

Бесплатный чек-лист

Вода и гигиена при отключении электричества

Обеспечить питьевую воду, использовать техническую воду, поддерживать гигиену и избегать проблем с туалетом.

Важно

Этот чек-лист помогает четко разделять воду: питьевая вода предназначена для питья, приготовления пищи и лекарств. Техническая вода - для туалета, уборки и грубой очистки.

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. Сразу обеспечить питьевую воду

- ☐ Наполнить чистые бутылки, канистры, кастрюли или закрывающиеся емкости питьевой водой.
- ☐ Для питьевой воды использовать только чистые емкости, пригодные для пищевых продуктов.
- ☐ Подписать емкости: питьевая вода / дата.
- ☐ Хранить питьевую воду прохладно, в темноте и отдельно от химикатов.
- ☐ Сначала зарезервировать воду для лекарств, детских бутылочек и ухода.

Не путать

Ванна, ведра или уборочные емкости подходят для технической воды, но автоматически не подходят для питьевой воды.

2. Подготовить техническую воду

- ☐ Наполнить ванну, тазы или ведра водой, пока водопроводная вода доступна.
- ☐ Техническую воду четко подписать или хранить отдельно.
- ☐ Использовать техническую воду для смыва туалета, уборки и грубого мытья.
- ☐ Не пить воду из открытых, загрязненных или неподходящих емкостей.

3. План на день: экономно расходовать воду

Использование	Приоритет	Примечание
Питье	очень высокий	регулярно небольшими порциями, особенно в жару
Лекарства / малыш / уход	очень высокий	резервировать отдельно
Готовка	высокий	простые продукты с малым расходом воды
Мытье рук	высокий	защита от инфекций
Туалет / уборка	средний	использовать техническую воду
Душ / стирка	низкий	только если есть достаточный резерв

4. Гигиена с малым количеством воды

- ☐ Перед едой, лекарствами и уходом всегда очищать руки.
- ☐ Использовать мыло, если есть вода.
- ☐ Держать средство для дезинфекции рук как резерв.
- ☐ Влажные салфетки использовать только дополнительно, не как постоянное решение.
- ☐ Поверхности на кухне и в ванной по возможности держать чистыми.
- ☐ Сырые и готовые к употреблению продукты строго разделять.

5. Туалет без обычного смыва

- ☐ Сначала проверить, можно ли нормально пользоваться канализацией. При обратном подпоре или затоплении больше не смывать.
- ☐ Если вода есть: вручную смывать туалет технической водой.
- ☐ Если смыв невозможен: подготовить аварийный туалет.
- ☐ Выстелить ведро прочным мусорным мешком.
- ☐ После использования покрывать кошачьим наполнителем, опилками или похожим материалом.
- ☐ Мешок хорошо закрывать и хранить в месте, недоступном для детей и животных.
- ☐ После этого последовательно очищать руки.

Важно

Аварийный туалет неприятен, но лучше, чем негигиеничная импровизация. Главное - разделение, покрытие, закрытие и гигиена рук.

6. Готовить еду с малым расходом воды

- ☐ Сначала использовать продукты, которым нужно мало воды.
- ☐ Жидкость из консервов использовать вместе с продуктом, если это подходит.
- ☐ Сократить расход посуды: одна чашка, одна тарелка и один комплект приборов на человека.
- ☐ Кастрюли сразу протирать, пока остатки не засохли.
- ☐ При сомнительном качестве воды не мыть ею продукты.

7. Особые ситуации

- ☐ Малыши: дополнительно планировать чистую воду, гигиену бутылочек и подходящее питание.
- ☐ Пожилые люди / уход: предусмотреть больше воды для личной гигиены и лекарств.
- ☐ Домашние животные: не забыть питьевую воду и потребность в уборке.
- ☐ Жара / тропический климат: значительно увеличить потребность в воде.
- ☐ Болезнь / диарея / температура: планировать больше питьевой воды и гигиены.

8. Личный план воды

Человек / животное	Питьевая вода в день	Резерв на 3 дня
Взрослый человек 1		
Взрослый человек 2		
Ребенок / малыш		
Домашнее животное		
Уход / лекарства		

Запас питьевой воды проверен:

Емкости для технической воды есть:

Материал для аварийного туалета есть:

Дезинфекция рук / мыло есть:

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.