

## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ ПО ЖАРКОМУ ПЕРИОДУ



ИНФОРМАЦИОННЫЕ ВЕБ-СТРАНИЦЫ ДЛЯ ОБЩЕСТВЕННОСТИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ И ОХРАНЕ ЗДОРОВЬЯ В ЖАРКИЙ ПЕРИОД

### ВЛИЯНИЕ ЖАРЫ НА ЗДОРОВЬЕ

Жара убивает больше людей, чем любые другие опасные погодные явления. Однако болезни и смертность, связанные с жарой, можно предотвратить. Узнайте, как аномальная жара, вызванная изменением климата, влияет на здоровье человека, на указанных ниже сайтах.



- Веб-страница SFPDH с ресурсами по охране здоровья при аномальной жаре: [www.sf.gov/resource/2024/healthcare-resources-extreme-heat](http://www.sf.gov/resource/2024/healthcare-resources-extreme-heat)
- Ресурсы CDPH по аномальной жаре: [www.cdph.ca.gov/Programs/EPO/Pages/Extreme%20Heat%20Pages/BI\\_Natural-Disasters\\_Extreme-Heat.aspx](http://www.cdph.ca.gov/Programs/EPO/Pages/Extreme%20Heat%20Pages/BI_Natural-Disasters_Extreme-Heat.aspx)
- Ресурсы CDC по аномальной жаре и охране здоровья: [www.cdc.gov/extreme-heat/about/index.html](http://www.cdc.gov/extreme-heat/about/index.html)

### СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

Узнайте, что вы можете сделать, чтобы сохранить здоровье и обеспечить свою безопасность в жаркую погоду. Посетите эти сайты, где вы найдете простые советы по обеспечению своей безопасности в жару.



- Веб-страница SF по жаркой погоде: <https://www.sf.gov/extreme-heat>
- Советы CDPH по профилактике заболеваний, связанных с жарой: [www.cdph.ca.gov/Programs/EPO/Pages/BI\\_Natural-Disasters\\_Extreme-Heat\\_Tips-for-Preventing-Heat-Related-Illness.aspx](http://www.cdph.ca.gov/Programs/EPO/Pages/BI_Natural-Disasters_Extreme-Heat_Tips-for-Preventing-Heat-Related-Illness.aspx)
- Ты готова к жаре, Калифорния?: [heatready.ca.gov](http://heatready.ca.gov)

### ПРЯЧЬТЕСЬ ОТ ЖАРЫ

Находитесь в прохладном месте, особенно в период с 10:00 до 16:00, когда жара сильнее всего. Тем, у кого нет кондиционера, рекомендуется находиться в общественном центре охлаждения или другом общественном месте, таком как библиотека или торговый центр. Найдите ближайшее к вам место на указанных ниже сайтах.



- Центры охлаждения в публичных библиотеках Сан-Франциско: [sfpl.org/services/cooling-centers](http://sfpl.org/services/cooling-centers)
- Центры охлаждения и ресурсы в округе CalOES: [news.caloes.ca.gov/coolingcenters/](http://news.caloes.ca.gov/coolingcenters/)

### СЛЕДИТЕ ЗА ИНФОРМАЦИЕЙ

Следите за местными новостями и прогнозом погоды на сайтах, чтобы не пропустить предупреждения и объявления о погоде и заранее подготовиться к жаре.



- Прогноз погоды от NWS: [www.weather.gov](http://www.weather.gov)
- Прогноз теплового риска от NWS: [ephtracking.cdc.gov/Applications/HeatRisk/](http://ephtracking.cdc.gov/Applications/HeatRisk/)

### УКРЫТИЯ ПРИ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ПОГОДЕ



В случае аномальной жары бездомным предоставляются укрытия. Имеющиеся для этого ресурсы см. на веб-сайте Департамента по вопросам бездомности и социального жилья Сан-Франциско (SF Department of Homelessness and Supportive Housing, HSH): [hsh.sfgov.org/services/how-to-get-services/accessing-temporary-shelter/](http://hsh.sfgov.org/services/how-to-get-services/accessing-temporary-shelter/).

