



Hadii qofku umuuqdo inuu dhintay wac 911, jifitaanka kulaylka badan wuxuu keeni karaa dhimasho.



Kujoog daganaansho. Waqti ku qaado meelaha bannaan ee hawadu ka jirto.



Iska ilaali dabaalashada hadii aad isticmaasho dawo sababtoo ah halista qarqashada ayaa kasaraysa.

## MA OGTAHAY?

- Jirka aadamiga wuxuu lumin karaa biyo badan maalmaha kulul. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad cabto biyo ka badan intii caadiga ahayd si aad u sii ahaato fuuqbax la'aan.
- Daroogadu waxay si toos ah u lumin kartaa kartida jidhka ee is-qaboojinta, taasoo horseedi karta khatar sare oo ka iman karta istarooga kulaylka.
- Miyir la'aantu waxay yareysaa awoodda lagu dareemayo loogana jawaabo isbedelka heerkulka waxayna kordhin kartaa khatarta istarooga kulaylka iyo qorax gubashad.
- Sonkorta waxay kor u qaadi kartaa heerkulka jirkaada waxayna sii adkeyn kartaa inaad qaboojiso.

## KHAYRAADKA

1

AHOPE waxay bixisaa adeegyada hoos u dhiga waxyeelada isticmaalka waxyaalaha maandooriyaha ah.

2

PAATHS waxay leedahay adeegyada iska-imow/walk-in ah, iyaga oo bixiya helitaanka meelaynta daaweynta iyo macluumaad ku saabsan daaweynta.

3

Isku qabooji Xarunta Hawlgelinta ee BPHC ee Southampton Street.

Wixi macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan khayraadka, wac 3-1-1 ama booqo website-kayaga [boston.gov/heat](http://boston.gov/heat)