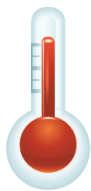


Предотвращение инцидентов, связанных с высокой температурой в вашем Pantry



Длительная жаркая погода может привести к тепловым заболеваниям и проблемам со здоровьем, таким как: обезвоживание, тепловой стресс, тепловое истощение и тепловой удар, если тело становится слишком горячим и не может охладиться должным образом. Жара может также ухудшить существующие хронические заболевания такие как болезнь сердца

Кто наиболее подвержен риску:



Дети



Инвалиды



Старики



Работники на открытом воздухе

Как избежать рисков:



Избегайте обезвоживания (пейте воду)



Находитесь в помещениях с кондиционером



Носите легкую светлую свободную одежду

Советы для вашего pantry:

- Иметь воду для участников, сотрудников и волонтеров
- Если возможно, переместите pantry внутрь или используйте навес
- Регулярно отмечайтесь в вашей команде, делайте перерывы в прохладных или затененных местах.
- Работайте в парах и по возможности избегайте чрезмерных нагрузок.
- Имейте в виду, что люди могут подвергнуться эмоциональному воздействию чрезмерной жары
- При необходимости внесите коррективы в ваше pantry, чтобы своевременно вывести людей из жары.
- Подумайте о том, чтобы у волонтеров или участников были охлаждающие ткани.
- Если вы получили заблаговременное предупреждение, обратитесь к волонтерам, чтобы подготовиться
- Позвоните по номеру 311 для получения дополнительной информации или для поиска открытых центров охлаждения
- Позвоните 911, если у кого-то возникла чрезвычайная ситуация

Подпишитесь на оповещения:

San Francisco – AlertSF: www.alertsf.org

Marin – Alert Marin: <http://www.alertmarin.org>

Ознакомьтесь с различными предупреждениями о перегреве, о которых может быть сообщено

Перспектива жары
Сообщается, когда может быть чрезмерная жара в течение следующих 3-7 дней.

Наступление жары
Сообщается, когда в течение следующих 24-72 часов может быть чрезмерная жара

Предупреждение о перегреве
Сообщается в течение 12 часов с момента появления чрезвычайно опасных тепловых условий