



Опубликовано на Швейцария: новости на русском языке (<https://nashagazeta.ch>)

Все, что нужно на случай катастрофы | Tout ce qu'il faut en cas de catastrophe

Author: Татьяна Гирко, [Берн](#) , 17.02.2015.



@Le Matin

Двойной кризисный сценарий, которому Швейцарии, возможно, придется противостоять в будущем, был отработан во время последних учений Национальной сети безопасности (ERNS), проводившихся под управлением Тони Фриша. Он порекомендовал швейцарским семьям снова начать делать запасы продовольствия.

Un double scénario de crise que la Suisse pourrait faire face dans le futur a été envisagé pendant le dernier exercice du Réseau national de sécurité (ERNS) dont Toni Frisch est à la tête. Il a recommandé aux ménages suisses de reconstituer leurs réserves alimentaires. Tout ce qu'il faut en cas de catastrophe

Закон об экономическом обеспечении страны, принятый в 1982 году, избавил швейцарцев от необходимости запасать соль, спички и консервы на случай непредвиденных обстоятельств. Забота о достаточном количестве медикаментов и объемов продуктов питания в рамках стратегии национальной экономической обороны легла на плечи Конфедерации и кантонов. Однако призывы не терять

бдительность в последнее время раздаются все чаще: прошлым летом главнокомандующий вооруженными силами Конфедерации Андре Блаттманн [призвал граждан запасаться](#) водой, консервами и дровами на случай дестабилизации политической ситуации в Европе, а в конце января о важности стратегических запасов для каждой семьи в интервью газете *Schweiz am Sonntag* заявил Тони Фриш, возглавивший учения ERNS в прошлом году.

Основной темой мероприятий, проводившихся при участии различных служб Конфедерации и кантонов с 3 по 21 ноября 2014 года, стал сценарий, в соответствии с которым на Швейцарию могут обрушиться сразу два несчастья: пандемия (например, [гриппа](#)) и массовое многодневное отключение электричества. Помимо возможных финансовых потерь в результате тотального «погружения во мрак», которые, по последним оценкам Ассоциации швейцарских поставщиков электричества, могут составить от 2 до 7 млрд франков в день, обычным жителям придется, возможно, рассчитывать только на собственные силы, пока государство справится с возникшими проблемами. Эти слова – лишь рекомендация Тони Фриша, однако возможно, что отчет о проведении ERNS-2014, который будет представлен правительству и парламенту весной этого года, произведет на них такое же впечатление, и тогда стратегические запасы станут обязательными для каждого швейцарца.

Газета *Le Matin* попыталась собрать «продуктовый набор», который позволит продержаться семье из четырех человек в течение недели. Его параметры впечатляют: вес провианта достигает 100 кг, а покупка необходимых товаров обошлась почти в 300 франков (что, возможно, не так много, если бы запасы не приходилось обновлять по истечении срока годности).

Перед тем, как отправиться за покупками, журналисты проконсультировались у дипломированного диетолога и воспользовались его подсказками. Какие же товары в итоге вошли в список необходимых?

Вода, как и предупреждал Андре Блаттманн, – главная составляющая стратегического запаса. Журналисты купили 36 литров, из расчета 1,5 литра в день на человека. Диетологи предупреждают: чай и кофе после второй-третьей чашки оказывают обезвоживающий эффект. Поэтому потребление этих напитков в случае катастрофы лучше ограничить, то есть, как принято писать на вине «*consommer avec modération*» (употреблять в умеренных количествах).

Растительное масло необходимо организму в качестве источника Омега-3 жирных кислот. Ими богато рапсовое масло, однако оно не слишком хорошо подходит для жарки. Поэтому журналисты *Le Matin* остановили свой выбор на оливковом масле, которого было решено купить 8 литров. Такой запас источника Омега-3 для одной семьи на неделю выглядит внушительно, тем более что в экстренных условиях можно использовать и масло, содержащееся в консервах.

Мясных и рыбных консервов было закуплено приблизительно по 2,5 кг. При этом диетолог советует отдавать предпочтение жирной рыбе, богатой Омегой-3 – тунцу, сардинам и скумбрии. Запас пополнили консервированные овощи (4,25 кг) и фрукты

(4,1 кг).

Кроме того, в резервы на случай катастрофы рекомендуется включить рис, чечевицу, (увы, гречка в Швейцарии не очень популярна), а также шоколад, сухофрукты, орехи и молоко, в том числе сухое. Диетологи предупреждают: однообразное питание может плохо повлиять на аппетит, в результате чего возрастет риск подхватить болезнь, что в экстремальных условиях совсем некстати. Поэтому каждый может добавить в этот список продукты в соответствии с предпочтениями членов семьи.

Не забыли журналисты Le Matin поместить в гипотетический бункер и традиционные спички, фонарик, батарейки, соль, мыло, туалетную бумагу и перевязочные материалы. Добавим, что электронные гаджеты вам в этом случае вряд ли понадобятся – ведь ERNS рассматривал сценарий полного отключения электричества. Поэтому рекомендуем в стратегический запас включить книги, которые позволят скоротать время до отмены чрезвычайного положения.

[стратегический запас на случай ядерной войны](#)

Статьи по теме

[«Запасайтесь водой, консервами и дровами!»](#)

[Осетрина второй свежести по-швейцарски](#)

[Армия Конфедерации перейдет на отечественное продовольствие](#)

[Швейцарские фермеры встали на защиту продовольственной безопасности страны](#)

Source URL: <https://dev.nashagazeta.ch/node/19025>