



Rete fre nan travay la

Li fasil pou ou pran twòp chalè lè w ap fè egzèsis nan chalè ekstrèm.
Bwè dlo – menm si ou pa swaf – epi pran poz nan lonbraj.

Aprann plis bagay sou kijan pou rete fre nan chalè a nan:
mass.gov/info-details/extreme-heat-safety-tips