



ס'איז זייער הייס!



באווארנישן צו נעמען פאר קינדער

בשעת זייער הייסע וועטערס, קען דאס געזונטהייט פון א קינד אונטער 5 יאר אלט זיך שנעל פארערגערן.

מאכט זיכער:

-  פלאנירט דאס קינד'ס אקטיוויטעטן אינדרויסן אמבעסטן איידער 10:00 am און נאך 4:00 pm
-  טוט אן דאס קינד מיט ליכטיג-קאלירטע קליידער
-  פארדעקט זיין אדער איר קאפ מיט א היטל מיט א ברייטער ראם

-  אז דאס קינד זאל טרונקען וואסער רעגלמעסיג און טראגן א וואסער פלעשל מיט זיך אויב מעגליך
-  קילט אפ דאס קינד'ס הויט מיט א נאסע שמאטע מערערע מאל א טאג
-  זעט דאס קינד זאל נעמען א קילע וואנע ווי אפט עס איז נויטיג
-  זעט אז דאס קינד זאל פארברענגען א פאר שעה א טאג אין א צימער מיט עיר קאנדישאן אדער א קילע פלאץ

פאר בעיביס וואס זייגן, לאזט זיי זייגן לויטן געברויך. עס איז העכסט נארמאל פאר זיי צו זייגן עפטער. פאר בעיביס וואס טרונקען פארמולא, אפפערט עס עפטער. פאר בעיביס איבער זעקס מאנאטן, אפפערט א קליינע מאס וואסער נאך אדער צווישן פיטערן.

לאזט קיינמאל נישט קיין קינד אדער בעיבי אליין אין א קאר אדער נישט-לופטיגע צימער, אפילו נאר פאר א פאר מינוט.

וויכטיגע צייכנס אויף וואס צו האלטן אן אויג:

- רונדן אונטער די אויגן קענען אויסזען איינגעזונקען
- העכערע קערפער טעמפעראטור, 38.5°C אדער העכער (רעקטל)
- אומגעווענליך נערוועז, קוועטשעדיג, צעמישט
- שוועריקייטן מיטן אטעמען
- מידקייט, פארמערטע שלאף און שוועריקייטן זיך אויפצואוועקן

- ווייניגער אורין אדער טונקעלע אורין
- טרוקענע הויט, ליפן אדער מויל
- קאפווייטאג, ברעכן אדער דייעריע
- אבנארמאלע, בלאסע אדער רויטע הויט קאליר

האט אייער קינד איינס אדער מער פון די צייכנס? האט איר סיי וועלכע געזונטהייט-פארבינדענע פראגעס? רופט Info-Santé דורך רופן 811 אדער רעדט צו א נורס אדער דאקטער.

ווערט געוואר מער אויף: Quebec.ca

אין אן עמערדזשענסי, רופט 1-1-9.