



Mantenha-se refrescado(a) enquanto se diverte

O perigo do calor é maior para as crianças. Beba água e faça
pare para descansar com frequência na sombra.

Saiba mais sobre como se refrescar no calor em:
[mass.gov/info-details/extreme-heat-safety-tips](https://www.mass.gov/info-details/extreme-heat-safety-tips)