**Pou Piblikasyon Imedya:** 28/07/2015 **GOUVÈNÈ ANDREW M. CUOMO**

# GOUVÈNÈ CUOMO KONSEYE NOUYÓKÈ YO POU YO RETE ANSEKIRITER PANDAN CHALÈ ETE A

Gouvènè Andrew M. Cuomo jodia te ankouraje Nouyòkè yo pou pran prekosyon kòm yo prevwa tanperati ki cho ak imidite nan tout Eta New York semèn sa a. Yo prevwa pou tanperati yo nan nivo 90 degre nan jou kap vini yo nan kominote yo nan eta.

“Yo prevwa tanperati yo ap monte konsiderableman nan eta pandan semèn sa a, e li enpòtan pou Nouyòkè yo pran prekosyon ki apwopriye,” Gouvènè Cuomo te deklare. “Mwen ankouraje tout moun pou yo rete andedan lè li posib, rete idrate, epi tcheke sou nenpòt vwazen ki ka bezwen èd. Ansanm, nou ka asire ke tout moun rete ansekirite pandan peryòd gwo chalè a.”

Gwo chalè se kòz prensipal ka lanmò ki asosye avèk chalè epi ki kapab evite, sitou pami granmoun aje yo. Dapre Sant pou Kontwòl ak Prevansyon Maladi (CDC), chalè lakòz plis pase 650 ka lanmò ki kapab evite nan Etazini chak ane. Nan pifò ane yo, gwo chalè lakòz plis ka lanmò pase inondasyon, kout zèklè, tònad ak ouragan ansanm. Dapre estatistik Administrasyon Nasyonal Oseyanik ak Atmosferik ak Sèvis Nasyonal Metewoloji, te gen yon total 80 ka lanmò ki te asosye dirèkteman avèk chalè nan Eta New York depi 2006.

Avèk previzyon tanperati k ap monte yo ensite Depatman Sante (DOH) Eta New York ak Divizyon Sekirite Teritwa ak Sèvis Ijans Eta New York (DHSES) pou ofri Nouyòkè yo kèk ti konsèy pou ede yo rete an sekirite.

“Byenke gwo chalè ak imidite ka parèt tankou yon pati nòmal pandan ete a, yo bezwen pou pran l trè oserye, patikilyè-man pou moun ki granmoun, ti bebe ak jèn timoun yo, ak sila yo kap patisipe nan aktivite anplennè,” te deklare Komisyonè DOH Dr. Howard Zucker. “Rete veyatif sou siy ak sentòm maladi ki gen rapò avèk chalè kidonk wap konnen sa pou fè si oumenm oswa yon moun ou konnen ap eksperimante pwoblèm sante ki gen rapò avèk chalè.”

“Prekosyon dezab tankou rete fre pandan tanperati cho, tnakou mete rad ki gen koulè leje, bwè anpil likid, epi rete nan yon anviwonman ki gen klimatizè,” te deklare Komisyonè DHSES John Melville. “Epitou tcheke sou vwazen ak zanmi oswa fanmi ki

kapab gen risk.”

Pou ede Nouyòkè yo rete pwoteje pandan gwo chalè a, DOH ak DHSES bay konsèy sa a:

- Diminye nèt, si li posib, aktivite ak egzèsis ki difisil yo, sitou pandan lè solèy la cho anpil – 11 a.m jisk 4 p.m.
- Fè egzèsis pandan bonè nan maten oswa nan aswè, lè tanperati ka vle diminye.
- Bwè omwen 2-4 vè dlo chak inèdtan lè gen gwo chalè, menmsi ou pa santi ou swaf. Pa bwè bwason ki gen alkòl oswa kafeyin.
- Si li posib, rete lwen solèy la epi chèche kote ki gen è-kondisyone. Solèy la chose nwayo andedan kò ou, sa ki ka lakòz ou dezidrate. Si pa gen è-kondisyone, rete nan etaj ki pi bi ba a, lwen solèy la, oswa ale nan yon bilding ki gen è-kondisyone (tankou bibliyotèk, sant komèsyal, sipè-makèt, oswa lakay zanmi).
- Si ou oblije ale deyò, mete filtè solèy ki gen yon faktè siperyè pwotektè solèy (SPF) ki klase omwen 15 ak yon chapo pou pwoteje figi ak tèt ou. Lè ou deyò, mete rad ki laj, ki lejè epi ki gen koulè pal. Kouvri po ou otan ou kapab pou evite kout-solèy ak efè chofaj avanse solèy la sou kò ou.
- Pa janm kite timoun yo, bèt nan kay, oswa moun ki bezwen swen espesyal nan yon vwati oswa lòt veyikil ki estasyone pandan peryòd chalè ekstrèm nan sezon lete a. Tanperati ki andedan yon veyikil ki fèmen kapab depase 140 degre Farennayt byen vit. Ekspozisyon nan tanperati ki wo konsa kapab touye ou nan kèk minit sèlman.
- Fè yon efò pou tcheke sou vwazen ou yo pandan yon vag chalè, sitou granmoun aje yo, tibebe yo ak jèn timoun yo, oswa lòt moun ki gen bezwen espesyal.
- Asire yo gen ase dlo ak manje pou bèt kay epi diminye egzèsis fizik yo pandan peryòd tanperati ekstrèm yo.

Moun ki souvan gen pi gwo risk pandan peryòd gwo chalè se:

- Granmoun aje, tibebe ak jèn timoun
- Moun ki gwo oswa ki gen pwoblèm alkòl
- Moun ki sou sèten medikaman

**DANJE POU SANTE NAN CHALÈ**

Kout Chalè: Kout-Chalè: Ki rele kout-solèy tou, kout-chalè kapab menase lavi moun. Tanperati kò a kapab ogmante ak lakòz domaj nan sèvo; ka gen lanmò si moun nan pa refwadi byen vit. Kèk nan siyal yo se po ki cho, wouj ak sèk; chanjman nan konsyans; batman kè rapid, ak respirasyon kout. Yon beny fre oswa eponj fre kapab bay soulajman ak bese tanperati kò a.

Fatig Chalè: Fatig Akòz Chalè: Menmsi li mwen danjere pase kout-chalè, fatig akòz chalè reprezante danje pou sante a, epi li fèt pi souvan lè moun yo fè egzèsis fizik ki twò difisil oswa lè yo travay nan kote ki cho ak imid kote yo kò a pèdi likid. Kèk nan siyal

yo se po frèt, imid pal oswa wouj; swe anpil; maltèt; kèplen oswa vomisman; vètij ak gwo fatig. Si viktim nan gen sentòm, retire li nan solèy la, epi pase twal frèt ki mouye sou li.

Kout-Solèy: Kout-Solèy: Kout-solèy ralanti kapasite po a pou refwadi poukont li. Kèk nan siyal yo se po kò wouj ak doulè; nan pifò ka yo, po moun nan kapab vin anfle, moun nan kapab gen zanpoul, lafyèv ak maltèt. Pomad kapab yon soulajman pou doulè nan pifò ka yo. Ou ta dwe wè yon doktè nan ka ki grav yo. Pou pwoteje tèt ou, mete filtè solèy ki gen yon faktè kalite siperyè pwotektè kont solèy la ki klase (SPF) omwen 15. Toujou re-pase filtè solèy la apre peryòd ou swe anpil oswa natasyon.

Lakranp Chalè: Lakranp Chalè: Doulè miskilè ak lakranp moun genyen souvan akòz gwo egzèsis. Pèt dlo ak sèl nan transpirasyon lakòz lakranp. Siyal yo se doulè nan miskilati abdomèn ak janm yo. Ou ka jwenn soulajman nan fè gwo presyon sou misk ki gen lakranp yo, oswa masaj dousman pou soulaje lakranp lan. Sonje pou idrate souvan pandan w ap fè egzèsis oswa pandan w ap travay deyò.

Fedchalè: Fedchalè: Iritasyon po a ki sanble ak gwoup ti bouton wouj oswa ti zanpoud. Eseye mennen moun nan yon kote ki fre, kite kote ki afekte a sèk, epi fè moun nan itilize poud-de-talk pou li jwenn plis konfò.

**MONTRE OU ENTÈLIJAN NAN ENÈJI**

- Blakawout yo pi ka rive lè fè cho, kote yo itilize sèvis piblik yo pi plis. Pou evite mete yon kontrent sou rezo kouran an, ekonomize enèji pou ede evite blakawout yo.
- Mete tèmosta è-kondisyone ou sou 78 degre.
- Itilize è-kondisyone a lè ou lakay ou.
- Fèmen aparèy menaje ki pa enpòtan yo. Itilize sèlman aparèy menaje ki gen gwo chaj elektrik yo bonè nan maten oswa ta lannwit.

Pou jwenn plis enfòmasyon, ale sou:
http://www.health.ny.gov/environmental/emergency/weather/hot,
oswa http://www.dhses.ny.gov/oem/safety-info/publicsafety/heataware.cfm.

Pou jwenn plis enfòmasyon sou Vil New York, san bliye sant refwadisman vil la, ale sou:
http://www.nyc.gov/html/oem/html/get_prepared/beat_the_heat/beattheheat.html.

Pou jwenn yon sant refwadisman nan yon konte spesifik, vizite:
http://www.nysacho.org/i4a/pages/index.cfm?pageid=3713.

###

Wa p jwenn lòt nouvèl nan sitwèb www.governor.ny.gov
Eta New York | Executive Chamber | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418