

J'habite Paris et j'ai les foies mais je commence à me préparer...

écrit par Lia | 28 décembre 2015



Merci beaucoup
pour tous [ces conseils](#).
C'est du concret.

J'habite à Paris
et j'avoue que
j'ai les foies.

Mais je me prépare
en me documentant.
Peu me chaut
d'être ridicule.

J'estime ne pas pouvoir
compter sur ce gvt,
qui ne protège pas ma peau.

J'ai qq petites idées

J'ai visionné des témoignages
de survivants pour les prendre
comme modèles.

Mentalement et physiquement.

Comment faire le mort,
développer l'instinct de survie etc.

Je souhaite m'inscrire
à des cours de secourisme.

Cours de plongée pour
l'apnée et le contrôle respiratoire ?

J'ai commencé
footing et salle de sport.

Concernant
les armes de nos ennemis :
j'ai commencé à visionner,
et écouter.