

# قائمة مراجعة

## إمداد الماء والنظافة الصحية

إن تسببت أعمال بناء مثلاً في حدوث تلف بخط توصيل مياه، وتم وقف عمل الخط، أو تسبب انقطاع الكهرباء في انقطاع الماء، فسيصبح كثير من أمور الحياة اليومية المعتادة غير ممكن. نُبين لكم كيف يمكنكم أن تصبحوا #أفضل استعداداً لهذه المواقف.

### انقطاع المياه:

#### إعداد مخزون:

- جمعوا المياه المتبقية بالمواسير في أوعية أكبر
- جحماً، مثل البانيو أو الحوض أو الدلاء أو الطناجر وما إلى ذلك.

#### جعل المياه صالحة للاستخدام

- معالجة مياه الصنبور بمضادات الجراثيم من أجل النظافة الصحية

#### ترشيد استهلاك المياه:

- استخدام أدوات مائدة للاستعمال مرة واحدة
- استخدام مواد تنظيف لا تحتاج للماء، مثل الشامبو الجاف ومعجون غسل اليدين
- عدم غسل اليدين، بل تنظيفها بمنديل تعقيم أو منديل مُبلّل
- التجفيف بأوراق المطبخ والتنظيف بالمناديل المُبلّلة
- استخدام قفازات للحفاظ على نظافة اليدين
- استخدام مرحاض تخييم يعمل بدون مياه

### نظافة صحية بدون ماء:

كي لا تتأثر النظافة الصحية بانقطاع المياه، يجب أن يتوفر لديكم دائماً مخزون من المنتجات التالية:

- صابون
- مسحوق غسيل
- معجون أسنان
- فرشاة أسنان
- مناديل مُبلّلة
- مناديل تعقيم
- أدوات النظافة الصحية (مثل أدوات نظافة الدورة الشهرية والحفاضات)
- ورق الحمام
- ورق المطبخ
- أكياس القمامة
- قفازات الأعمال المنزلية
- معقمات
- مضادات الجراثيم
- مرحاض تخييم وأكياس احتياطية و/أو سائل