

## **Alert.seattle.gov/heat [Alert.seattle.gov/init]**

**Ang Mga Pangyayari:** Dumadanas sa kasalukuyan ang palibot ng Seattle ng matataas na temperatura na alam bilang heat wave. Kapag napakataas ang mga temperatura sa labas, tumataas ang panganib na magkakasakit dahil sa init. Lalong nasa panganib ang mga nakatatanda, mga bata, at taong may sakit ang kaisipan at nagpapatuloy na sakit.

### **Ano ang dapat gawin:**

- Pumunta sa mga lugar na may aircon. Pumunta sa mall, sinehan, o iba pang publikong lugar na may aircon.
- Takpan ang mga bintanang naaarawan sa umaga at sa hapon.
- Magsuot ng manipis na damit.
- Bisitahin ang mga nakatatandang kapitbahay at kamag-anak at hikayatin silang manatiling malamig at regular na uminom ng maraming tubig.
- Huwag sobrang magbilad sa araw.
- Huwag iwanan sa sasakyang nakaparada ang mga sanggol, bata, alagang hayop o mga tao na limitado ang kakayahang lumakad.
- Manatiling nakikinig sa radyo upang makuha ang pinakabagong impormasyon tungkol sa emerhensiya.
- ***Kung may kilala kayong hindi naiintindihan, nakikita o naririnig itong mensahe, mangyaring sabihin sa kanila ang impormasyong ito.***

### **Mga link na makakatulong:**

<http://www.seattle.gov/emergency-management/what-if/hazards/excessive-heat>

<http://www.doh.wa.gov/Emergencies/EmergencyPreparednessandResponse/Factsheets/HotWeatherSafety>

<http://www.ready.gov/heat>