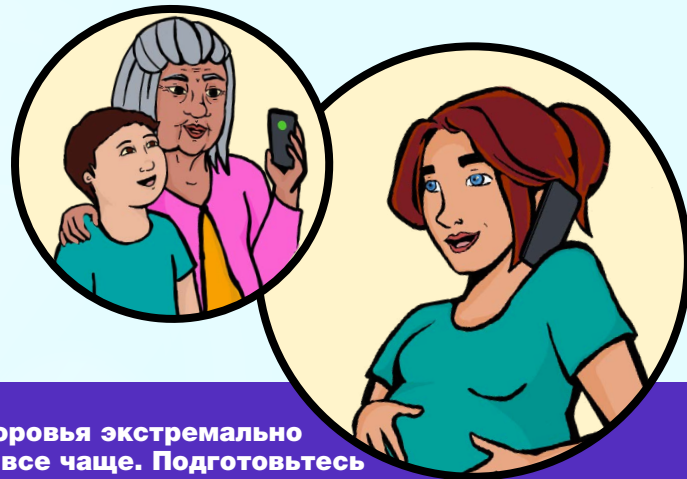


Позаботьтесь о себе и близких: как подготовиться к жаркой погоде



Вследствие изменения климата опасная для здоровья экстремально жаркая погода в г. Нью-Йорке устанавливается все чаще. Подготовьтесь к такой погоде. Чтобы обеспечить свою безопасность и безопасность других людей, следует:

- ✓ Узнать о признаках и рисках недомогания, провоцируемого жарой.
- ✓ Избегать перегрева в помещениях и на улице: пить воду, воздерживаться от интенсивной физической активности, находиться в помещениях с кондиционированием воздуха либо в тени или местах, защищенных от прямых солнечных лучей.

Если у вас нет кондиционера:

- Подайте заявку на получение бесплатного кондиционера: on.nyc.gov/3uQXwMo.
- Найдите ближайшее место, где есть кондиционер. Это может быть, например, библиотека.
- Найдите ближайший центр охлаждения г. Нью-Йорка. Это можно сделать, позвонив по номеру **311**, или на сайте finder.nyc.gov/coolingcenters.

- ✓ Интересоваться самочувствием своих друзей, членов семьи, соседей и коллег.

Для получения более подробной информации посетите сайт nyc.gov/health/heat.