للنشر فورًا: 2022/7/18 **_الحاكمة كاثي هوكول_**

الحاكمة هوكول تحث سكان نيويورك على الاستعداد للأجواء شديدة الحرارة ابتداء من يوم الثلاثاء

من المتوقع أن تؤثر الحرارة المرتفعة والرطوبة على معظم الولاية من الثلاثاء إلى الخميس بقيم في التسعينات في المناطق المرتفعة وبالمئات في المناطق المنخفضة على مؤشر الحرارة

تشجِّع الحاكمة هوكول سكان نيويورك على زيارة مراكز التبريد الإقليمية والبقاء في الداخل والاطمئنان على الجيران المعرضين للخطر حيث تشكل درجات الحرارة والرطوبة الشديدة خطرًا على الجميع، لا سيما كبار السن والأطفال الصغار

حثَّت الحاكمة كاثي هوكول اليوم سكان نيويورك في جميع أنحاء الولاية على الاستعداد لظروف الحرارة الخطرة التي تبدأ يوم الثلاثاء ومن المتوقع أن تستمر حتى يوم الخميس حيث من المتوقع أن يتسبب مزيج من درجات الحرارة المرتفعة ومستويات الرطوبة المعتدلة إلى المرتفعة في ظهور قيم مؤشر الحرارة في التسعينيات ويحتمل أن تكون في المئات في المنخفضات في مناطق معينة، بما في ذلك منطقة مدينة نيويورك.

في يوم الثلاثاء، سترتفع درجات الحرارة بشكل كبير في وسط مدينة نيويورك ولونغ آيلاند ومناطق ميد هدسون السفلى. وبحلول يوم الأربعاء، ستعم درجات الحرارة المرتفعة والرطوبة معظم الولاية مع حرارة تقترب من 95 درجة. وفي يوم الخميس، من المحتمل أن تواجه مناطق وسط المدينة أخطر ظروف الحرارة، حيث من المتوقع حاليًا أن تتجاوز قيم مؤشر الحرارة علامة 100 درجة.

"ستجلب الأيام العديدة القادمة حرارة شديدة في جميع أنحاء الولاية مع مؤشرات حرارة خطيرة من المحتمل أن تصل إلى المائة،" **قالت الحاكمة هوكول.** "أحثُّ جميع سكان نيويورك على الاستعداد للحرارة والرطوبة هذا الأسبوع ومراقبة الطقس عن كثب خلال اليومين المقبلين. بصفتنا سكان نيويورك، فإننا نعتني ببعضنا البعض، لذا من فضلكم لا تنسوا الاطمئنان على الجيران، وخاصة كبار السن وأولئك الذين لديهم أطفال صغار والأشخاص ذوي الإعاقة."

قالت جاكي براي مفوضة قسم خدمات الطوارئ والأمن الداخلي بالولاية: "تخلق آثار الحرارة والرطوبة المرتفعة على مدار أيام قليلة ظروفًا خطيرة يمكن أن تؤدي إلى الإجهاد الحراري والمرض. يجب أن يبذل سكان نيويورك قصارى جهدهم للبقاء في الداخل والحفاظ على رطوبتهم عن طريق شرب الكثير من الماء. إذا اخترتم ممارسة الرياضة أو اضطررتم إلى العمل بالخارج، فحاولوا القيام بذلك في الصباح الباكر أو في ساعات المساء عند غروب الشمس عندما لا تكون درجات الحرارة شديدة."

"يعتبر شهر يوليو/تموز عادة أحد أكثر أوقات السنة حرارة في ولايتنا، ومع ارتفاع درجة الحرارة، من الضروري أن نكون أكثر يقظة بشأن حماية مواطنينا الأكثر ضعفًا من الحرارة الشديدة، بالإضافة إلى الحفاظ على الأطفال الصغار في مأمن من مخاطر السيارات الساخنة أو الشاحنات أو الشاحنات الصغيرة،" **قال روبرت جيه رودريغيز مسؤول إدارة الخدمات العامة الذي يشرف على قسم حماية المستهلك بولاية نيويورك.** "للمساعدة في إنقاذ الأرواح وإحباط المآسي التي لا داعي لها، أشجِّع جميع سكان نيويورك على تعلم بعض نصائح السلامة المهمة وتنفيذ تدابير تحذيرية لضمان رفاهية الأطفال في رعايتهم أو أي طفل يتعرض للخطر."

يجب على سكان نيويورك مراقبة توقعات الطقس المحلية للحصول على أحدث المعلومات. للحصول على قائمة كاملة لمراقبة الأحوال الجوية والتحذيرات والإنذارات وأحدث التوقعات، قم بزيارة موقع ويب دائرة الأرصاد الجوية الوطنية.

كما تذكِّر وزارة الصحة بولاية نيويورك سكان نيويورك بأن الحرارة هي القاتل الأول المتعلق بالطقس في الولايات المتحدة. يمكن الوقاية من الوفيات والأمراض المرتبطة بالحرارة، ومع ذلك يعاني الكثير من الناس سنويًا من آثار الحرارة الشديدة. بعض الأفراد أكثر عرضة للإصابة بأمراض مرتبطة بالحرارة أكثر من غيرهم. يجب أن يتعلم سكان نيويورك عوامل الخطر وأعراض الأمراض المرتبطة بالحرارة لحماية أنفسهم وأحبائهم.

تشمل أعراض ضربة الشمس ما يلي:

- السخونة وجفاف واحمرار الجلد
- سرعة النبض
- سرعة واضمحلال التنفس
- ارتفع درجة حرارة الجسم إلى أكثر من 105 فهرنهايت
- فقدان اليقظة والارتباك و/أو فقدان الوعي.

يمكن لسكان نيويورك معرفة المزيد، بما في ذلك أماكن مراكز التبريد، على موقع الويب المخصص هنا.

استعدادات الوكالات

قسم الأمن الداخلي وخدمات الطوارئ

يقوم مركز عمليات الطوارئ التابع لقسم الأمن الداخلي بولاية نيويورك وخدمات الطوارئ بمراقبة الأحوال الجوية والتواصل مع مديري الطوارئ المحليين وسينسق أي احتياجات استجابة من الحكومات المحلية. مخزونات الولاية جاهزة لنشر الأصول دعمًا للأحياء المحلية المحتاجة.

إدارة الخدمة العامة

ستراقب وزارة الخدمة العامة بولاية نيويورك (DPS) ظروف النظام الكهربائي وتشرف على استجابة المرافق لأي مواقف قد تنشأ نتيجة للحرارة الشديدة هذا الأسبوع. وزارة الخدمة العامة بولاية نيويورك (DPS) على اتصال مباشر مع قادة المرافق للتأكد من جاهزية أنظمتهم للحرارة الشديدة ومتابعتهم لظروف النظام طوال الحدث. وإذا لزم الأمر، ستقوم وزارة الخدمة العامة بولاية نيويورك (DPS) بتنشيط برنامج الحد من حمل الذروة لجميع وكالات ولاية نيويورك؛ سيقوم مشغل النظام المستقل في نيويورك بتنشيط برنامج الطلب الطوعي للاستجابة لحالات الطوارئ لتقليل العبء حسب الضرورة؛ ومرافق نيويورك لديها ما يقرب من 5,500 عامل متاحين عند الضرورة للمشاركة في جهود تقييم الأضرار والاستجابة والإصلاح والترميم في جميع أنحاء ولاية نيويورك لهذا الحدث الحراري. سيتتبع موظفو الوكالة عمل المرافق طوال فترة الحدث ويضمنوا قيام المرافق بنقل الموظفين المناسبين إلى المناطق التي تعاني من أكبر التأثيرات.

النصائح المتعلقة بالحرارة

إن الحرارة المفرطة هي السبب الرئيسي للوفيات المتعلقة بالظروف المناخية التي يمكن الوقاية منها كل عام خاصة بين كبار السن. وفقًا لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها، تسبب الحرارة أكثر من 600 حالة وفاة يمكن الوقاية منها في الولايات المتحدة كل عام. لمساعدة سكان نيويورك على البقاء بأمان أثناء الحرارة الشديدة، اتبع الإرشادات التالية:

كن مستعدًا

من المهم اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب الإرهاق الحراري، وهذا يشمل تعديل جدولك الزمني لتجنب الخروج في الهواء الطلق خلال ساعات اليوم الأكثر حرارة وتعديل نظامك الغذائي واستهلاك الماء عندما يكون ذلك ممكنًا.

- قلِّل من الأنشطة والتمارين الشاقة، خاصة من الساعة 11 صباحًا حتى 4 مساء، وهي ساعات ذروة أشعة الشمس.
- يجب إجراء التمارين في الصباح الباكر، قبل الساعة 7 صباحًا.

- تناول كميات أقل من البروتين والمزيد من الفواكه والخضروات. ينتج البروتين ويزيد حرارة التمثيل الغذائي، مما يؤدي إلى فقدان الماء. تناول وجبات صغيرة ولكن تناول المزيد من الطعام. لا تتناول الأطعمة المالحة.
- اشرب ما لا يقل عن كوبين إلى أربعة أكواب من الماء كل ساعة أثناء الحرارة الشديدة، حتى لو كنت لا تشعر بالعطش. تجنب المشروبات التي تحتوي على الكحول أو الكافيين.
- إذا كان من الممكن، ابتعد عن أشعة الشمس وابق في أجواء الهواء المكيف. تقوم الشمس بتسخين جسمك من الداخل مما ينتج عنه الجفاف. إذا لم يتوفر مكيف الهواء، ابق في الطابق السفلي بعيدًا عن أشعة الشمس أو اذهب إلى مبنى عام مكيف
- إذا اضطررت إلى الخروج في الهواء الطلق، فارتد واقٍ من الشمس مع عامل حماية عالٍ من الشمس (على الأقل SPF 15) وقبعة لحماية وجهك ورأسك.
- عند الذهاب إلى الخارج، ارتد ملابس فضفاضة وخفيفة وفاتحة. قم بتغطية أكبر قدر ممكن من جسدك لتجنب الإصابة بحروق الشمس وتأثيرات ارتفاع درجات حرارة أشعة الشمس الزائدة على جسمك.
- لا تترك الأطفال أو الحيوانات الأليفة أو الذين يحتاجون لرعاية خاصة في سيارة متوقفة، خاصة أثناء فترات حرارة الصيف الشديدة. يمكن لدرجات الحرارة داخل مركبة مغلقة أن تصل إلى 140 درجة فهرنهايت بسرعة. يمكن أن يؤدي التعرض لدرجات الحرارة المرتفعة إلى الوفاة في غضون دقائق.
- حاول الاطمئنان على جيرانك أثناء موجة الحر، خاصة إذا كانوا مسنين أو لديهم أطفال صغار أو لديهم إعاقات. تأكد من وجود ما يكفي من الطعام والماء لحيواناتك الأليفة.
- يمكن أن يكون التعرض لفترات طويلة للحرارة ضارًا ومن المحتمل أن يكون مميتًا. اتصل بالرقم 911 إذا ظهر عليك أو على أي شخص تعرفه علامات أو أعراض المرض الحراري، بما في ذلك الصداع والدوار الخفيف وتشنجات العضلات والغثيان والقيء.

استرشد في استهلاك الطاقة

إن اتخاذ الإجراءات الذكية لتقليل استخدام الطاقة خاصة أثناء فترات ذروة الطلب لن تساعد فقط في تقليل حمل الذروة الخاص بالولاية، بل إنها ستوفر أموال المشتركين عندما تكون الكهرباء هي الأكثر تكلفة. لتقليل استخدام الطاقة خاصة أثناء فترات الذروة، يتم تشجيع العامة على اتخاذ بعض تدابير توفير الطاقة التالية بدون تكلفة أو بأقل تكلفة:

- أغلق الستائر والنوافذ والأبواب في الجانب المشمس من منزلك لتقليل تراكم الحرارة الشمسية.
- أغلق مكيفات الهواء والمصابيح والأجهزة الأخرى عندما تكون خارج المنزل واستخدم مؤقتًا لتشغيل مكيف الهواء الخاص بك حوالي نصف ساعة قبل وصولك للمنزل. استخدم أشرطة الطاقة المتطورة "لإيقاف تشغيل" جميع الأجهزة مركزيًا وتوفير الطاقة.
- يمكن للمراوح أن تجعل الغرف أبرد إلى 10 درجات وتستخدم 80 في المائة طاقة أقل من مكيفات الهواء.
- في حالة شراء مكيف هواء، ابحث عن طراز ENERGY STAR المؤهل الذي يستهلك طاقة أقل بنسبة تصل إلى 25 في المائة من النموذج القياسي.
- اضبط مكيف الهواء الخاص بك على 78 درجة أو أعلى لتوفير تكاليف التبريد.
- ضع مكيف الهواء الخاص بك في نافذة مركزية بدلًا من نافذة بالزاوية للسماح بحركة أفضل للهواء.
- ضع في اعتبارك وضع الوحدة على الجانب الشمالي أو الشرقي أو المظلل بشكل أفضل لمنزلك. سيضطر مكيف الهواء الخاص بك للعمل بجهد أكبر وسيستخدم طاقة أكبر إذا تعرض لأشعة الشمس المباشرة.
- اغلق المساحات الموجودة حول مكيف الهواء باستخدام الجلفطة لمنع تسرب الهواء البارد.
- نظف مراوح التبريد والمكثف بالإضافة إلى الملفات للحفاظ على كفاءة تشغيل مكيف الهواء الخاص بك وافحص المرشح شهريًا واستبدله إذا لزم الأمر.
- استخدم الأجهزة مثل الغسالات والمجففات وغسالات الأطباق والأفران في الصباح الباكر أو في وقت متأخر من الليل. سيساعد هذا أيضًا في تقليل الرطوبة والحرارة في المنزل.
- استخدم مصابيح كهربائية مؤهلة من ENERGY STAR وتتسم بالكفاءة في استخدام الطاقة بدلًا من المصابيح الكهربائية المتوهجة القياسية ويمكنك استخدام 75 في المائة طاقة أقل.
- قم بتسخين الطعام في المايكروويف إذا أمكن. تستخدم أجهزة المايكروويف تقريبًا 50 في المائة طاقة أقل من الأفران التقليدية.

- جفِّف الملابس على حبل الغسيل. في حالة استخدام مجفف الملابس، تذكر تنظيف حاجز نسالة المجفف قبل كل حمولة.
- يجب أن تكون واعيًا بالطرق المختلفة التي تستهلك بها المياه في منزلك. بدلًا من استخدام من 30 إلى 40 غالون من المياه للاستحمام، قم بتركيب رأس دش ذو تدفق قليل والذي يستخدم أقل من 3 غالون في الدقيقة.
- تقليل إعدادات درجة الحرارة على غسالة الملابس والشطف بمياه باردة سيقلل استخدام الطاقة.
- تتوفر نصائح إضافية حول كيفية الحفاظ على الطاقة على موقع ويب هيئة أبحاث الطاقة وتطويرها بولاية نيويورك (NYSERDA) هنا.

السلامة في المياه
يجب أن يتأكد اصحاب المراكب من اتخاذ احتياطات السلامة المناسبة عند الاستمتاع بالعديد من فرص القوارب التي توفرها ولاية نيويورك. يذكِّر مكتب الخدمات البحرية لحدائق الولاية أصحاب القوارب بممارسة ركوب القوارب الآمنة والمسؤولة، بما في ذلك:

- ارتداء أداة تعويم شخصية عند التواجد على الماء. يشترط قانون الولاية أن يرتدي الأطفال دون سن 12 عامًا جهاز تعويم شخصي أثناء وجودهم على متن قارب.
- إكمال دورة آمنة في ركوب القوارب.
- تجهيز وفحص القارب بطريقة ملائمة.
- الحفاظ على سرعة معقولة.
- الامتناع عن الكحول عند ركوب القوارب.
- التحقق من الأحوال الجوية قبل التوجه إلى الماء للتعرف على العواصف المحتملة والبحث عن مأوى فوري على الشاطئ إذا كان الرعد مسموعًا.

قالت شيلا جيه بول مفوضة مكتب خدمات الأطفال والعائلات: "يمكن للجميع المساعدة في منع الوفيات داخل السيارات الساخنة، وهذا أمر ملح بشكل خاص مع درجات الحرارة المرتفعة التي نشهدها في جميع أنحاء الولاية. أولاً والأهم من ذلك، لا تترك الطفل مطلقًا دون رقابة في السيارة، حتى مع فتح النوافذ جزئيًا. وتعوَّد على وضع شيء ما تحتاجه في الخلف بجوار مقعد السيارة لطفلك: مفاتيح، أو حقيبة يد أو حقيبة، أو هاتفك الخلوي لمساعدتك على تذكُّر النظر قبل قفلها. يمكن أن ينقذ هذان الإجراءان حياة الطفل."

قالت مفوضة وزارة الصحة الدكتورة ماري ت. باسيت: "يجب ألا يترك الآباء والأوصياء أبدًا طفلًا أو حيوانًا أليفًا بمفرده في سيارة ساخنة حتى لو تم فتح النوافذ حيث يمكن أن ترتفع درجات الحرارة إلى مستويات خطيرة في غضون دقائق. من المهم أن تكون على دراية بعلامات وأعراض الأمراض المرتبطة بالحرارة واتخاذ الاحتياطات المناسبة لأن الأطفال والحيوانات الأليفة يمكن أن يصابوا بأمراض مثل ارتفاع الحرارة أو حتى الموت بسبب ضربة الشمس."

قال مفوض إدارة السيارات بولاية نيويورك ورئيس لجنة سلامة المرور بإشراف الحاكمة، مارك جيه إف شرودر: "مع ارتفاع درجات الحرارة في جميع أنحاء الولاية، فإنني أحثُّ الآباء ومقدمي الرعاية وأصحاب الحيوانات الأليفة على جعل فحص المقعد الخلفي لسيارتك للأطفال والحيوانات الأليفة جزءًا من روتينكم. من السهل تشتُّت الانتباه ونسيان نوم الطفل أو الحيوانات الأليفة أو الجلوس بهدوء في المقعد الخلفي. من فضلك، انظر قبل أن تقفل. تسخن السيارات بسرعة، لذا فإن ترك طفل أو حيوان أليف في السيارة لفترة قصيرة قد يكون أمرًا خطيرًا للغاية، وعندما لا تستخدم سيارتك، تذكَّر أن تغلق أبوابها حتى لا يفكر الأطفال في الصعود إلى السيارة للعب."

يجب أن يعرف الأشخاص الذين يمارسون رياضة التجديف بالزوارق وقوارب الكاياك وألواح التجديف القائمة قدراتهم وأن يتخذوا الاحتياطات عندما تكون هناك رياح قوية أو ثابتة تخلق موجات كبيرة، أو عندما يواجهون تيارات هوائية قوية. يجب أن يظل هواة التجديف في المياه التي توجد بها قوارب بخارية على مقربة من الشواطئ وخارج القنوات الرئيسية.

يمكنك أيضًا العثور على مزيد من المعلومات حول المكان الذي يمكنك العثور فيه على مركز تبريد بالقرب منك ونصائح أخرى مفيدة متعلقة بالحرارة الشديدة، من خلال زيارة موقع ويب الحالة الجوية في الطوارئ التابع لوزارة الصحة بولاية نيويورك.

لمزيد من المعلومات حول السلامة في القوارب، بما في ذلك قوائم دورات السلامة في ركوب القوارب والاستجمام البحري في ولاية نيويورك، انقر هنا.

يمكن أن تؤدي حرارة الصيف إلى تكوين طبقة الأوزون على مستوى الأرض، وهو عنصر رئيسي في الضباب الدخاني الكيميائي الضوئي. ستصدر كل من وزارة المحافظة على البيئة (DEC) ووزارة الصحة (DOH) إرشادات حول جودة الهواء عندما يتوقع خبراء الأرصاد الجوية في وزارة المحافظة على البيئة (DEC) أن تتجاوز مستويات التلوث، سواء الأوزون أو الجسيمات الدقيقة، قيمة مؤشر جودة الهواء 100. يمكن العثور على معلومات حول توقعات جودة الهواء لولاية نيويورك هنا.

###

تتوفر أخبار إضافية على www.governor.ny.gov
ولاية نيويورك | الغرفة التنفيذية | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418