



ابقَ منتعشًا من خلال التعرف المبكر على علامات الإجهاد الحراري
من العلامات المبكرة: التشنجات العضلية، الطفح الجلدي، التعب.

تعلم المزيد عن كيفية التعرف على الأمراض المرتبطة بالحرارة والتعامل
معهـا عبر الموقع: mass.gov/info-details/extreme-heat-safety-tips