



קאלטע וועטער רעאקציע וועגווייזער



מענטשן און
פאמיליעס

אין די צייט פון ווינטער שטורעמס, קענען זיין געפארפול נידריגע טעמפעראטורן, שווערע שניי פאלן, שטארקע ווינטן, אייז, האגל און געפרוירענע רעגן. נידריגע טעמפעראטורן קענען צוברענגען געזונטהייט פראבלעמען ווי פראסטבייט און הייפאטהערמיע. הייפאטהערמיע איז א לעבנס דראענדע צושטאנד אין וועלכע די קערפער'ס טעמפעראטור ווערט געפארפול נידריג. צייכנס פון הייפאטהערמיע רעכענען אריין ציטערן, אומקלארע רעדן, שטאטליכקייט, שלעפערדיגקייט, אומגעווענליכע אויפפירונג, צומישעניש, שווינדלונג און אויבערפלעכליכע אטעמען. פראסטבייט איז אן ערנסטע שעדיגונג צו א קערפער טייל, וואס ווערט פאראורזאכט דורך פריירונג. פראסטבייט באטרעפט געווענליך פינגערס און פוס פינגערס אדער אומפארדעקטע ערטער אזוי ווי די אויערן אדער טיילן פונעם פנים. סימפטאמען רעכענען אריין רויטקייט; ווייטאג; פארטייבטקייט; אדער בלאסע, פעסטע אדער ענליך-צו-וואקס הויט.

ווייסט ווער איז אין געפאר.



געוויסע מענטשן זענען אין א גרעסערן געפאר פאר געזונטהייט פראבלעמען פון קאלטע וועטער. מענטשן וואס זענען אממערסטנס ווארשיינליך באטראפן צו ווערן פון קאלטע וועטער רעכענען אריין:

- ◀ מענטשן וואס זענען היימלאז און נישט אין קיין שעלטערס
- ◀ מענטשן וואס טרינקען זיך שטארק איבער, אדער נוצן דראגס
- ◀ מענטשן וואס וואוינען אין היימען אן קיין הייצונג, און:
 - ◀ זענען 65 יאר אדער עלטער
 - ◀ האבן כראנישע מעדיצינישע פראבלעמען אזוי ווי הארץ קראנקהייט, אטעמען פראבלעמען אדער צוקער קראנקהייט
 - ◀ האבן ערנסטע גייסטיגע קראנקהייט אדער אנטוויקלונג דיסאביליטיס.
 - ◀ זענען געזעלשאפטליך אפגעזונדערט, האבן באגרעניצטע באוועגונג אדער קענען נישט ארויסגיין פון הויז.

שטרעקט אויס א האנט.



- ◀ אויב איר פארדעכטיגט אז א מענטש ליידיט פון פראסטבייט אדער הייפאטהערמיע, נעמט אים אדער איר צו א ווארעמע פלאץ און רופט 911. העלפט האלטן דעם מענטש ווארעם דורכן אראפנעמען סיי וועלכע פייכטע קליידונג, און אים אדער איר צודעקן מיט ווארעמע דעקעס.
- ◀ אינטערעסירט זיך אויף שכנים, פריינט און קרובים וועלכע קענען זיין אין געפאר און העלפט זיי טרעפן א ווארעמע פלאץ.

אלגעמיינע אנווייזונגען

◀ באקומט העלטה אינפארמאציע פון פארלעסליכע קוועלער (nyc.gov, cdc.gov און 311).

◀ שרייבט זיך אין פאר Notify NYC פאר אינפארמאציע וועגען עמערדזשענסי פעלער.

◀ אויב איר אדער עמיצער וואס איר קענט שפירט זיך איבערגעוועלטיגט און דארף הילף זיך צו ספראווען, באזוכט nyc.gov/nycwell פאר אומזיסטע הילף אין אייער שפראך.

◀ אין אן עמערדזשענסי, רופט שטענדיג 911.

הייצט אייער היים זיכערערהייט.



◀ אויב אייער היים איז נישט געהייצט אדער אויב איר האט נישט קיין הייס וואסער, רעדט צום געביידע אייגנטימער, פארוואלטער אדער סופעראינטענדענט. רופט 311 אויב דער פראבלעם ווערט נישט פארראכטן.

◀ אויב איר זענט א היים אייגנטימער און האט שוועריגקייטן מיטן באצאלן פאר הייצונג אדער פאררעכטן עקוויפמענט, קענט איר קוואליפצירן פאר די Home Energy Assistance Program (היים-ענערגיע הילף פראגראם), וועלכע שטעלט צו עמערדזשענסי הייצונג הילף פאר די וואס קומען נאך איינקופט באדינונגען. רופט 311 פאר מער אינפארמאציע.

◀ אויב מעגליך, גייט צו א ווארעמע פלאץ.

◀ שטעקט איין ספעיס היטערס דירעקט אין א וואנט אוטלעט און לאזט זיי קיינמאל נישט אומבאאכטעט, ספעציעל ארום קינדער.

פארמיידט קארבאן מאנאקסייד פארגיפטיגונג.



◀ מאכט זיכער אז איר האט א קארבאן מאנאקסייד דעטעקטער און א רויך אלארם וואס ארבעטן אין אייער היים. אויב אייער געביידע אייגנטימער שטעלט נישט צו קיין קארבאן מאנאקסייד דעטעקטער און רויך אלארם, רופט 311.

◀ פאר מער אינפארמאציע איבער ווי אזוי אונטערצוזוכן אייער קארבאן מאנאקסייד דעטעקטער, באזוכט <http://www.nyc.gov/health> און זוכט "Prevent Carbon Monoxide Poisoning" (פארמיידט קארבאן מאנאקסייד פארגיפטיגונג).

◀ נוצט קיינמאל נישט קיין גאז ברענערס אדער אויוונס צו הייצן אייער היים. קעראסין היטערס און פראפען ספעיס היטערס זענען אומלעגאל אין ניו יארק סיטי.

◀ רייניגט די שניי פון אייער קאר'ס טעילפייפ איידער איר צינדט אן דעם ענדזשין. לאזט קיינמאל נישט אייער קאר לויפן אינעווייניג אין א גאראדזש אדער ביי א הויפן שניי.

◀ אויב איר שמעקט גאז אדער אייער קארבאן מאנאקסייד דעטעקטער צוקלינגט זיך, עפנט די פענסטערס, דאן גייט ארויס און רופט 911.

◀ גייט נישט צוריק אריין ביז ווילאנג אייער היים ווערט דערקלערט אלס זיכער.

◀ נוצט נישט קיין ליכט, שוועבלעך אדער אנדערע אפענע פלאמען צו קוקן אויב עס זענען דא רינענדע גאז ליניעס.

זייט זיכער אינדרויסן.



◀ פארדעקט אפענע הויט. טראגט הוטן, הענטשוך און מערערע שיכטן פון טרוקענע קליידונג.

◀ שפאצירט פארזיכטיג זיך צו פארמיידן אויסגליטשן און פאלן דורכאויס אייזיגע אדער גליטשיגע צושטאנדן.

◀ זייט פארזיכטיג ביים שאוולען שניי. צוערשט ציעט זיך אויס כדי צו פארמיידן שעדיגונג, און געדענקט צו מאכן הפסקות און טרינקען אסאך וואסער.

◀ פארמיידט זיך פון דרייוון דורכאויס שווערע אדער בלאזנדע שניי צושטאנדן.