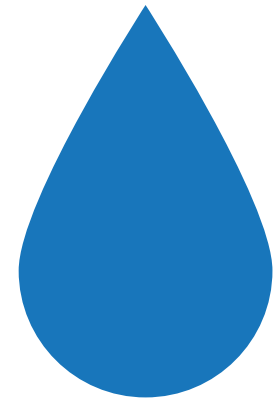


4

水计划



补充水分很重要，尤其是在压力大的时候。水计划可以让您清楚如何收集和储存足够 14 天使用的水，并在没有现代便利设施的情况下保证饮用的安全性。

快速启动步骤

- 安全考虑因素
- 您需要多少水？
- 储存水的方法
- 对水进行消毒的方法
- 其他考虑因素



安全考虑因素

- “适于饮用”的意思是“可以安全地饮用”。饮用水是指未受污染的水，可以安全地用于饮用、刷牙、做饭和保持卫生。人和动物只能饮用饮用水。
- 河流、溪流、池塘和湖泊可能受到牲畜粪便、人类污水、化学品和其他污染物的污染，从而导致疾病。
- 避免使用含有漂浮物的水。
- 避免使用有异味或颜色较深的水。
- 避免使用被燃料或有毒化学物质污染的水，因为煮沸或消毒都无法保证安全。
- 切勿使用洪水。
- 水的重量通常为每加仑 8.3 磅。将其存放在您可以够到并移动的地方。
- 切勿将泳池清洁片剂用于饮用水。
- 如果您不确定您的水是否安全，请勿使用。

您需要多少水？



一般人每天的室内家庭用水量约为 80-100 加仑。做好 2 周准备就绪需要多少水取决于几个因素。每个人每天都需要水，用于饮用、准备膳食、清洁以及个人卫生。您需要的水量还会受到您计划食用的食物种类（面食、燕麦片、婴儿配方奶粉、奶粉等）以及您是否养宠物的影响。

建议的储水量为每人每天一加仑。有些宠物比其他宠物需要更多的水，请记录宠物一天的用水量并按照该用量进行储存。



12 瓶装 20 盎司
(570 毫升) 每瓶



1 加仑 (3.8 升) 瓶装



5 加仑 (19 升) 瓶装

储存水的方法

储水以备在灾难期间使用至关重要。与食物一样，要找到额外的空间来储存应急水源也很困难。能储存多少就储存多少，并牢记以下几点：

- 将水储存在家中任何人都能取用的地方。
- 如果可能，应将水储存在阴暗、干燥、持续凉爽的空间，并保持相对恒定的温度（50-70 华氏度或 10-21 摄氏度）。如果您有任何担忧，请对您的水进行处理。
- 如果可能，请勿将水存放在阳光直射的地方。
- 请勿在化学品、燃料、杀虫剂、除草剂或有强烈气味的产品附近储水，这些气味会被储水容器吸收并转移到水中。
- 如果可能的话，将储存的水分成多个部分存放在整个居住空间内，这样如果灾难破坏了居住空间的一部分，您仍然可以取用其他部分的储水。
- 在冷冻柜中储存一些水，以此来制成冰罐，以便在运输食物时将冰罐放入冷藏箱中，并在冰融化时可以提供安全的饮用水。
- 将水存放在高处可能会有危险，因为地震时水可能会掉落或难以移动。

一些可以储水的创意空间包括：

- 在床和水槽下面。
- 在橱柜和壁橱中。
- 在书架上的书后面。
- 在车库和储藏室里。
- 在汽车座椅下方。

对水进行消毒的方法

水 如果对水质有疑问，请对水进行净化处理。净化水的方法主要有五种；这些方法大多成本低廉，而且您很可能已经有了一些用品。有关上述每种方法的分步说明，请参见第 68 页：

- **煮沸：** 将水煮沸至少一分钟。在大多数情况下，这是最安全的水处理方法。
- **过滤：** 这可以通过机械方式去除水中的污染物。请仔细阅读滤水器制造商的说明。
- **净水片：** 建议使用National Sanitation Foundation（NSF，美国国家卫生基金会）批准的产品。这些净水片体积小、重量轻且价格便宜。请务必严格按照说明进行操作。
- **化学消毒：** 碘和含碘药片或无味漂白剂。请遵循标签或包装上的制造商说明。请注意，可能怀孕的人群、患有甲状腺问题或对碘过敏的人群不建议使用碘消毒过的水。任何人一次连续使用碘的时间均不应超过几周的时间。
- **蒸馏：** 水在煮沸后变成蒸汽，并且在另一个容器中凝结成液体。



其他考虑因素

- Kool-Aid 或 Crystal Light 等混合饮料粉可以改善经消毒的水的口感。最好在自来水中加入一些。
- 在计算所需的水量时，不应使用软饮料、含咖啡因的饮料（如咖啡和茶）以及酒类来代替水。
- 供水减少会导致牲畜的表现和状况变得不佳。为避免对动物和牧场资源造成损害，寻找更多的牲畜水源变得至关重要。

活动： 第 65-74 页

**BE 2 WEEKS
READY**