

■ التقية عن طريق الوضع تحت أشعة الشمس:



- غسل اليدين جيداً.
- تحضير وعاء شفاف نظيف أو قوارير بلاستيكية أو زجاجية (مع أغطيتها).
- يجب أن لا يتعدى حجم القوارير أو الأوعية ٢ لتر.
- ملء الوعاء أو القوارير بالمياه : ترك ٢ سم بين مستوى المياه في القارورة والغطاء/ إقفال القوارير بخفة.
- وضع القوارير بشكل مستقيم تحت أشعة الشمس ساعتين على الأقل بين الساعة العاشرة صباحاً والرابعة عصراً.
- بعد التعقيم تصبح المياه صالحة للشرب.
- يمكن استعمال القارورة لأكثر من مرة في حال المحافظة على نظافتها.

في كلا الحالتين بعد تعقيم المياه ووضعها في القوارير، من الأفضل وضع هذه القوارير في أماكن مظلمة وباردة.

يوجد أيضاً طريقة كيميائية لتعقيم المياه بإضافة أقراص الكلور، يعتبر الكلور منقي مناسب للمياه والخضار والفاكهه لأنه قوي جداً ولا يعتبر ساماً، إذا استعمل بطريقة صحيحة وبالكمية المناسبة، وهو يتيح قتل جميع أنواع البكتيريا وبعض أنواع الفيروسات.

ملاحظة:

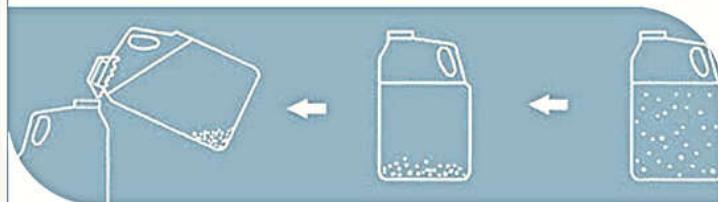
يجب التمييز بين نوع المعقم الخاص بالمياه والمعقم الخاص بالخضار والفاكهه وغير صالح للشرب.

المرحلة 2 : تصفية المياه:

اختيار إحدى هاتين الطريقتين:

■ التصفية بواسطة قطعة قماش (أو شاش):

- غسل اليدين جيداً.
- تحضير وعاء نظيف.
- ملء الوعاء بالمياه وتركه لبضعة ساعات.
- عندما تستقر التربيات في قعر الوعاء، يجب تنطية هذا الوعاء بقطعة قماش (أوشاش) ثم سكب الماء في وعاء آخر نظيف.



■ التصفية بواسطة فيلتر:

- يوضع فيلتر للماء على الحنفية يساعد على التخلص من الشوائب والتربيبات الآتية من الخزان.

المرحلة 3: تنقية المياه:

اختيار إحدى هاتين الطريقتين:

■ التقية عن طريق غلي الماء:

- غسل اليدين جيداً.
- تحضير وعاء نظيف للغلي.
- وضعه على النار لغليان مدة ٣ دقائق.
- وهكذا تكون المياه صالحة للشرب.



تهدف عملية تنقية المياه في تحويلها إلى مياه صالحة للشرب من خلال تخفيض عدد الجراثيم فيها لتصبح غير ضارة بصحة الإنسان.



تمر عملية تنقية المياه بـ ٣ مراحل:

المرحلة 1 : فحص المياه:

- وضع المياه في كوب شفاف، تحت الضوء للتقتيش على تربيات.
- في حال وجود الشوائب، الإنفاق إلى المرحلة ٢ (تصفية المياه).
- في حال عدم وجود الشوائب، الإنفاق إلى المرحلة ٤ (تنقية المياه).

