

Siveye siy maladi anrapò ak chalè yo

EPIZMAN AKÒZ CHALÈ

Sentòm yo:

- Gwo transpirasyon
- Maltèt
- Feblès, fatig, vètij
- Kèplen oswa vomisman



Sa pou fè:

- Rele yon doktè si sentòm yo dire plis pase inèdtan
- Ale nan yon espas ki gen èkondisyone
- Pran ti gòje dlo fre
- Pran yon douch oswa beny fre



KOUT CHALÈ

Sentòm yo:

- Tanperati kò trè wo
- Konfizyon
- Maltèt k ap bat
- Kèplen
- Pèt konesans



Kout chalè se yon ijans
Rele 911 si yon moun
gen siy sa yo



Prepare pou jounen chalè anndan

UESF

Pòt Prensipal Benefis Sant Aksè

Konnen plis e enskri nan benefis estatal ak federal
215-814-6845 – BAC@uesfacts.org

Pwogram Asistans Sèvis Piblik

Sèvis piblik yo menase oswa yo koupe
215-814-6837 – utility@uesfacts.org

Plis resous sou chalè nan
phila.gov/heat

Ann rete konekte!

Rezo Patnè Entèkansyon Kominotè
Antre nan pou jwenn mizajou sou avètisman pou chalè ak lòt Ijans Sante Piblik yo.



Enskri sou entènèt

bit.ly/phlcommunityresponse

Rete Fre Pandan Ete Sa A

Rete fre, Philly!



Èske ou te konnen?



Tan ki cho anpil ka fè ou malad.

Kimoun ki gen risk?

Tan ki cho anpil trè danjere pou tout moun. Sèten moun gen plis risk pou yo vin malad:

- Granmoun ki gen 65 lane oswa plis
- Tibebe ak jenn timoun
- Moun ki gen yon pwoblèm medikal kwonik (tankou dyabèt oswa maladi kè)
- Moun ki nan sitiasyon sanzabri
- Travayè deyò yo
- Atlèt yo



Tan ki cho, imid kapab diminye kalite lè a tou.

Si ou gen yon pwoblèm respiratwa, tankou opresyon, ou ka gen pou ou limite kantite tan ou pase deyò.



Liy dirèk Kòporasyon Filadelfi pou Vyeyisman (PCA)

Konsèy sou sekirite pandan ak resous de enfimyè ki antrene.

Liy dirèk PCA: 215-765-9040



Kisa Ou Ka Fè

RETE FRE

- Rete nan edifis ki gen èkondisyone
- Evite limyè solèy dirèk
- Mete sou ou rad ki lejè, ki laj



RETE IDRATE

- Bwè anpil dlo, ji fwi ak lòt likid
- Evite alkòl, kafeyin ak bwason sikre

RETE ENFÒME

- Resewwa avètisman sou chalè ak ijans **GRATIS** nan @PhilaOEM nan telefòn ou dirèkteman. **Tèks READYPHILA** nan **888-777** pou w enskri.
- Rete ajou sou meteyo lokal yo

VOYE ZYE SOU LÒT YO

- Siveye moun aje yo ak vwazen ki konfine lakay yo
- Si ou wè yon moun ki nan sitiasyon sanzabri ki bezwen èd, **rele 215-232-1984**
- **Si ou panse yon moun gen yon ijans medikal, rele 911**

Sèvis Vil

Sant Refwadisman

Kote pou chape anba chalè a epi pwofite enpe èkondisyone pandan ijans chalè yo. Vizite bibliyotèk gratis lokal ou oswa rele 3-1-1 pou jwenn yon sant refwadisman toupre ou.

Teren Pilverizasyon

Yon fason gratis, divètisan ak sekirize pou pwofite de dlo pandan ete sa - e Philly gen plis pase 90 ladan yo! Jwenn youn toupre ou: bit.ly/SpraygroundFinder

Pisin Piblik

Pisin yo se yon pati tout moun renmen nan vil la, e se yon bèl fason pou rafrech ou, divèti ou epi rete aktif. Pou konsiltè orè ouvèti pisin yo, visite: phila.gov/ppr



Divètisman Lari

Chak jou lasemèn pandan ete a, yo ka fèmen lari ou la pou sèvi manje gratis pou timoun ki nan katye a epi pèmèt yo jwe deyò.

Pou aplike pou vin yon Divètisman Lari rele nan (215) 685-2719 oswa vizite www.phila.gov/programs/playstreets/

