



محافظت در زمستان

طوفان های زمستانی

- همسایه خوبی باشید – از احوال اقوام، دوستان و همسایگان سالخورده یا با نیازهای خاص آگاه باشید، تا مطمئن گردید که به طور محفوظ گرم باشند و غذا و آب کافی داشته باشند.
- اطمینان حاصل کنید که همه دود رو های گرمایش از برف یا موانع دیگر پاک هستند. حتی اگر بارش برف قابل توجهی را مشاهده نکنید، وزش برف میتواند دود رو های گرمایش را مسدود کند. دود رو های مسدود شده میتوانند منجر به تجمع کاربن مونواکساید در خانه شوند. اکنون هشدار دهنده های دود و کاربن مونواکساید را آزمایش کنید.
- کاربن مونواکساید یک گاز کشنده، بی رنگ، بی بو و سمی است. مسمومیت با CO میتواند علائم مشابه انفولانزا مانند سردرد، سرچرخی، حالت دلبدی و خستگی داشته باشد. سطوح بالاتر قرار گرفتن در معرض منجر به سرچرخی، خواب آلودگی و بی هوشی میشود. اگر کدام علائم را تجربه کردید خانه را ترک کرده و برای کمک تماس بگیرید.
- اگر از جنراتور استفاده می کنید، مطمئن گردید که در بیرون، دور از کلکین های باز، دروازه ها یا ورودی های هوا استفاده میگردد. دودکش جنراتور یا منبع گرمایش میتواند باعث تجمع کاربن مونواکساید در خانه شود که میتواند کشنده باشد.
- هنگام بیل زدن راحت باشید. فعالیت بیش از حد میتواند باعث حمله قلبی شود که یکی از دلایل اصلی مرگ در طول زمستان است.
- آماده باشید. یک صندوق تامین اضطراری مجهز در خانه برای زمستان داشته باشید که شامل چراغ، رادیو قابل حمل، باتری های اضافی، صندوق کمک های اولیه، آب بوتل و مواد غذایی خراب نشدنی است.
- برای معلومات بیشتر در باره محافظت صحتی از <https://www.healthvermont.gov/environment/climate/winter-weather> بازدید کنید.

قطع برق

- اگر لین برق قطع شده را دیدید، آن را رها کنید - همیشه با لین های برق طوری رفتار کنید مثل اینکه آنها حتماً برق دارند. یک لین برق زنده می تواند شما را بکشد.
- اگر درختان یا ساقه ها را پاک میکنید، مطمئن گردید که با لین برق تماس ندارند. درختان و شاخه می توانند وسیله انتقال برق باشند و اگر دست بزنید شما را برق میگرد.
- قطع شدن برق را به شرکت برق خود گزارش دهید.
- از جدا بودن پایپ ها مطمئن گردید. اگر پایپ های شما را یخ میزد، بدانید محل قطع آب کجاست و هرگز از مشعل دمنده یا شعله باز دیگر برای آب کردن پایپ ها استفاده نکنید. موی خشکان یکی از راه های محفوظ برای رسیدگی به این مشکل است.
- هرگز از منبع حرارتی "خود انگیز" مانند گریل یا منقل استفاده نکنید زیرا میتوانند خطر آتش سوزی یا کاربن مونو اکساید باشند.

- هر چیزی را که میتواند بسوزاند حداقل سه فوت از هر منبع گرمایی دور نگهدارید.

مسافرت

- قبل از حرکت وضعیت آب و هوا و جاده را بررسی کنید.
- آهسته بروید: رانندگی بسیار تیز در جاده های زمستانی علت اصلی تصادفات است.
- در فاصله محفوظ حداقل به طول 3 متر سفر کنید و فضای زیاد برای توقف بگذارید.
- قبل از سفر تمام برف و یخ را از وسایل نقلیه پاک کنید.
- متوجه برف سیاه در قسمت های که مانند پیاده رو به نظر میرسد، باشید.
- اگر در برف عمیق بند ماندید، و پایپ دودکش شما زیر شده است، نگذارید که انجن موتور شما از کار بیفتد. از کار افتادن پایپ دودکش که زیر برف شده میتواند منجر به مسمومیت با کاربن مونواکساید گردد.
- تلفون همراه را با خود داشته باشید و در مواقع اضطراری از 911 استفاده کنید، اما بیش از حد به تلفون همراه متکی نگردید.
- ببینید که اگر می توانید شعله دمنده یا بازتابنده را همراه بگیرید.

آمادگی عمومی

- هر چیزی را که بعنوان "مواد سوخت" برای گرم کردن خانه استفاده می کنید، اطمینان حاصل کنید که آنرا برد کافی دارید.
- اگر برای مدتی نمی توانید خانه خود را ترک کنید، وسایل اضافی در دسترس داشته باشید.
 - چراغ دستی
 - باتری ها
 - رادیوی چارجی توسط باتری
 - آب
 - غذاهای خراب نشدنی
- از شهر خود بپرسید که در صورت نیاز، نزدیکترین پناهگاه گرمایشی کجا خواهد بود. 2-1-1 Vermont فهرستی از پناهگاه ها را در صورت باز بودن پناهگاه ها دارد.

شرایط آب و هوای زمستان

- باران سرد: بارانی که با برخورد با زمین یخ میزند و پوششی از یخ در جاده ها و مسیرهای پیاده رو ایجاد می کند
- ژاله: بارانی که قبل از رسیدن به زمین به گلوله های یخ تبدیل می شود، باعث یخ زدن و لغزنده شدن جاده ها می شود
- توصیه های آب و هوای زمستان: درجه هوای سرد، یخبندان و برف پیش بینی گردیده است
- دیده بان طوفان زمستانی: هوای شدید مانند برف سنگین یا یخ در یکی دو روز آینده امکان پذیر است
- هشدار برفک/یخ زدگی: درجه حرارت زیر صفر پیش بینی شده است
- هشدار طوفان زمستانی: شرایط دشوار زمستانی شروع شده یا خیلی زود آغاز خواهد گردید
- هشدار طوفان برفی: برف زیاد و وزش شمال شدید باعث ایجاد برف کور کننده، دید نزدیک به صفر، رانش های عمیق و باد سرد میگردد

معلومات بیشتر

برای معلومات بیشتر به کمپاین آماده مراجعه کنید