



Cap d'Avance **Lucide**

PRÉPARATION 72H

PIMS FAMILIAL – Fiche à compléter

Plan Individuel de Mise en Sûreté – version foyer

Ce document vous aide à organiser les informations essentielles de votre foyer avant une crise.



1 INFORMATIONS DU FOYER

Nom du foyer : _____

Adresse : _____

Commune : _____

Nombre d'adultes : _____

Nombre d'enfants : _____

Personnes âgées : _____

Animaux : _____



2 RISQUES ET ALERTES UTILES

Risques pertinents pour notre commune :

☐ Inondation ☐ Tempête ☐ Feu de forêt

☐ Canicule ☐ Coupure d'électricité

☐ Accident industriel ☐ Autre : _____

| Canaux d'alerte à surveiller :

FR-Alert : _____

Mairie / site de la commune : _____

Radio (station) : _____

Application météo : _____

Voisins / réseau local : _____

Autre : _____



3 OÙ S'ABRITER ?

Confinement à domicile (oui / non) : _____

Lieu le plus sûr dans le logement : _____

Lieu hors du logement si évacuation : _____

Itinéraire principal depuis le domicile : _____

Itinéraire secondaire : _____



4 POINTS DE RASSEMBLEMENT

Point de rassemblement principal (près du domicile) : _____

Point de rassemblement secondaire (quartier / autre secteur) : _____

Point de secours hors zone (contact ou lieu) : _____



5 RÉPARTITION FAMILIALE – QUI FAIT QUOI ?

TÂCHE / RESPONSABILITÉ	QUI S'EN CHARGE ? (NOM / INITIALES)
Personnes adultes référentes	
Enfants (rôle adapté à l'âge)	
Animaux (qui s'en occupe)	
Fermeture du logement	
Prise des documents importants	
Prise du sac d'urgence	
Assistance à une personne fragile	



À RETENIR

Compléter en famille,
relire régulièrement,
garder une version papier accessible.





PIMS FAMILIAL – Fiche à compléter

Plan Individuel de Mise en Sécurité – version foyer

Suite de la fiche : contacts, documents, essentiels et suivi.



6 CONTACTS ET NUMÉROS UTILES

CONTACT / SERVICE	N° TÉLÉPHONE	REMARQUE
SAMU		
Sapeurs-pompiers		
Police / gendarmerie		
Mairie		
École / crèche		
Médecin		
Pharmacie		
Voisin / proche 1		
Voisin / proche 2		
Contact hors zone		



7 DOCUMENTS ET INFORMATIONS À REGROUPER

Documents à prévoir

- ☐ Pièces d'identité
- ☐ Livret de famille
- ☐ Ordonnances
- ☐ Assurances
- ☐ Papiers du logement
- ☐ Papiers du véhicule
- ☐ Carnet de santé / vaccinations
- ☐ Copies numériques sécurisées
- ☐ Autre : _____

Où sont-ils rangés ?

Prévoir une pochette accessible et protégée.



8 SAC 72H ET ESSENTIELS

Équipement

- ☐ Sac prêt
- ☐ Lampe
- ☐ Radio
- ☐ Batterie externe
- ☐ Chargeurs / câbles
- ☐ Couteau multifonction

Santé / hygiène

- ☐ Trousse de secours
- ☐ Médicaments
- ☐ Lunettes / lentilles
- ☐ Eau
- ☐ Savon / hygiène
- ☐ Masques / protections

Vie quotidienne

- ☐ Vêtements adaptés
- ☐ Clés / doubles
- ☐ Alimentation
- ☐ Argent liquide
- ☐ Affaires enfants / bébés
- ☐ Affaires animaux

Lieu de rangement du sac 72h : _____



9 SUIVI ET MISE À JOUR



ACTION	DATE	FAIT / À REVOIR
Relire le PIMS en famille		☐
Tester les itinéraires		☐
Vérifier les contacts		☐
Contrôler les documents		☐
Réviser le sac 72h		☐
Mettre à jour les besoins spécifiques		☐



À RETENIR

Un plan utile est un plan relu, partagé et mis à jour.
L'objectif est de gagner du temps et de réduire l'improvisation.





Cap d'Avance **Lucide**

— PRÉPARATION 72H —

FICHE MÉDICALE INDIVIDUELLE

Informations essentielles de santé – 1 fiche par personne

1 IDENTITÉ



Nom : _____

Prénom : _____

Date de naissance : _____

2 URGENCE



Personne à prévenir : _____

Téléphone : _____

Lien de parenté : _____

3 SANTÉ



Groupe sanguin : _____

Allergies : _____

Intolérances : _____

Pathologies chroniques : _____

Traitements : _____

Médicaments à éviter : _____

Antécédents / opérations : _____

4 BESOINS PARTICULIERS



Handicap / aide nécessaire : _____

Dispositifs médicaux : _____

Matériel indispensable à emporter : _____

5 RÉFÉRENTS MÉDICAUX



Médecin traitant : _____

Spécialiste : _____

Pharmacie : _____

6 SUIVI



Date de mise à jour : _____

Observations / consignes particulières : _____



À RETENIR

Conserver cette fiche avec le PIMS familial
et la mettre à jour régulièrement.

COMPRENDRE — ORGANISER — AGIR