



RÉSILIENCE ALIMENTAIRE

EN CAS DE CATASTROPHE

TESTEZ VOTRE ANTICIPATION AU
TRAVERS DE QUELQUES QUESTIONS !



APPRÉHENDEZ VOTRE NIVEAU AU TRAVERS DE QUELQUES QUESTIONS



CHEZ MOI

**SUIS-JE PRÉPARÉ(E) À FAIRE FACE À
UNE RUPTURE D'APPROVISIONNEMENT
ALIMENTAIRE SUITE À
UNE SITUATION EXCEPTIONNELLE
(CATASTROPHE NATURELLE,
TECHNOLOGIQUE OU PANDÉMIE)**



OUI



NON

Je prévois des stocks de
**NOURRITURE ET D'EAU (2L
PAR PERSONNE, PAR JOUR)**
pour une semaine au minimum
en me basant sur mon régime
alimentaire habituel

Je privilégie les
ALIMENTS EN CONSERVE
contenant de l'eau plutôt
que les produits frais

JE LISTE LES STOCKS
avec dates de péremption, je les
utilise avant péremption et
les remplace au fur et à mesure.

• **JE STOCKE DES DENRÉES**
pour mes besoins nutritionnels
tout en évitant mes allergies

• Je prévois des aliments qui ne
nécessitent **PAS DE CUISSON**
en cas de panne d'électricité
ou de gaz

• **JE ME FORME** aux techniques
de conservation telles que la
lacto-fermentation ou la
confection de conserves

• Je prévois du matériel
de type réchaud, en cas de
COUPURE D'ÉLECTRICITÉ,
ce qui me permettra de
cuire les aliments.



SUR MON TERRITOIRE

**SUIS-JE RENSEIGNIÉ(E)
ALIMENTAIREMENT
DE CHEZ MOI
LES CIRCUITS CLOUÉS**



OUI

• **J'IDENTIFIE** les différents
canaux de distribution alimen-
taires sur mon territoire (épicerie,
supermarchés, marchés,
paysannes, fermes, etc.)

• **JE M'INFORME** sur les
produits locaux, les
accès aux circuits courts
et leur accessibilité avec ma
mobilité.

PLAN DE RÉSILIENCE ALIMENTAIRE

QUELQUES QUESTIONS



DANS MON VOISINAGE



SUIS-JE EN CONTACT AVEC LES
PERSONNES VULNÉRABLES
ET QUI ONT BESOIN D'AIDE
AUTOUR DE MOI ?



OUI



NON

Je connais mes voisins et nous avons parlé
du risque de rupture alimentaire ensemble.

- J'IDENTIFIE les personnes qui pourraient être **VULNÉRABLES** dans mon environnement proche (famille, quartier, immeuble...) et envisage un stock supplémentaire en cas de rupture d'approvisionnement.
- JE PROPOSE une fête des voisins et en profite pour **ABORDER** le sujet et envisager, par exemple, des achats en gros avec un groupement de consommateurs.

MON TERRITOIRE



SUIS-JE INFORMÉ(E) SUR L'OFFRE
LOCALE AUTOUR
DE MOI, NOTAMMENT
DES MARCHÉS COURTS ?



NON

Je consulte divers réseaux de
distribution alimentaire sur mon
territoire (marchés, supérettes,
magasins, marchés, boutiques
de producteurs, vente en ligne, etc.)
pour connaître l'emplacement
des points de vente sur mon territoire,
et les moyens de s'y rendre.



DANS MA COMMUNE

SUIS-JE INFORMÉ(E) DE CE QU'IL FAUT
FAIRE EN CAS D'URGENCE OU DE
CATASTROPHE, INCLUANT LA RUPTURE
D'APPROVISIONNEMENT ALIMENTAIRE ?



OUI



NON

JE M'INFORME AUPRÈS DE LA COMMUNE, DE
L'INTERCOMMUNALITÉ OU DE LA PRÉFECTURE SUR :

- Le plan communal de sauvegarde,
- La préparation en cas de rupture des approvisionnements.
- Je me familiarise avec le **MARAÎCHAGE** et la cueillette,
- Je m'investis dans des **ACTIONS COLLECTIVES** de production alimentaire **LOCALE**.

La résilience alimentaire peut être définie comme :

"La capacité dans le temps, d'un système alimentaire et de ses entités à de multiples niveaux, de procurer à tous une alimentation suffisante, adaptée et accessible, face à des perturbations variées et même imprévues" (Tendall et al., 2015).

Une catastrophe majeure (ex : une tempête) ou l'expression d'une menace externe (ex : cyber-attaque...) peuvent conduire à des ruptures temporaires d'approvisionnement.

Il est de la responsabilité de chacun de se préparer, d'une part en connaissant les risques, et d'autre part, en identifiant les actions permettant d'en limiter les conséquences directes et indirectes.

Vous pouvez vous renseigner sur les risques auxquels vous êtes exposés auprès de votre mairie, des services de l'Etat de votre département et sur internet (www.géorisques.fr).

Cette plaquette vise à vous donner quelques clés pour anticiper la dimension « résilience alimentaire » d'une crise majeure éventuelle.

TOUS CONCERNÉS, TOUS PRÉPARÉS !

Plaquette réalisée par :

l'Association Française pour la Prévention des Catastrophes Naturelles et Technologiques (AFPCNT) et ATLAS II

Directrice de la publication : Ghislaine Verrhiest-Leblanc

Rédaction : Hripsimé Torossian, Amélie Karrer / Graphisme : Tristan Pujol et Laurence Bonhomme

Illustrations : Freepik / Novembre 2023



Soutenu par



**MINISTÈRE
DE LA TRANSITION
ÉCOLOGIQUE
ET DE LA COHÉSION
DES TERRITOIRES**

*Liberté
Égalité
Fraternité*