

Gadri, Lekòl, Kan: Rekòmandasyon nan Zafè Sante pou Kalite Lè Deyò a Baze sou Endis Kalite Lè a

Move kalite lè ka yon danje pou sante timoun yo. Suiv rekòmandasyon sa yo pou gadri ak etablisman edikatif lè kalite lè a chanje:

- o Siveye alèt ak nouvèl nan Vil New York, epi ale sou airnow.gov pou verifye kisa Endis Kalite Lè a (Air Quality Index, AQI) ye kounye a.
- o Chans pou move kalite lè a touche ou ogmante avèk aktivite fizik deyò pi fatigan (ki mande plis efò) ak lè ou pase plis tan deyò san pran ti repo.
- o Koute elèv yo ak pèsònèl la — si gen yon moun ki santi efè move kalite lè a, li dwe al pran yon ti repo andedan.
- o Timoun yo (sitou jèn timoun yo) pi frajil devan move kalite lè pase granmoun an sante. Timoun ki sansib a move kalite lè a gen ladan sa ki gen pwoblèm kadyak oswa respiratwa (sa gen ladan opresyon) oswa sa ki gen sistèm iminitè frajil. Timoun sa yo dwe suiv rekòmandasyon pwofesyonèl medikal yo.
- o Mask kalite siperyè (N95 oswa KN95) ka redui ekspozisyon a polisyon lè a lè moun ki gen laj omwen 2 zan mete yo kòrèkteman. Moun ki gen pwoblèm sante dwe suiv rekòmandasyon pwofesyonèl medikal yo sou mete mask lè AQI an wo.

AQI	Nivo	Piblik la an Jeneral
Ant 0 ak 50	Bon	Se yon jou ekselan pou fè aktivite deyò.
Ant 51 ak 100	Mwayen	Se yon bon jou pou fè aktivite deyò. Pare pou gen kèk timoun sansib ki gen plis sentòm. Suiv plan daksyon pou opresyon yo ak lòt rekòmandasyon medikal, epi pran prekosyon abityèl yo.
Ant 101 ak 150	Pa Bon pou Lasante Moun ki Sansib	Aktivite deyò ki pa dire (ki dire mwens pase inèdtan) epi ki pa gen sote-ponpe, tankou rekreyasyon ak kou edikasyon fizik, pa yon pwoblèm. Timoun ki sansib yo dwe evite aktivite deyò ki fatigan ak pwolonje (ki dire plis pase inèdtan). Kite yo pran plis ti repo epi reflechi sou fè egzèsis ki mande mwens efò pou aktivite deyò ki dire pi lontan yo, tankou antrènman ak match espòtif. Siveye sentòm kay timoun ki sansib yo. Timoun ki soufri opresyon yo dwe suiv plan daksyon yo pou opresyon an epi kenbe medikaman pou soulajman rapid yo soulamen.
Ant 151 ak 200	Pa Bon pou Lasante	Pou tout aktivite deyò, kite yo pran plis ti repo epi fè yo fè aktivite ki pa fatigan epi ki kout (ki dire mwens pase inèdtan). Siveye tout sentòm ki gen pou wè ak kalite lè a, tankou dlo nan je, gòj k ap grate oswa respirasyon difisil. Ranvwaye oswa fè andedan tout aktivite fatigan ak pwolonje (ki dire plis pase inèdtan), tankou antrènman ak match espòtif. Timoun ki sansib yo dwe evite aktivite deyò ki pa nesesè.
Ant 201 ak 300	Pa Bon Ditou pou Lasante	Ranvwaye oswa fè andedan tout aktivite deyò yo. Pa fè aktivite fatigan oswa pwolonje (ki dire plis pase inèdtan) (paregzanp, match espòtif) deyò.
Plis pase 300	Danjre	Ranvwaye oswa fè andedan tout aktivite deyò yo. Si yo prevwa AQI an pral danjre pandan plis pase yon jounen, administratè lekòl yo dwe reflechi sou ofri edikasyon a distans olye de lekòl an pèsonn, epi peze konsekans aprantisaj a distans la pa rapò ak risk nivo AQI ki pa bon pou lasante.