

געזונטע שטובער: האלטן שטובער געזונט און פארזיכערט פאר קינדער

נוצט דעם וועגווייזער צו אידענטיפיצירן
געזונטהייט געפארן אין אייער שטוב.



בל"י איז א גיפט וואס געפונט זיך אפט אין אלטע פארב. בל"י פארב, און די שטויב וואס דאס ווערט, איז די מערסט באקאנטע אורזאך פון קינדער-יאַרן בל"י פארגיפטונג אין ניו יארק סיטי (NYC). געביידעס וואס זענען געבויט געווארן איידער 1960 קען נאך האבן בל"י פארב אויף די ווענט, פענסטערס, פענסטער סילס, טירן און אנדערע ערטער. בל"י קען אויך געפונען ווערן אין עטליכע קאנסומער פראדוקטן, און אין געוויסע ערד און פלאמבינג. בל"י פארגיפטונג קען פאראורזאכן לערנען און אויפפירונג פראבלעמען אין קינדער, און פראבלעמען דורכאויס שוואנגערשאפט און אנדערע געזונט פראבלעמען אין ערוואקסענע (צ.ב. הויכע בלוט דרוק, ניראלאגישע און נירן פראבלעמען, אינפערטיליטי און אימפאטענס).

צו באשיצן אייער קינד פון בל"י פארגיפטונג:

- דערמאנט אייער דאקטאר אונטערצוזוכן אייער קינד פאר בל"י פארגיפטונג ב"י די עלטער פון 1 יאר און 2 יאר. פרעגט וועגן אונטערזוכן עלטערע קינדער.
- באריכטעט שיינדע פארב צו אייער לענדלארד. רופט **311** אויב דער פראבלעם ווערט נישט פאראראכטן אדער אויב איר קלערט אז פארריכטונגס ארבעט ווערט געטון אויף א נישט זיכערע אופן.
- וואשט אפט די ערד, פענסטער סילס, הענט, שפילצייג און צאמיס.
- פארמיידט זיך פון נוצן פראדוקטן וואס עס איז באוואוסט אז עס האט אין זיך בל"י. געוויסע פראדוקטן פון אנדערע לענדער-אזוויי געזונטהייט רעמעדיס, עסן, געוורצן, שפילצייג, פארצעלאן, קאסמעטיקס און רעליגיעזע פאודערס-קענען פארמאגן בל"י, אפילו עס ווערט נישט אויסגערעכנט אויף די פראדוקט פעקעדשינג. פאר מער אינפארמאציע, באזוכט nyc.gov/hazardousproducts.

- נוצט נאר קאלטע קראן וואסער פאר טרינקען, קאכן און מאכן בעיבי פארמולע. לאזט די וואסער רינען פאר כאטש 30 סעקונדעס, ביז עס איז זיכער קעלטער, איידער איר נוצט עס. רופט **311** צו באקומען אן אומזיטע בל"י טעסט קיט פאר טרינק-וואסער.



פאר מער אינפארמאציע,
 באזוכט nyc.gov/lead



פעסטס (קריכעדיגע)



פעסטס אזיווי דשוקעס און מייז קענען מאכן אסטמע סימפטאמען ערגער אדער קען עס צוברענגען אסטמע אטאקעס.

צו קאנטראלירן פעסטס אין אייער שטוב:

- באריכטעט צו אייער לענדלאנד אדער סופעראינטענדענט אויב איר האט וואסער ליעקס, שפאלטנס, לעכער און פעסטס. רופט **311** אויב דער פראבלעם ווערט נישט פאראכטן.
- האלט עסן אין פארמאכטע האלטערס.
- ווערט פטור פון אנגעלייגטע זאכן, אזיווי פאפנדעקן שאכטלעך, צייטונגען און פאפירענע זעקלעך.
- נוצט מיסט קאסטענעס מיט דעקלעך וואס מאכן זיך גוט צו, און טראגט ארויס די מיסט און ריסיקלינג יעדן טאג.
- בינדט צו די מיסט זעקלעך איידער איר לייגט זיי אריין אין קאמפעקטער טשוטס.
- נוצט טרעפס פאר מייז און בעיט סטעישיענס און דשעל פאר דשוקעס און מורישיקעס.
- נוצט קיינמאל נישט קיין אומלעגאלע פעסטיסיידס אזיווי טרעס פאסיטאס (Tres Pasitos), טשייניס טשאלוק (Chinese Chalk) אדער טעמפא (Tempo).
- נוצט קיינמאל נישט קיין פאגגערס, באמבעס אדער לויזע ראדענט בעיט.

שימל



שימל קען פאראורזאכן אלערגישע רעאקציעס און קען מאכן אסטמע סימפטאמען ערגער אדער צוברענגען אסטמע אטאקעס.

צו באשיצן אייער פאמיליע פון שימל:

- ליפטערט אויס פייכטע ערטער (צ. ב., בית הכסא, קאך) דורך עפענען א פענסטער אדער לאזן א פען אנגעצינדען בשעת'ן נעמען א שויער אדער קאכן.
- באריכטעט אלע פלאמבינג ליעקס און פייכטקייט פראבלעמען צו אייער לענדלאנד אדער סופעראינטענדענט. רופט 311 אויב דער פראבלעם ווערט נישט פאראכטן.
- אויב מעגליך, שפארט אפ פארשימלטע ערטער ביז עס ווערט גערייניגט אדער פאראכטן און האלט קינדער און שטוב חיות אוועק פון דארט.
- נוצט א די-הוימידיפייער צו נידערן הוימידיטי שטאפלען אין אייער הויז.

טאביק רויך



צווייטהאנטיגע רויך איז געפארפול. עס פאראורזאכט קענסער, הארץ קראנקהייט און אנדערע קרענק אין רויכערער ווי אויך נישט-רויכערער. עס טוט אויך הייבן די ריזיקע פון אסטמע אין קינדער און קען מאכן אסטמע סימפטאמען ערגער אדער צוברענגען אסטמע אטאקעס.

צו באשיצן אייער קינד פון צווייט-האנטיגע רויך:

- הערט אויף רייכערן. פאר הילף אויפצוהערן, רופט 311 אדער באזוכט nyc.gov און זוכט פאר **quit smoking** (אויפהערן רייכערן).
- ערלויבט נישט קיין רייכערן אין אייער הויז. רייכערן אין אן אנדערע צומער אדער נעבן אן אפענע פענסטער, פען אדער עיר קאנדישענער באשיצט נישט נישט-רויכערער פון צווייט-האנטיגע רויך.



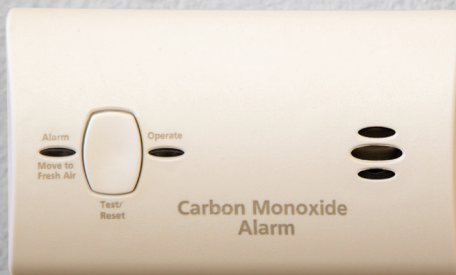
זיכרהייט געפארן



טאג-טעגליכע זאכן ווי מעדעצינען און רייניגן פראדוקטן קענען ווערן זיכרהייט געפארן ווען עס ווערט איבערגעלאזט אין א פלאץ וואו קינדער קענען צוקומען דערצו. אנדערע זיכרהייט געפארן רעכענען אריין קארבען מאנאקסייד ליעקס פון צעבראכענע אויווענעס און פענסטערס אן פענסטער גראטעס.

צו באשיצן אייער קינד פון זיכרהייט געפארן:

- מאכט זיכער אז פענסטער שיעערס זענען ריכטיג אריינגעשטעלט געווארן אויב עס וואוינט מיט אייך א קינד וואס איז יונגער ווי 11 יאר. באריכטעט צום לענדלארד אויב עס פעלט פענסטער גראטעס רופט **311** אויב דער פראבלעם ווערט נישט פארראכטן.
- מאכט זיכער אז רויך און קארבען מאנאקסייד דעטעקטערס זענען אינסטאלירט אין אייער שטוב. טוישט די באטעריע אין פרילינג און אין הערבסט ווען איר טוישט די זייגער פאר דעילייט סעיווינגס צייט.
- האלט אין שטוב א פייער עקסטינגווישער וואס ארבעט.
- האלט מעדעצינען, רייניגן פראדוקטן און אנדערע כעמיקאלן אין א פלאץ וואו קינדער קענען נישט דערגרייכן (צ.ב. הויעך אין א שענקל אדער אין א שענקל מיט א שלאס).
- לייגט אוועק די טעלעפאן נומער פון די NYC פאזען קאנטראל צענטער אין אייער סעל פאון: **212-POISONS (212-764-7667)** רופט די NYC פאזען קאנטראל צענטער פאר אנווייזונגען אויף באהאנדלען מעגליכע פארגיפטונג און מיט פראגעס וועגן מעדעצין זיכרהייט, פלאנצונגען און שטוב פראדוקטן.



האלטן קינדער געזונט און פארזיכערט פאנגט זיך אן אין שטוב.

פאר מער אינפארמאציע, רופט 311 אדער באזוכט nyc.gov/health און זוכט
[.healthy homes](https://nyc.gov/health/healthy-homes)

