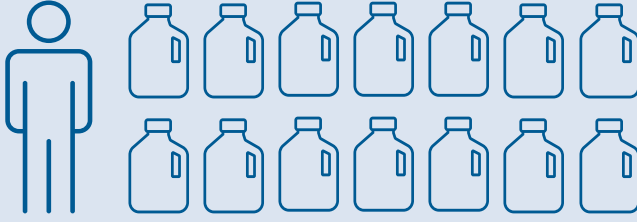


المياه في حالات الطوارئ

**TAKE
FIVE
TO SURVIVE**

يأتي تخزين المياه لحالات الطوارئ على رأس أهم الأشياء التي يمكنك القيام بها. فيستطيع أغلب الناس البقاء على قيد الحياة لعدة أيام أو أسابيع دون طعام لكنهم لا يمكنهم البقاء على قيد الحياة دون مياه إلا لعدة أيام. **If possible, store one gallon per day per person for two weeks. Don't forget to include your pets.**

خزن جالوناً واحداً من المياه يومياً لكل فرد لمدة أسبوعين.



تعد المياه النظيفة ضرورية للشرب والطهي وغسل الأيدي. خزن جالوناً واحداً يومياً لكل فرد لمدة أسبوعين، إذا أمكن. قد يستغرق الأمر أسبوعين أو أكثر حتى تصل المون اللازمة لحالات الطوارئ. وحتى هذا الوقت، سيعتمد كل منا على مؤنّه الخاصة. المياه المعبأة التي تشتريها هي الطريقة الأسهل والأكثر أماناً لتخزين المياه. حافظ على سلامتك واشرب المياه مع هذه النصائح والإرشادات.

ما يجب فعله وما لا يجب فعله بخصوص شرب الماء

- لا تشرب المشروبات السكرية أو الكحول أو الكافيين أو المشروبات الغازية. حيث إنها تسبب جفافاً للجسم مما يزيد من الحاجة إلى المياه.
- لا تأكل الأطعمة المملحة جداً، مثل، رقائق البطاطس أو المخبوزات أو المكسرات المملحة والتي ستزيد من عطشك.
- لا تعالج المياه التي تلوثت بفعل الكيماويات أو الزيوت. لا يمكن لمعالجات المياه الآمنة أن تجعلها آمنة للشرب.
- يجب شرب كمية المياه التي تحتاجها، مستخدماً المياه التي تعرف أنها غير ملوثة أولاً.
- يجب تقليل نشاطك البدني إذا أمكن. فكلما كنت نشيطاً، يستهلك جسمك الكثير من المياه.
- يجب إيلاء اهتمام خاص لشرب المياه بالنسبة للأطفال، وكبار السن والمرضى والحيوانات الأليفة، حيث إنهم يمكن أن يتعرضوا للجفاف بسهولة أكبر.

كيفية تنقية المياه

الخيار 1: الغلي في وعاء كبير أو غلاية، اجعل المياه تغلي على أعلى درجة لمدة دقيقة كاملة. سيبتخر جزء من المياه لذا لا تدعها تغلي لمدة أطول. دع المياه تبرد قبل الاستخدام.

استخدم المياه الآمنة أو النقية للطهي وللخلط بحليب الأطفال أو المشروبات الأخرى ولغسل زجاجات الرضع والأطباق ولغسل أسنانك بالفرشاة وغسل يديك! لا توجد طريقة لتنظيف أو تنقية المياه الملوثة بالزيوت أو الكيماويات.



تعرف على المزيد من النشرات
الإعلانية ذات الصلة:

- تهيئة المنزل
- الاستعداد للزلازل
- تقويم الاستعداد لحالات الطوارئ

لمزيد من المعلومات، تفضل
بزيارة Take5toSurvive.com

الموارد الإضافية

مصدر إمداد المياه في
حالات الطوارئ:

www.bit.ly/2KY6YDf

الاستعداد لحالات الطوارئ:
[www.RegionalH2O.org/
emergency-preparedness](http://www.RegionalH2O.org/emergency-preparedness)

إنشاء عدة/مياه:

www.ready.gov/water

الخيار 2 التبييض قم بمعالجة المياه بسائل مبيض عديم الرائحة بنسبة 5.25 إلى 6.0 بالمائة من هيبوكلوريت الصوديوم. لا تستخدم جيل تبييض، معطر أو شديد التركيز. قم بإضافة مقدار 1/8 ملعقة صغيرة

(أو ثماني قطرات من قطارة العين) لكل جالون من المياه. اترك المياه لمدة 30 دقيقة قبل الاستخدام. إذا كانت المياه تبدو عكرة، فكرر العملية واركبها لمدة 15 دقيقة. إذا كانت المياه ليست لها رائحة المبيض، فتخلص منها.

موارد المياه النظيفة في حالات الطوارئ

- للوصول إلى المياه من سخان المياه في حالة طوارئ، اتبع هذه الخطوات:
1. قم بإغلاق الغاز أو الكهرباء قبل الوصول إلى سخان المياه.
 2. قم بإغلاق مصدر إمداد المياه لسخان المياه.
 3. دع الهواء يمر من خلال سخان المياه. يمكنك القيام بهذا عن طريق فتح صمام التصريف الموجود في الجانب أو للخزان بفتح صنبور المياه الساخنة في المنزل.
 4. وصل الخرطوم المخصص للطعام بصمام التصريف في الجزء السفلي من الخزان. افتح المقبض أو استخدم مفك البراغي لفتح صمام التصريف ببطء. اجمع المياه، ثم قم بترشيح أي رواسب باستخدام قطعة قماش أو قميص نظيف.

موارد المياه الخارجية

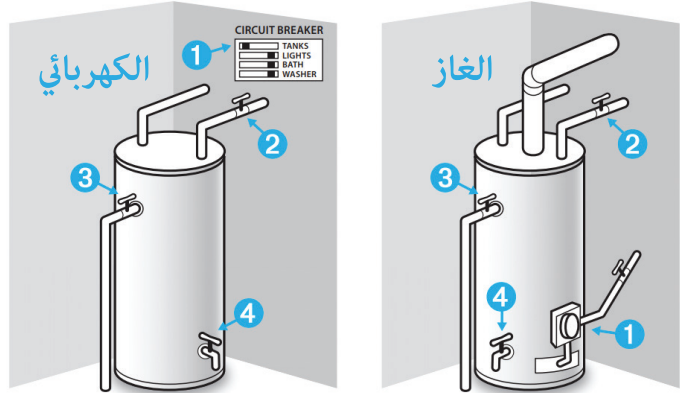
وتعد مياه الأمطار وحمامات السباحة والبرك والبحيرات أو الجداول الجارية والأنهار موارد مياه أخرى محتملة. لا تستخدم أبدًا المياه التي تحتوي على تسربات نفطية أو أي تلوثات كيميائية أخرى. إذا كانت المياه تبدو آمنة، فاجمعها وطهرها. تأكد من استخدام قطعة قماش نظيفة لترشيح المياه قبل الغلي أو استخدام مبييض كما هو موضح في قسم كيفية تنقية المياه.

قد يتسبب الزلزال أو حدوث مشكلة في نظام المياه في تركب بدون مصدر مياه جارية. ويُعد تخزين المياه هو الطريقة الأفضل للاستعداد. إذا احتجت إلى المياه في حالة طوارئ فلن يمكنك شراؤها، وفيما يلي نصائح لجمع المياه بطريقة آمنة.



خزان المياه الساخنة

يحتوي خزان المياه الساخنة على ما يقرب من 30 إلى 80 جالون من المياه الصالحة للشرب. اتخذ خطوات الآن لجعله آمنًا في حال وقوع زلزال وذلك بتثبيتته إلى الحائط. بعد وقوع زلزال كبير أو فيضان، احفظ المياه في سخان المياه من التلوث بإغلاق صمام المياه الداخلي لمنزلك (انظر النشرة الإعلامية من Take 5 حول تهيئة المنزل).



تعبئة المياه للتخزين

عديم الرائحة إلى أربعة أكواب من المياه صبها في الحاوية. أحكم غلق الغطاء جيدًا ورجها جيدًا لمدة 30 ثانية، بحيث تتأكد من أن المبيض يغطي كل أسطح الحاوية. فرغها وجففها بالهواء. عندما تملأ الحاوية، تأكد من عدم لمسك للجزء الداخلي من الزجاج أو الغطاء. املاها بالماء حتى آخرها. إذا كنت تستخدم مياهًا قمت بغليها أو تطهيرها، فستحتاج إلى إضافة مقدار 1/8 ملعقة صغيرة من المبيض لكل جالون. تأكد من غلق الغطاء بإحكام. ضع ملصقًا عليه التاريخ لتعرف متى ملأها.

خزن المياه في مكان مظلم وبارد يسهل الوصول إليه. غير المياه كل ستة أشهر وكرر خطوات تنظيف الحاوية الواردة أعلاه. فالخطوات التي تتخذها اليوم لتخزين المياه قد تحدث فارقًا كبيرًا في المستقبل!

المياه المعبأة التي تشتريها هي الطريقة الأسهل والأكثر أمانًا لتخزين المياه. يمكن أن تكون تعبئة المياه في المنزل أرخص لكنها تتطلب جهدًا أكبر وتحتاج إلى تغيير المياه كل ستة أشهر. اتبع هذه الخطوات لتعبئة المياه الخاصة بك بأمان.



استخدم حاوية مخصصة لتخزين المياه. لا تستخدم تلك المخصصة لتخزين اللبن أو العصير. استخدم صابون الأطباق والمياه النظيفة لغسلها جيدًا، بما في ذلك الغطاء. اشطفها جيدًا بالمياه النظيفة. بعد ذلك جهز محلول مبيض بإضافة ملعقة صغيرة من مبيض