



גאווערנער קעטי האקול

אויף תיכף ארויסצוגעבן: 8/3/2022

**גאווערנער האקול מוטיגט ניו יארקער זיך צו גרייטן פאר עקסטרעמע היצן דעם דאנערשטאג**

**היץ ווארענונג איז שוין יעצט אין קראפט ביז פרייטאג מיט היץ אינדעקס שטאפלען פאראויסגעזאגט צו זיין אין די הויכע 90'ער און נידעריגע 100'ס דעם דאנערשטאג**

**גאווערנער האקול מוטיגט ניו יארקער צו באזוכן ראיאנישע [קילונג צענטערן](#), בלייבן אינעווייניג און האלטן אן אויג אויף שוואכערע שכנים**

גאווערנער קעטי האקול האט היינט געמוטיגט ניו יארקער זיך צו גרייטן פאר געפארפולע היצן וועלכע זענען ערווארטעט צו באטרעפן פילע ראיאנען איבערן סטעיט דעם דאנערשטאג. הויכע היצן און פייכטקייט וועלן פאראורזאכן היץ אינדעקס שטאפלען צו אנקומען אדער איבערשטייגן 100 גראד אין די הויפטשטאט ראיאן, מיד-האדסאן, ניו יארק סיטי און לאנג איילענד ראיאנען, מיט שטאפלען אין די הויכע 90'ער אין טיילן פון פינגער לעיקס, צענטראל ניו יארק, מאוהאק וואלי און סאוטערן טיער ראיאנען. די נאציאנאלע וועטער סערוויס (National Weather Service) האט ארויסגעגעבן היץ ווארענונגען פאר פילע פון די ראיאנען, און די ווארענונגען זענען יעצט אין קראפט ביז פרייטאג.

"מער געפארפולע היצן זענען אונטערוועגס פאר פילע ניו יארקער, און איך מוטיג יעדן איינעם זיך צו גרייטן פאר גאר פייכטע לופט און הויכע טעמפעראטורן שפעטער די וואך", **האט גאווערנער האקול געזאגט**. "מיין אדמיניסטראציע פאלגט נאך די וועטער פאראויסזאגונגען פון די נאענט און וועט שיקן הילף פאר סיי וועלכע קאמיוניטי וואס דארף הילף דעם וואך אזוי ווי מיר גייען אריבער הויכע היץ שטאפלען אנקומענדיג און איבערשטייגנדיג די 100'ס אנהויבנדיג דעם דאנערשטאג."

**ניו יארק סטעיט דיוויזיע פון היימלאנד סעקיריטי און עמערדזשענסי סערוויסעס (Division of Homeland Security and Emergency Services, DHSES)** קאמישאנער דזשעקי ברעי האט **געזאגט**, "ניו יארקער זאלן זיך שוין יעצט גרייטן פאר עקסטרעמע היצן וועלכע זענען ערווארטעט צו באטרעפן א גרויסע חלק פון די סטעיט אנגעהויבן דעם דאנערשטאג. מיר פאלגן נאך די וועטער צושטאנד און ארבעטן מיט לאקאלע רעגירונג בעאמטע צו זיכער מאכן אז זיי האבן אלעס וואס זיי דארפן דורכאויס די היצן די וואך. אזוי ווי מיר שטייען ווידעראמאל בעפאר געפארפולע טעמפעראטורן, זאלן ניו יארקער פלאנירן פון פאראויס צו בלייבן קיל: רעדוצירט דרויסנדיגע אויסמוטשענדע אקטיוויטעטן, היט אייך פון ווערן אויסגעטרוקנט, לאזט נישט איבער שטוב חיות אדער קליינע קינדער אינדרויסן פאר א לענגערע צייט, און זייט באקאנט מיט די סימנים פון היץ-פארבינדענע קראנקייטן."

ניו יארקער זאלן נאכפאלגן לאקאלע וועטער פאראויסזאגונגען פאר די לעצטע אינפארמאציע. פאר א פולע ליסטע פון וועטער וואטשעס, ווארענונגען, אדווייזאריס און לעצטע פאראויסזאגונגען, באזוכט די [וועבזייטל](#).

די ניו יארק סטעיט העלט דעפארטמענט דערמאנט אויך ניו יארקער אז היץ איז די סאמע העכסטע אורזאך פון וועטער-פארבינדענע טוטפעלער אין די פאראייניגטע שטאטן. היץ-פארבינדענע טויטפעלער און קראנקהייטן זענען פארמיידליך, און דאך ליידן פילע מענטשן פון די ווירקונגען פון עקסטרעמע היץ. געוויסע יחידים זענען אויף א העכערע ריזיקע פאר היץ-פארבינדענע קראנקהייט ווי אנדערע. ניו יארקער זאלן לערנען די זאכן וואס לייגן מענטשן אין געפאר פון היץ-פארבינדענע קראנקייטן און די סימפטאמען דערפון כדי צו באשיצן זיך אליין און זייערע באליבטע.

סימפטאמען פון היט סטראוק רעכענען אריין:

- הייסע, טרוקענע, רויטע הויט
- א שנעלע הארץ קלאפ
- א שנעלע און קורצע אטעם
- א קערפערליכע טעמפעראטור העכער פון 105 גראד
- פארלירן אויפמערקזאמקייט, זיין צומישט, און/אדער פארלירן באוואוסזיניגקייט.

איר קענט אויך טרעפן מער אינפארמאציע איבער וואו איר קענט טרעפן א [קילונג צענטער](#) נעבן אייך און אנדערע ביייהילפיגע עקסטרעמע היץ-פארבינדענע עצות דורכן באזוכן די ניו יארק סטעיט העלט דעפארטמענט'ס עמערדזשענסי וועטער [וועבזייטל](#).

זומער היץ קען פירן צו דאס פארמירן ערד-שטאפן אוזאון, א הויפט באשטאנדטייל פון פאטאכעמישע פארוויכערטע לופטן. די DEC און DOH וועלן ארויסגעבן לופט קוואליטעט געזונטהייט ווארענונגען ווען DEC וועט עקספערטן זאגן פאראויס אז די שטאפלען פון לופט פארפעסטונג, אָזאָן אדער שטויב, זענען ערווארטעט איבערצושטייגן א לופט קוואליטעט אינדעקס (Air Quality Index, AQI) פון אזויפיל ווי 100. אינפארמאציע איבער די לופט קוואליטעט פאראויסזאגן פאר ניו יארק סטעיט קען מען געפונען [דא](#).

א טרוקעניש וואטש בלייבט אין קראפט פאר [21 קאונטיס אין ניו יארק](#). די קאונטיס אונטער טרוקעניש וואטש זענען אלעגאני, קאטאראגוס, קאיוגע, טשאטאקווא, טשימאנג, ערי, דזשענעסי, ליווינגסטאן, מאנראו, נעסאו, ניאגארא, אנאנדאגא, אנטאריאָ, ארליענס, סקייילער, סענעקע, סטיבען, סופאלק, טאמפקינס, ווייאמינג און יעיטס. ניו יארק סטעיט מוטיגט איינוואוינער אין באטרעפנדע קאונטיס – איבערהויפט די וועלכע זענען אנגעוויזן אויף פריוואטע וואסער קוועלער – צו שפארן וואסער ווען אימער מעגליך דורכאויס די קומענדע וואכן. פאר נאך עצות וויאזוי צו שפארן וואסער, באזוכט די DEC'ס וועבזייטל אויף [dec.ny.gov/lands/5009.html](http://dec.ny.gov/lands/5009.html). פאר מער אינפארמאציע איבער טריקעניש אין ניו יארק, גייט צו: [dec.ny.gov/lands/5011.html](http://dec.ny.gov/lands/5011.html).

די DEC האט ארויסגעגעבן די פאלגנדע עצות פארן פארוויילן אינדרויסן אין הייסע וועטער צו פארמיידן היט עקזאוסטשען אדער א היט סטראוק וואס קען פאראורזאכן א סכנות'דיגע הויכע קערפערליכע טעמפעראטור:

- שמירט סאַנסקריין
- גייט שטייטליך
- טרונקט וואסער און רוהט זיך אפ אפטער
- זוכט שאטן און פארמיידט זיך פון זיך אויפהאלטן דירעקט אונטער די זון פאר א לענגערע צייט
- גייט נישט אויף הייקינג אין עקסטרעמע היץ

ניו יארק סטעיט העלט דעפארטמענט קאמישאנער דר. מערי טי. באסעט האט געזאגט, "דורכאויס עקסטרעמע טעמפעראטורן, געשעהען היץ-פארבינדענע קראנקייטן ווען די מענטשליכע קערפער קען זיך שוין נישט אליין אפקילן. די מערסט-פארשפרייטע קראנקייטן זענען היט סטראָוק, היט עקזאוסטשען און היט קרעמפס. דערקענען די סימנים און סימפטאמען פון היץ-פארבינדענע קראנקייטן איז באזונדערס וויכטיג פאר עלטערע ערוואקסענע מענטשן און פאר קינדער, און אזוי ווי גאווערנער האקול — וועט דאס נעמען די וויכטיגסטע באווארענונגען באשיצן פון אריבערגיין געזונטהייט פראבלעמען צוליב די געפארפולע טעמפעראטור שטאפלען."

ניו יארק סטעיט דעפארטמענט פון ענווייראמענטאל אפהיטונג ( Department of Environmental Conservation, DEC) קאמישאנער בעזיל סעגאוס האט געזאגט, "געפארפולע טעמפעראטורן וועלן ווידעראמאל באטרעפן קאמיוניטיס איבערן סטייט, און עס איז קריטיש אז ניו יארקער זאלן אונטערנעמען די וויכטיגע באווארענונג מאסנאמען צו פארמיידן אדער פארערגערן געזונטהייט פראבלעמען. די גאווערנער און אונזער מאנשאפט פון אגענטורן ארבעטן צוזאמען צו העלפן די וועלכע ווערן די מערסטע באטראפן פון די עקסטרעמע היצן דורכן פארמערן די באקאנטשאפט פון די פובליק מיט די שריט וואס איינוואוינער קענען אונטערנעמען און איבער די רעסאָרסן וועלכע שטייען גרייט צו העלפן האלטן מענטשן זיכער."

ניו יארק סטעיט דעפארטמענט פון פובליק סערוויס (CEO (Department of Public Service), רארי מ. קריסטשיען, האט געזאגט, "עס איז וויכטיג פאר די פובליק צו פארזעצן צו זוכן וועגן צו פארמינערן זייער באנוץ מיט עלעקטריציטעט און בלייבן קיל און זיך היטן פון אויסגעטרוקנט ווערן. דורכן יעצט אונטערנעמען שריט קענען מיר פארמינערן אונזער עלעקטריציטעט באנוץ דורכאויס די היץ כוואליע בשעת'ן בלייבן געזונט און זיכער."

ניו יארק סטעיט ענערגיע פארשונג און אנטוויקלונג אויטאריטעט ( New York State Energy Research and Development Authority, NYSERDA) פרעזידענט און CEO, דאָרין מ. העריס, האט געזאגט, "ניו יארקער אריבער די גאנצע סטעיט, באזונדערס די וועלכע וואוינען און היסטאריש פארקוקטע קאמיוניטיס, ווערן אויסגעשטעלט מער און מער צו די לאסט וואס ווערט פאראורזאכט דורך אפטערע עקסטרעם הייסע טעמפעראטורן דורכאויס די זומער חודשים. מיט טעמפעראטורן שטייגנדיג אזוי הויך ווי 100 גראד אדער מער, מוטיגט NYSERDA ניו יארקער צו אויסנוצן די פילע ענערגיע-שפארזאמקייט עצות וועכע וועלן זיי העלפן פארמערן זייער באקוועמליכקייט, בלייבן קיל און האלטן ענערגיע קאסטן אונטער קאנטראל דורכאויס די עקסטרעמע היץ כוואליעס."

### אגענטור פארברייטערונגען

**דיוויזיע פון היימלאנד סעקיריטי און עמערדזשענסי סערוויסעס**  
די עמערדזשענסי אפעראציעס צענטער (Emergency Operations Center) פון ניו יארק סטעיט דיוויזיע פון היימלאנד סעקיריטי און עמערדזשענסי סערוויסעס האלט א נאענטע אויג אויף די וועטער פאראויסזאגונגען די וואך. די DHSES שטייט אין פארבינדונג מיט לאקאלע עמערדזשענסי אגענטורן איבערן סטעיט און וועט קאארדינירן סיי וועלכע מעגליכע סטעיט אגענטור אפרוף צו העלפן לאקאלע רעגירונגען. די סטעיט'ס זאפאסן זענען אויסגעשטאט צו ארויסשיקן רעסאָרסן ווי עס פעהלט זיך אויס צו באטראפענע חלקים פון די סטעיט.

**דעפארטמענט פון פובליק סערוויס**  
די ניו יארק סטעיט דעפארטמענט פון פובליק סערוויס (Department of Public Service, DPS) פאלגט נאך די עלעקטריציטעט סיסטעם אומשטענדן און זעהט אויף איבער די יוטיליטי פירמעס אפרופונג צו סיי וועלכע מצבים וועלכע קענען ארויפקומען אלץ רעזולטאט פון די עקסטרעמע היצן די וואך. ניו יארק'ס יוטיליטי פירמעס האבן בערך 5,500 ארבעטער גרייט אויסצופירן שאדן אפשאצונגען,

אפרוף, פארריכטונג און צוריקשטעלונג ארבעט איבער ניו יארק סטעיט, וויפיל עס פעהלט זיך אויס, פאר סיי וועלכע וועטער-פארבינדענע געשעענישן די וואך. אגענטור שטאב מיטגלידער וועלן אכט געבן אויף די ארבעט פון יוטיליטי פירמעס דורכאויס די וועטער געשעעניש און פארזיכערן אז יוטיליטי פירמעס שטעלן צו די נויטיגע מאנשאפטן צו די ראיאנען וועלכע ווערן דאס מערסטע באטראפן.

## עצות פאר די היצן

שטארקע היצן זענען די גרעסטע גורמים פון פארמיידליכע, וועטער-פארבינדענע טויטפעלער יעדעס יאר, איבערהויפט צווישן עלטערע מענטשן. לויט די צענטער פאר קראנקייט קאנטראל און פארמיידונג (Centers for Disease Control and Prevention) פאראורזאכן היצן איבער 600 פארמיידליכע טויטפעלער יערליך אין די פאראייניגטע שטאטן. צו העלפן ניו יארקער בלייבן אפגעהיטן דורכאויס עקסטער שטארקע היצן, פאלגט נאך די פאלגנדע אנווייזונגען:

## **זייט צוגעגרייט**

נעמען באווארענישן צו פארמיידן היץ אויסגעשעפטקייט איז וויכטיג, און דאס רעכנט אריין צופאסן אייער סקעדזשול צו פארמיידן די אפענע לופטן במשך די הייסטע צייטן פון דעם טאג וואן ענד אייער עסן געוואוינהייטן און וואסער טרונקען ווען מעגליך.

- נעמען באווארענישן צו פארמיידן היץ אויסגעשעפטקייט איז וויכטיג, און דאס רעכנט אריין צופאסן אייער סקעדזשול צו פארמיידן די אפענע לופטן במשך די הייסטע צייטן פון דעם טאג וואן ענד אייער עסן געוואוינהייטן און וואסער טרונקען ווען מעגליך.
- רעדוצירן שווערע אקטיוויטעטן און איבונגען, איבערהויפט דורכאויס די מיטאג שטונדן מיט די מערסטע זון.
- איבונגען זאלן געמאכט ווערן אין די פריע שעה'ן פונעם טאג, פאר 7:00 צופרי.
- עסן ווייניגער פראטין און מער פרוכט און גרינצייג. פראטין פראדוצירט און העכערט מעטעבאלישע היץ, וועלכס פאראורזאכט וואסער פארלוסט. עסט קלענערע מאלצייט אבער עסט מער אפט. עסט נישט קיין געזאלצענע עסן.
- טרונקט צום ווייניגסטנס צוויי צו פיר גלעזער וואסער פער שעה דורכאויס עקסטערעם היצן, אפילו אויב איר שפירט זיך נישט דורשטיג. פארמיידט געטראנקען וועלכע אנטהאלטן אלקאהאל אדער קאפין.
- אויב מעגליך, בלייבט ארויס פון די זון און בלייבט אין עיר קאנדישען. דער זון הייצט אן דאס אינעווייניגסט פון אייער קערפער און קען ברענגען דעהיידרעשען. אויב איז נישט פאראן קיין עיר קאנדישען, בלייבט אויף דער נידעריגסטער שטאק, ארויס פון דער זון, אדער גייט צו א פובליק פלאץ מיט עיר קאנדישען.
- אויב איר מוזט ארויסגיין אינדרויסן, שמירט סאָנסקרין מיט הויכע זון-שיץ פאקטאר (צום ווייניגסטנס 15 SPF) און טראגט א היטל צו באשיצן אייער פנים און קאפ.
- ווען איר געפונט זיך אינדרויסן, טראגט לויזע, לייכטע און ליכטיג-קאלירטע קליידונג.
- דעקט אייך צו די הויט דאס מערסטע וואס איז מעגליך אויף צו פארמיידן זון-ברען און די שאדן וואס דער זון-שיין קען אנמאכן פאר אייער קערפער.
- לאזט קיינמאל נישט איבער קיין קינדער, שטוב-באשעפענישן, אדער די אויף וועלכע מען דארף ספעציעל אויפפאסונג אין א גע'פארקטע קאר, איבערהויפט דורכאויס צייט אפשניטן אין די צייטן פון עקסטערעם זומער היצן. טעמפעראטורן אינעווייניג אין א פארמאכטע קאר קענען אנקומען צו העכער 140 גראד פארענהייט שנעלערהייט. זיין אויסגעשטעלט צו אזעלכע הויכע טעמפעראטורן קען זיין טויטליך אין מינוטן.

- פרובירט צו האלטן אן אויג אויף אייערע שכנים בשעת א היץ כוואליע, איבערהויפט אויב זיי זענען עלטערע מענטשן אדער האבן קליינע קינדער אדער האבן אייגנארטיגע באדערפענישן. מאַכט זיכער אַז עס איז דא גענוג עסנווארג און וואסער פאר שטוב-באשעפענישן.
- זיין אויסגעשטעלט צו די היצן אויף א לענגערע צייט אפשניט קען זיין זייער שעדליך און פאטענציעל אויך פאטאל. רופט 911 אויב איר אדער עמיצן וועמען איר קענט ווייזן סימנים אדער סימפטאמען פון היץ קרענק, אריינרעכענענדיג קאפ ווייטאג, קאפ-שווינדלען, מוסקל קרעמפס, איבל און ברעכן.

## שפארט עלעקטריציטעט

צו נעמען קלוגע שריטן צו רעדוצירן ענערגיע באניץ, איבערהויפט אין די צייטן פון דאס מערסטע באניץ, העלפט נישט נאר צו רעדוצירן די סטעיט'ס העכסטע אנלאדנען, נאר טוט אויך שפארן געלד פאר קאנסומער ווען עלעקטריציטעט איז דאס טייערסטע. צו רעדוצירן ענערגיע באניץ, איבערהויפט אין די שעה'ן וואס מען ניצט עס דאס מערסטע, ווערט דער פובליק געבעטן צו נעמען די פאלגענדע ביליגע אדער אומזיסטע ענערגיע-שפאריגע מאסנאמען:

- פארמאכט די פארהענג, פענצטער, און טירן אויף אייער היים'ס זוניגע זייט אויף צו רעדוצירן דאס היץ אויפבויו פון דער זון.
- לעשט אויס אייער עיר קאנדישען, לעקטער, און עפלייענסעס ווען איר זענט נישט אינדערהיים, און ניצט א שבת-זייגער אנצוצונדן די עיר קאנדישען בערך א האלבע שעה פאר איר קומט אן אהיים. ניצט פארגעשריטענע 'פאוער סטריפס' אויף אויסצולעשן 'צענטראל' אלע עפלייענסעס און שפארן ענערגיע.
- פענס קענען מאכן א צימער שפירן 10 גראד קילער און ניצן 80 פראצענט ווייניגער ענערגיע פון עיר קאנדישען.
- אויב איר קויפט אן עיר קאנדישען, זוכט אויס אן ענערגדזשי סטאר קוואליפיצירטע מאדעל, וועלכס ניצט ביז 25 פראצענט ווייניגער ענערגיע ווי א געווענטליכע מאדעל.
- שטעלט אן אייער עיר קאנדישען אויף 78 גראד אדער העכער כדי צו שפארן אויף קילונג קאסטן.
- שטילט אייער עיר קאנדישען אין א צענטראלער פענסטער ווי איידער א פענסטער אין א ווינקל, כדי צו ערלויבן בעסערע לופט באוועגונג.
- נעמט אין באטראכט צו לייגן אייער עיר קאנדישען אויף צפון זייט, מזרח זייט, אדער סיי וועלכע זייט פון אייער הויז באקומט דער מערסטער שאטן. אייער עיר קאנדישען וועט דארפן ארבעטן שווערער און ניצן מער ענערגיע אויב עס איז אונטער דירעקטע זון-שיין.
- שטאפט צו די אפענע פלעצער ארום דעם עיר קאנדישען כדי צו פארמיידן אז קילע לופט זאל זיך ארויסלאזן.
- רייניגט די קילונג און קאנדענדער פענס מיט די קאוועלס כדי צו ערמעגליכן פאר אייער עיר קאנדישען צו ארבעטן אויפ'ן בעסטן אופן, און באקוקט דעם פילטער איין מאל א חודש און פארטוישט עס אויב עס פעלט אויס.
- ניצט עפלייענסעס ווי צ.ב.ש. וואש מאשינען, דרייערס, דישוואשערס, און אויוונס גאר פרי אינדערפרי אדער שפעט ביי נאכט. דאָס וועט אויך העלפן רעדוצירן יומידיטי און היץ ביי אייך אינדערהיים.
- ניצט ענערגיע-שפארזאמע און ענערגדזשי סטאר קוואליפיצירטע לייט באלבס אנשטאט די געווענליכע אינקאנדעסענט לייט באלבס, און איר וועט מיט דעם ניצן 75 פראצענט ווייניגער ענערגיע.

- ניצט אייער מייקרא-וועיוו פאר אייער עסן ווען מעגליך. מייקרא-וועיוו ניצן בערך 50 פראצענט ווייניגער ענערגיע ווי געווענליכע אויוונס.
- טרוקנט קליידער אויף אַ קליידער שטריק. אויב ניצט איר א דרייער, געדענקט אויסצורייניגן דער שטויב-כאפער א יעדעס מאל פאר איר ניצט עס.
- זייט פארזיכטיג אויף די פארשידענע וועגן וויאזוי איר ניצט אויס וואסער דורכאויס אייער היים. אנשטאט צו ניצן 30 ביז 40 גאלאנען וואסער אויף זיך צו באדן, אינסטאלירט א לייכט-פליסיגע שאויער וואס ניצט ווייניגער ווי 3 גאלאנען א מינוט.
- אנשטעלן א נידעריגערע טעמפעראטור אויף אייער וואש מאשין און אויסשווענקען אין קאלטע וואסער וועט רעדוצירן ענערגיע באניץ.
- נאך עצות אויף וויאזוי צו שפארן ענערגיע קען מען געפונען אויף דער וועבזייטל פון [NYSERDA](#).

### זיכערהייט עצות פאר יעדע סארט וואסער

- **ערוואקסענע אויפזיכט.** דאס איז די הויפט וועג צו פארמיידן דערטראנקונגען. לאזט קיינמאל נישט איבער א קינדער אין אדער נעבן וואסער, און לייגט אייביג איינעם צו זיין פאראנטווארטליך אלץ **וואסער היטער**. דער מענטש זאל נישט לייענען, טעקסטן, נוצן א סמארטפאון, טרינקען אלקאהאלישע געטראנקען אדער זיין אומאויפמערקזאם דורך סיי וואס.
- **וועהלט אויס ליכטיגע קאלירן.** שטודיעס ווייזן אז די קאליר פון א מענטש'ס בעידינג סוט קענען אויסמאכן מיט ווי גרינג עס איז זיי צו זעהן. נעמט אין באטראכט די קאליר פון אייער קינד'ס שווימען קליידער בעפארן גיין צו א פול, ביטש אדער לעיק. פאר פול'ס מיט א ליכטיגע באדן, זענען ניאָן פינק און ניאָן ארענזש געווענטליך די מערסטע זעהבאר. פאר לעיקס און פול'ס מיט א טונקעלע באדן, זענען ניאָן ארענזש, ניאָן גרין און ניאָן געל געווענטליך די מערסטע זעהבאר.
- **דערקענט ווען א שווימער דארף הילף.** כאטש מיר ניגן צו טראכטן אז ווען איינער וואס שווימט דארף הילף וועלן זיי ווייזן מיט די הענט און מאכן גערווישן, איז עס נישט אלעמאל אזוי. זייט אויפמערקזאם צו זעהן אויב מענטשן זענען מיט די קאפ נידעריג אין די וואסער (די מויל אונטער די וואסער) אדער געבויגן אויף הינטן מיט די מויל אפן, די אויגן פארמאכט אדער קען זיך נישט קאנצעטרירן, די פיס גראד אראפ אין די וואסער אדער פרובירן צו שווימען אבער רוקן זיך נישט פאראויס.
- **שווימען לעסאנס.** מערערע שטודיעס ווייזן אז שווימען לעסאנס פארמיידן פון ווערן דערטראנקען. לערנט וויאזוי צו שווימען און לערנט אויס אייער קינד צו שווימען.
- **לערנט CPR.** יעדע סעקונדע מאכט אויס אין פאל פון עמערדזשענסי, און CPR קען העלפן.

### אפענע וואסער זיכערהייט עצות

- **טראגט א לייף דזשעקעט.** לייגט ארויף א לייף דזשעקעט אויף קינדער אין יעדע צייט ווען זיי זענען אויף א שיף אדער נעמען אנטייל אין אנדערע פארוויילונג אקטיוויטעטן אויפן וואסער. נאך כלים וואס מאכן שוועבן אויפן וואסער זאלן גענוצט ווערן פאר קינדער וועלכע קענען נישט שווימען. ניו יארק סטעיט געזעץ פארלאנגט אז קינדער אונטער 12 יאר זאלן אנהאבן א קאָוסט גאַרד-באַשטעטיגטע לייף וועסט אויף א שיף אדער שיפל איבערן וואסער. פאר מער אינפארמאציע איבער פאסיגע לייף דזשעקעטס, גייט צו די [פאראייניגטע שטאטן קאָוסט גאַרד'ס וועבזייטל](#).

- **וועהלט אויס א פלאץ אויף די ביטש וואס איז נאענט צו א לייף גארד**, און שווימט נאר ווען א לייף גארד איז אנוועזנד.
- **זייט אויפמערקזאם פאר ווארענונג פענער** און זייט באקאנט מיט וואס זיי מיינען. גרינע פענער צייכנען געווענטליך אן דעזיגנירטע פלעצער וואו צו שווימען — מאכט זיכער צו שווימען צווישן די גרינע פענער. געלע פענער קענען מיינען א ביטש מיט שטארקע כוואליעס אדער א ווארענונג. רויטע פענער צייכענען אן א סכנה, און קיינער זאל נישט שווימען וואו זיי זענען אריינגעלייגט. די מיינונגען פון די פענער קענען זיין אנדערש, מאכט דערפאר זיכער צו פארשטיין וואס יעדע קאליר מיינט בעפארן אריינטאנצן אין וואסער.
- **זייט וואכזאם איבער ריפ קארענטס**. ריפ קארענטס זענען מאכטפולע שטרוימען וואס פליסן אוועק פון די ברעג. זיי ווערן געווענטליך פארמירט נעבן א נישט-טיפע פלאץ אין די וואסער, ווי צום ביישפיל זאמדיגע ברעגעס אדער נאענט צו שטיקער ערד און שיף אנקערס וואס ציהען זיך אריין אין די וואסער, און זיי קענען געשעהן אין יעדע וואסער בארטן וואס האט כוואליעס, אריינרעכענענדיג די גרויסע לעיקס! זיי זענען די הויפט סכנה פאר מענטשן וואס גייען צום ביטש, און זיי קענען פארשוועמען אפילו די שטערקסטע שווימערס אריין אין די ים. אויב איר ווערט פארכאפט אין א ריפ קארענט, בלייבט רואיג און שטעלט זיך נישט קעגן. שווימט פאראלעל לענגאויס די ברעג ביז איר טרעפט זיך אינדרויסן פון די שטרוים, און שוועבט אויף די וואסער אדער 'טרעד' די וואסער אויב איר הויבט אן צו פילן אויסגעמוטשעט. מער פון די נאציאנאלע וועטער סערוויס, [ברעכט זיך ארויס פון די אנהאלט פון די שטרוים!](#)
- **זייט וואכזאם איבער גרויסע און שטארקע כוואליעס**. שווימען אין דעם אקעאן איז אנדערש פון שווימען אין א רואיגע פול אדער לעיק. גרויסע כוואליעס קענען גרינגערהייט איבערווארפן אן ערוואקסענעם. זייט גרייט פאר שטארקע כוואליעס און פאר פלוצלינגדיגע טיפע וואסערן נעבן די ברעגע.

### פול זיכערהייט עצות

- **שטעלט אויף צוימען**. אינסטאלירט פאסיגע זיכערהייט צוימען ארום פולס און ספאס אינדערהיים. דאס רעכנט אריין צוימען, געיטס, טיר אלארמס און צודעקן.
- **פול אלארמס**. אינסטאלירט א פול אלארם צו אויפכאפן און ווארענען איבער פול צוטריט אן אויפזיכט.
- **קליינע פולס**. לאזט ארויס די וואסער פון קלענערע פארטעבעל פולס און לייגט זיי אוועק ווען זיי זענען נישט אין באנוץ.
- **דעקט איבער דרעינס**. האלט קינדער אוועק פון פול דרעינס, רערן און אנדערע עפענונגען זיי צו היטן פון געשטעקט ווערן. קינדער'ס האר, הענט אדער פיס, צירונג אדער בעידינג סוטס קענען ווערן געשטעקט אין א דרעין אדער סאָקשען עפענונג. מאכט אויך זיכער אז יעדע פול און ספא וואס איר נוצט האט דרעין דעקלעך וואס קומען נאך פעדעראלע זיכערהייט סטאנדארטן וועלכע רעכענען אריין די פארעם און גרויסקייט פון די דעקל און די שנעלקייט פון די וואסער פולס. לערנט מער [דא](#).

### קעמפ פייער זיכערהייט טיפס

צוליב די טרוקענע וועטערס דארף מען זיין באזונדערס פארזיכטיג ביים געניסן פון א קעמפ פייער אדער נוצן גרילס. ווען איר גייט קעמפינג מוזן אלע סארטן פייערן געמאכט ווערן נאר אין ספעציעל געווינדמעטע פלעצער און אלעמאל זיין אונטער אויפזיכט פון אן ערוואקסענעם. לאזט קיינמאל נישט א קעמפ פייער אן אויפזיכט. אפילו א קליינע ווינטל קען גורם זיין א פלאם אדער קויל זיך אנצוכאפן אויף טרוקענע גראז

אדער צווייגן און זיך שנעל פארשפרייטן. אויב א פייער אדער גריל קען נישט ווערן נאכגעקוקט ווי עס פעהלט זיך אויס, זאלט איר זיכער מאכן אז זיי זענען אינגאנצן אויסגעלאשן.

לעצטע חודש [האט גאווערנער האוקול אנאנסירט](#) שריט וואס סטעיט אגענטורן און אויטאריטעטן וועלן אונטערנעמען צו העלפן אדרעסירן די ווירקונגען פון עקסטרעמע היצן אויף פארקוקטע קאמיוניטיס און אנדערע ניו יארקער וועלכע שטייען אויס די ווירקונגען פון שטייגנדע הויכע טעמפעראטורן וועלכע ווערן ארויפגעטריבן דורך קלימאט טויש. די צווישנצייטיגע רעקאמענדאציעס האבן אפגעשפיגלט דער ערשטער פאזע פון א מער ארומנעמיגער עקסטרעמע היצן אקציע פלאן וועלכס וועט אידענטיפיצירן סטעיט-געפירטע אקציעס וועלכע אדרעסירן די סטרוקטורעלע טרייבער פון עקסטרעמע היצן און איר אומפראפארציאנעלע ווירקונג אויף ניו יארק'ס מערסט באדערפטיגע קאמיוניטיס. פאר נאך אינפארמאציע איבער די עפעקטן פון עקסטרעמע היצן, גייט צו [.dec.ny.gov/energy/125801.html](http://dec.ny.gov/energy/125801.html)

###

נאך נייעס קען מען באקומען ביי [www.governor.ny.gov](http://www.governor.ny.gov)  
ניו יארק סטעיט | עקזעקיוטיוו טשעימבער | [press.office@exec.ny.gov](mailto:press.office@exec.ny.gov) | 518.474.8418