excellente qualité sont également peu coûteuses. On ne me fera jamais dire qu'un simple Opinel bien entretenu ne vaut pas son pesant d'or, ni qu'un Mora suédois n'est pas une pure merveille ; pourtant, ces deux couteaux peuvent être achetés pour moins de dix euros. Comme réchaud, en randonnée, j'utilise un petit brûleur à alcool que j'ai fait



moi-même avec des canettes en aluminium (c'est un P3RS, merci Peyo !). De même, certains sacs-poubelle de jardin sont plus durables que bien des ponchos offerts dans les stations essence. Bref, en cherchant bien et en bricolant un peu, on peut monter un excellent kit à relativement peu de frais. À l'inverse, on peut dépenser des sommes astronomiques et se retrouver avec de l'équipement inutilisable. Le prix de l'équipement n'est pas un gage de qualité. Mais parfois, tout de même, il faut mettre le prix.

4. *Un bon kit de survie, ensuite, est un kit qu'on sait utiliser, et qu'on a testé soi-même sur le terrain.* La réalité du terrain est toujours plus complexe et plus tordue que ce que peuvent imaginer les ingénieurs, designers et autres inventeurs qui nous pondent les pièces d'équipement qu'on trouve sur le marché. Certaines pièces d'équipement n'ont de toute évidence jamais été testées dans des situations réelles, et se révèlent d'une inefficacité totale dès qu'on les sort de leurs labos originels. Outre le fait de s'assurer que notre équipement fonctionne, en testant son matériel, on s'entraîne aussi à l'utiliser, ce qui est absolument indispensable.

5. *Un bon kit de survie contient des éléments simples, et faciles à utiliser.* Dans les situations d'urgence, nous perdons grosso modo la moitié de nos points de Q.I., et l'essentiel de notre motricité fine. Bref, les situations de survie, typiquement, sont de très mauvais moments pour essayer de comprendre comment fonctionne quelque chose, ou pour manipuler minutieusement des petits objets (surtout dans le noir, avec les doigts gelés, en frissonnant). Les pièces d'équipement simples et peu spécialisées (comme un couteau à lame fixe, un poncho, de la ficelle ou un bandana) acquièrent donc une valeur toute spéciale dans ces moments. Plus un outil ou une pièce d'équipement est simple, et moins il sollicite notre motricité fine, ce qui est un avantage indéniable en survie. Si les massues de nos ancêtres sont restées à la mode pendant des millions d'années (pour finalement être célébrées dans le cadre d'un étrange culte semi-religieux que les États-Uniens appellent « base-ball »), ça n'est pas pour rien. La massue est l'archétype de l'outil de survie idéal : simple, fiable, d'une efficacité brutale, et ne sollicitant ni notre intelligence, ni notre motricité fine. Lorsque vous avez un choix à faire entre deux pièces d'équipement, choisissez donc, de façon réaliste, celle qui a le plus de points communs avec une bonne vieille massue... Le plus simple, le plus efficace, le plus facile à utiliser (pour vous), le plus robuste. Les pièces d'équipement de type « massue », loin d'être un choix démontrant un manque d'intelligence, sont une approche réaliste. Elles sont par ailleurs d'autant plus intéressantes qu'elles nous permettent un éventail beaucoup plus large d'utilisations « originales », qui diffèrent parfois grandement de leurs applications d'origine. À titre d'exemple, je dirais qu'on peut très bien utiliser un bandana pour égoutter des pâtes, mais qu'une passoire fait une bretelle de sac à dos plutôt médiocre. De même, un simple bâton de marche peut servir de bras de levier, de grattoir, de point d'appui pour un abri, de béquille, de perche pour faire tomber les pommes ou pour écarter les ronces (et accéder à cette belle grosse mûre bien juteuse sans se piquer), voire de bois de chauffage (vécu !). Je conserve précieusement, dans mon portefeuille, un petit bout de papier. C'est un cadeau de ma tendre moitié. Il fait 5 cm sur 2, et il est finement décoré d'une tache grise rappelant subtilement

la forme d'une mouette. Le papier (fait à la main) est d'une qualité extrême. Quand on le déplie, on découvre quelques mots, magnifiquement calligraphiés et parfaitement lisibles, tracés à l'encre de chine : « La simplicité vient avec la pratique. »

6. *Un bon kit de survie doit tenir compte de notre niveau de préparation physique.* Ainsi, pour une personne comme moi qui s'entraîne à boire de l'eau douteuse toute l'année, et qui oblige son corps à s'acclimater au froid comme à la chaleur, certaines pièces d'équipement sont moins indispensables. De même, un athlète d'endurance de haut niveau, maigre et affûté, aura plus vite besoin de manger que moi qui suis plutôt enrobé. Etc. Connaissez-vous vous-mêmes...
7. *Un bon kit de survie doit tenir compte de notre niveau de préparation mentale.* Nous ne sommes pas tous des guerriers rustiques qui mangent des larves et chassent le crocodile à mains nues... heureusement ! Nous n'avons pas tous envie de cautériser nos plaies avec un fer rouge, et nous ne sommes pas tous prêts à passer une nuit dans un baudrier, les pieds sur une micro-prise avec 500m de vide sous les fesses. Et c'est très bien comme ça. Même si on travaille sur soi-même, certaines choses nous font peur, certaines choses nous répugnent, certaines choses nous semblent impossibles. Nous ne sommes pas tous prêts à outrepasser certaines limites, certaines conventions, certaines aversions. Très bien ! Simplement, il faut en être conscient, et adapter notre préparation (comme nos sorties et notre niveau d'engagement) en fonction de tout cela.

Les strates

Les gens qui viennent me voir, en stage, viennent souvent pour apprendre à se débrouiller sans leur sac à dos. Partant du principe qu'ils sont en randonnée ou en expédition, loin de tout, et qu'ils se retrouvent séparés de leur sac pour une raison X ou Y (perte, vol, etc.), ils veulent apprendre à survivre « sans rien ».

Évidemment, je leur apprend s'ils le souhaitent à faire du feu par friction, à tailler les silex, et à tanner des peaux pour se faire du paléo-gore-tex... mais je leur apprend surtout à avoir AUSSI de l'équipement sur leur personne, et pas uniquement dans le sac à dos.

De fait, j'organise mon équipement en strates plus ou moins redondantes selon mes besoins du moment :

- Niveau 0 : mon cerveau et mon corps, suffisamment vêtus



pour rester inactif sans trop d'inconfort.

- Niveau 1 : j'ajoute un tout petit couteau, un petit briquet, une petite boussole, de l'argent... 50g de matériel pendu autour de mon cou. Ce petit kit ne me quitte pratiquement jamais.
- Niveau 2 : les gris-gris qui sont dans mes poches, à savoir un canif et/ou une pince multifonctions, un bandana/mouchoir propre, un briquet, du chatterton (enroulé sur une vieille carte de téléphone), une petite pelote de ficelle, un tube de sérum physiologique (pour rincer un œil ou nettoyer une petite plaie), ma montre/altimètre, une petite lampe LED, mon portable, etc. Environ 200g de babioles qui me servent au quotidien !
- Niveau 3 : un kit de survie proprement dit ; de quoi tenir dehors 24h, à savoir surtout une couverture de survie, un fire-steel et un allume-feu, une petite frontale, un gros couteau ou une petite hachette, une gourde et des pastilles de purification d'eau, un poncho, un bonnet de laine, etc. Grosso modo, c'est le même matériel que j'emporte pour une sortie à la journée, et ça tient dans une petite sacoche. En rando, si je pose mon sac, je garde au moins ce petit kit sur moi, surtout si je m'éloigne du campement.
- Niveau 4 : le matériel de randonnée/expé, soit mon sac à dos avec duvet, réchaud, gamelle, nourriture, tarp, etc.

Plus j'ai de strates avec moi, et plus le niveau de confort augmente, tout simplement ; au risque de finir par être comme un escargot et de transporter ma maison sur mon dos...



Kit niveau 3 © Corin

Spécialiste GPS & Accessoires pour la navigation
visitez notre site www.libertegps.com

**eXplorist XL
MAGELLAN**

code réduction
navigation
valable pour l'achat
d'un eXplorist XL sur
www.libertegps.com

- ✓ idéal pour la randonnée
- ✓ grand écran couleur
- ✓ mémoire extensible SD Card