لوگوی
حوزه

گرمای شدید

نباید دست کم گرفته شود

- از خطرات مربوط به خودتان آگاه باشید
- به دنبال سرپناه و سایه باشید
- آب بنوشید
- مراقب نشانه‌های مبنی بر نیاز به استراحت باشید
- در صورت نیاز کمک پزشکی دریافت کنید