

La Résilience

S'adapter, rebondir, survivre, développer ses capacités pratiques de résilience



Mes kits de secours

Sur moi (EDC)

- 1 Garrot STAT
- 1 paires de gants nitrile
- 3 mètres de Duct-tape
- 1 Pack de mouchoirs
- 1 Lampe Fenix E12
- 1 Paklite

Module trousse secours voitures (EDV)

Instruments et matériel

- 2 paires de gants en Nitrile
- 1 Lampe frontale (batterie rechargeable)
- 1 Paklite
- 1 boîte de pâtes de fruits énergétique
- 1 Sifflet d'alerte
- 2 Couvertures de survie
- 1 Cyalume
- 1 Plaquettes de pastille Micropur
- 2 paires de gants nitrile
- 1 Ciseaux urgence Jesco
- 1 Scalpel stérile
- 1 rouleau de sparadrap

Trauma

- 1 Garrot SOFTT-W
- 1 Celox Rapid Z-Fold
- 1 Pansement Compressif Olaes
- 2 Bandage compressif
- 1 Pansements Occlusifs Hyvent NAR
- 2 Burn shield
- 1 Pocket mask Oxy

Bobologie

- 1 ZipStitch
- 1 Ensemble de pansements de tailles différentes
- 4 Compresses gaze non tissées
- 1 bande extensible tissée 4m x 7cm
- 2 Chlorure de sodium stérile – unidoses 50 ml
- 1 Collyre – unidoses 10 ml
- 2 Bétadine dermique – unidoses 10 ml
- 2 Cicatryl pommade – Sachet-Dose 2g
- 2 Arnica – Sachet-Dose 2,5ml
- 3 + 3 Smecta Sachet (Adulte & Enfant)
- 4 Ibuprofène 400m
- 4 Paracétamol 1g
- 4 Paracétamol 500mg
- 3 Paracétamol 300mg

Ma trousse activités/sorties (BOB)

Instruments et matériel

- 2 paires de gants en Nitrile
- 1 Lampe frontale (piles de recharge)
- 1 Cyalume Blanc 8 heure
- 1 thermomètre
- 1 Pince Adson (Suture)
- 1 Pince extraction tique
- 1 Pince à pointe fine
- 1 Pince Kocher à mors
- 1 Ciseaux à bandage
- 1 paire de ciseaux Jesco (Raptor)
- 1 pince à épilé à griffe (Adson)
- 3 Bistouris – scalpels
- 1 tube de colle de Cyanoacrylate
- 3 mètres de Duct-tape
- 1 Oxymètre

Pharmacie

- 1 Collyre antiseptique – unidoses 10 ml
- 3 Cicatryl pommade – Sachet-Dose 2g
- 1 tube Apaisyl gel piqûres d'insectes 30 g
- 3 + 3 Smecta Sachet (Adulte & Enfant)
- 6 Comprimés Imodium en orodispersibles
- 4 Ibuprofène 400m
- 4 Paracétamol 1g
- 4 Paracétamol 500mg
- 3 Paracétamol 300mg

Divers et administration

- 2 sacs plastiques type sac congélation
- 10 tablettes pour la purification de l'eau (1 tab/L)
- 1 Sharpie 2 pointes
- 1 carnet de note waterproof
- 1 couverture de survie
- 1 Sac déchet médicaux DASRI

Trauma

- 1 Aiguille de Décompression de 14G
- 1 Garrot RMT2
- 1 Celox Rapid Z-Fold
- 1 Pansements Occlusifs Hyfin (NAR)
- 1 Pansement Compressif Israélien
- 1 Burn Shield

Blessures

- 1 ZipStitch
- 3 Compresses tissées stérile – 10 cm x 10 cm
- 3 Compresses tissées stérile – 7,5 cm x 7,5 cm
- 1 Bande extensible – 7 cm x 4 m
- 1 Bande extensible – 10 cm x 4 m
- 6 Pansement grand format
- 10 Sutures Steri-Strip 6 mm x 100 mm
- 3 mètres de Duct-tape
- 3 Betadine Dermique 10% – unidoses 5 ml
- 1 Compresses hémostatiques (C.H.U.T. Thuasme)
- 1 Pansement Compressif simple (Medi Pression)
- 5 Pansements Compeed Ampoules
- 2 Sérum physiologique – unidoses 50 ml
- 3 Compresses d'arnica Sachet-Dose
- 3 Compresses imprégnées Biseptine – Sachet-Dose
- 3 Compresses imprégnées Alcool 70°
- 2 Burnshield Sachet-dose 10cm x 10cm
- 20 petits pansements
- 1 rouleau Sparadrap

Squelette et muscle

- 1 Echarpe triangulaire
- 1 Bande de contention cohésive 6 m x 7,5 cm
- 1 bande de contention type Elastoplast de 5x130cm
- 1 bande de contention type Elastoplast de 15x150cm
- 1 bande crêpe