

Бесплатный чек-лист

Быстрая проверка при блэкауте: первые 30 минут

Что нужно проверить, обезопасить и подготовить сразу после отключения электричества.

Важно

Проходите этот список спокойно сверху вниз. Цель - не паника, а порядок: проверить безопасность, собрать информацию, экономить энергию и подготовить ближайшие часы.

Этот чек-лист специально сделан практичным. Он не заменяет официальные предупреждения, медицинскую консультацию и профессиональную оценку особых опасных ситуаций. При непосредственной опасности приоритет имеют: экстренный вызов, информация местных органов власти и официальные каналы оповещения.

1. Сохранять спокойствие и быстро оценить ситуацию

- ☐ Сделать короткую паузу и спокойно вдохнуть. Не принимать поспешных решений.
- ☐ Проверить: отключена только ваша квартира или также соседи, лестничная клетка, улица и район вокруг?
- ☐ Проверять электрощиток только если это можно сделать безопасно.
- ☐ При запахе гари, дыме, искрах, запахе оплавления или мокрых электрических зонах держаться на расстоянии и вызвать помощь.
- ☐ Не пользоваться лифтами. Если кто-то застрял в лифте: успокоить человека, сообщить управляющей компании или вызвать экстренную службу.

Правило для запоминания

Сначала безопасность, потом комфорт. Отключение электричества неприятно - опасным оно чаще всего становится из-за неправильных реакций.

2. Обеспечить свет и убрать опасности спотыкания

- ☐ Подготовить фонарик, налобный фонарь или аккумуляторную лампу.
- ☐ Свечи использовать только если они стоят устойчиво и никогда не оставлять их без присмотра.
- ☐ Убрать опасности спотыкания: кабели, обувь, игрушки, мокрые места.
- ☐ Сначала осветить лестницы, входы, ванную и кухню.
- ☐ Детей, пожилых людей и домашних животных перевести в безопасную зону.

3. Защитить приборы и экономить энергию

- ☐ Выключить плиту, утюг, чайник, тепловентилятор и другие нагревательные приборы.
- ☐ При необходимости отключить чувствительные устройства от сети: компьютер, телевизор, роутер, зарядные устройства.
- ☐ Оставить включенным один источник света, чтобы заметить возвращение электричества.
- ☐ Перевести телефон в режим энергосбережения.
- ☐ Пауэрбанки, аккумуляторы и солнечные лампы использовать целенаправленно, не расходовать все сразу.

4. Держать холодильник и морозильник закрытыми

- ☐ Дверцу холодильника держать закрытой.
- ☐ Морозильник не открывать, пока это не нужно.
- ☐ Не проверять скоропортящиеся продукты без необходимости.
- ☐ Если есть термометр, следить за температурой в холодильнике или морозильнике.

Продукты

При закрытой дверце холодильник обычно сохраняет холод только несколько часов. Полный морозильник держит холод значительно дольше, чем наполовину пустой. Поэтому: двери оставить закрытыми.

5. Получить информацию

- ☐ Включить радиоприемник на батарейках, с ручной зарядкой или солнечной панелью.
- ☐ Проверить официальное приложение оповещения или канал властей, если мобильная связь или интернет работают.
- ☐ Не обновлять новости постоянно - экономить заряд аккумулятора.
- ☐ Коротко спросить соседей, затронуты ли они и нужна ли им помощь.
- ☐ Номера экстренных служб использовать только при настоящих чрезвычайных ситуациях.

6. Подготовить воду, пока она еще течет

- ☐ Наполнить чистые бутылки, канистры или кастрюли питьевой водой.
- ☐ Для туалета и мытья дополнительно наполнить ведра, тазы или ванну технической водой.
- ☐ Питьевую и техническую воду четко разделять.
- ☐ Сначала обеспечить воду для малышей, лекарств или ухода.

7. Проверить людей в доме

- ☐ Все ли люди дома или на связи?
- ☐ Нужны ли кому-то лекарства, кислородный аппарат, аппарат ИВЛ, охлаждение или другие электрические вспомогательные средства?
- ☐ Детям объяснить ситуацию по возрасту: спокойно, коротко и без драматизации.
- ☐ Обеспечить безопасность домашних животных, поставить воду, держать переноску под рукой.

- ☐ Договориться о постоянном месте встречи или способе связи, если кто-то придет позже.

Медицинские устройства

Если жизненно важные устройства требуют электричества, не импровизируйте. Своевременно обращайтесь в экстренную службу, к дежурному врачу, контактному лицу по уходу или местному поставщику услуг.

8. Через 30 минут: принять решение

- ☐ Это короткое отключение или похоже на более широкую аварию?
- ☐ Обеспечены ли вода, свет, связь и важные лекарства?
- ☐ Нужно ли кого-то информировать или забрать?
- ☐ Станет ли готовка, отопление или охлаждение важной темой в ближайшие часы?
- ☐ Если электричество отсутствует дольше: перейти к чек-листу на 72 часа.

Мои важнейшие контакты	Телефон	Примечание
Семья / домохозяйство		
Сосед / управляющая компания		
Врач / уход / аптека		
Местный поставщик электроэнергии		
Место встречи		

Профессиональные ориентиры

Материалы сформулированы самостоятельно и структурированы для Blackout-Tip.com. По содержанию они ориентируются на общедоступные рекомендации официальных организаций:

- Федеральное ведомство гражданской защиты и помощи при катастрофах Германии (BBK): руководства и чек-листы по подготовке к чрезвычайным ситуациям.
- Ready.gov / FEMA: рекомендации по аварийному набору, воде, продуктам и поведению при отключениях электроэнергии.
- CDC / FoodSafety.gov: указания по безопасности пищевых продуктов при отключении электричества.

Примечание для сайта: этот PDF предназначен как бесплатный файл для скачивания. Его можно размещать на blackout-tip.com и использовать внутри проекта. Для внешних ссылок в тексте статей официальные источники следует дополнительно указывать ссылками.