

#BESSER #BEREIT

**ЧРЕЗ ИНИЦИАТИВАТА
#ПО-ДОБРЕ ПОДГОТВЕНИ
РУРСКА ОБЛАСТ СЕ ПОДГОТВЯ
ЗА КРИЗИ И ИЗВЪНРЕДНИ
ПОЛОЖЕНИЯ – ВКЛЮЧЕТЕ СЕ
И ВИЕ!**

Дали ще бъде буря, домашна карантина или остър недостиг на енергия – извънредните ситуации не винаги могат да бъдат избегнати. Но Вие можете да подготвите Вас и Вашето семейство за това. С #по-добре подготвени ще Ви покажем как да го направите.

Какво да правим, ако останем без газ и ток?

Дори и да спре подаването на енергия, у дома критичното положение може да бъде преодоляно по следния начин.

Ето как ще имате светлина без електричество

- Дръжте под ръка обикновени джобни фенерчета и резервни батерии
- Купете си соларни лампи или такива с динамо – за тях не са нужни батерии
- Запасете се със свещи и не забравяйте запалки и/или кибрит
- Дръжте под ръка огнеупорни свещници

Ето как може да се стоплите

- Дебели дрехи (може и на няколко пласта) и одеяла запазват топлината
- Използвайте заместители на парното отопление като камина или печка, ако имате такива и не забравяйте да се запасите с въглища, дърва или брикети
- Използвайте мобилни отоплителни уреди, които работят с течен газ или нафта без мирис

Така може да сготвите без ток или газ

- Използвайте котлони за къмпинг и газови бутилки само на открито
- Използвайте комплект за фондю, който работи с горивна паста
- Стойки за подгриване със свещ (Stövchen) за ястия, за които не е нужна силна температура
- Скара – важно: използвайте само навън! – и не забравяйте да се запасите с въглища, дърва или брикети
- Поддържайте запас от храни, които не се готвят или подгриват

Важно: Не се опитвайте да се отоплявате със скарата или с открит огън – има опасност от пожар или отравяне с дим!

Как да се запася добре с хранителни продукти?

При много извънредни ситуации е добре да имате запас от храна и вода и този запас лесно може да бъде набавен.

1. Стъпка по стъпка

Не купувайте всичко наведнъж, а при следващото пазаруване просто сложете една опаковка повече в кошницата и така постепенно попълнете запасите.

Важно: За да има достатъчно за всички, не купувайте прекалено много, а си набавете разумно количество запаси. Освен това постепенното попълване на запаси е по-добро и за финансите Ви.

2. Запасите не бива да залежават

За да не се развалят запасите, бързо развалящите се хранителни продукти като месо или зеленчуци трябва да се използват както обикновено – консумирайте и купете нови.

3. Новите покупки поставете най-отзад

Новозакупените хранителни стоки съхранявайте най-отзад и използвайте първо по-старите продукти.

4. Съхранявайте правилно

Дълготрайните продукти по правило се съхраняват на хладно, сухо и тъмно.

5. Неохладени и неготвени

В извънредни ситуации може да спрат електричеството и водата. Затова хранителните продукти трябва да са такива, че да могат да се съхраняват неохладени и да се консумират неготвени.



Списък на запаси от хранителни продукти*



20 л напитки



3,5 кг картофи, ориз и зърнени продукти като хляб и макаронени изделия



4 кг зеленчуци, гъби, бобови продукти



2,5 кг плодове, ядки



2,6 кг мляко, млечни продукти



1,5 кг риба, месо, яйца или яйчен прах



357 г мазнини, масла



Всичко останало според нуждите

*Примерни запаси за едно лице за десет дни.



Кои документи трябва винаги да са на сигурно място?

1. Безопасността на първо място

Дръжте папката с документи на сигурно и бързо достъпно място.

2. За по-сигурно два пъти

Съхранявайте копията и в електронен вариант и/или на друго място (при приятели, семейството или в банков сейф).

3. Не губете поглед върху нещата

Проверявайте редовно дали не трябва да добавите нови документи или да подновите някои от тях.

Какво трябва да има в папката с документи?

В оригинал:

- Семейни документи (удостоверение за раждане, за брак и смърт) или родословно дърво

В оригинал или заверено копие:

- Документи за имуществено състояние (спестовни книжки, договори за банкови сметки, акции, ценни книжа и застрахователни полици)
- Пенсионно удостоверение и документи за данък доход
- Документи за квалификация като напр. свидетелства, дипломи
- Договори за наем или лизинг
- Други документи като завещания или пациентско разпореждане и пълномощни

Как да получавам информация в извънредна ситуация?

В извънредни ситуации е важно да получавате актуална информация и да следите събитията. При спиране на електрозахранването на големи територии няма да има интернет и телевизия, вместо това ще можете да слушате радио с предаватели на батерии. И в други извънредни ситуации трябва да се погрижите да получавате информация и да имате връзка с останалите:

- Чрез заредени външни батерии за смартфони
- Запишете си телефонните номера на семейството и приятелите
- Запишете си следните номера за спешни случаи: Номера за спешни случаи на Вашия град **116 117** (дежурни лекари) **112** (пожарна/бърза помощ – само при спешни случаи)
- Свалете на мобилния си телефон приложението NINA, което може да използвате в цяла Германия в случаи на природни бедствия и катастрофи

На страницата besserbereit.ruhr в подробни указания и списъци ще Ви покажем как може да подготвите по-добре – #besserbereit – себе си, Вашите близки, а така също и цяла Рурска област.



**#BESSER
BEREIT**