

# Mas malinis na hangin sa Vancouver



## Ang pagbabawas ng pagkalantad sa usok mula sa mabilis na kumakalat na apoy ay ang pinakamahusay na paraan para protektahan ang inyong kalusugan

- 1 Kung masyadong mausok o masyado kang mainit, pumunta sa loob na lugar na may mas malamig o mas malinis na hangin
- 2 Ipagpaliban o limitahan ang mga aktibidad sa labas na nagpapahirap sa iyong paghinga, lalo na kung nakakaranas ka ng mga sintomas
- 3 Uminom ng maraming tubig para makatulong na makabawas sa ilang mga karaniwang sintomas
- 4 Kapag nasa labas, pag-isipang magsuot ng 3-layer mask para sa katamtamang proteksyon, o isang N95 respirator para sa mas mataas na proteksyon
- 5 Kung gumagamit ka ng mga pansagip na gamot, lagi itong dalhin at magtabi ng supply sa bahay
- 6 Humingi ng medikal na pangangalaga para sa mga sintomas tulad ng kawalan ng ginhawa sa dibdib, kakapusan ng paghinga, malalang pag-ubo o paghuni, at pagkahilo o lumalalang kalusugan ng pag-iisip

**i** Gawing priyoridad ang pagpapanatiling malamig kapag mainit ang panahon at kapag may usok. Mas peligroso ang pagiging masyadong mainit kaysa makalanghap ng usok sa karamihan ng mga tao.

## PARA SA HIGIT PANG IMPORMASYON AT MGA UPDATE

[vancouver.ca/wildfiresmoke](https://vancouver.ca/wildfiresmoke)

(May magagamit na mga nakasaling-wika)

Kinikilala ng City of Vancouver ang mga unceded na homeland ng x̣m̄əθk̄w̄əȳəm (Musqueam), Skwxwú7mesh (Squamish), at səliwətaʔ (Tsleil-Waututh) Nations.

## Mga bagay na aalamin

- May mga pasilidad ang lungsod na may mas malinis na hangin sa buong taon kapag regular na oras ng pagpapatakbo. Pumunta sa lugar na mas malinis ang hangin kapag sa palagay mo ay kailangan mo ng ginhawa mula sa usok ng mabilis na kumakalat na apoy. Ang mga lugar na may air conditioning ay maaari ring makapagbigay ng ginhawa ([vancouver.ca/hotweather](https://vancouver.ca/hotweather))
- Pinapagana ang mga karagdangang lugar na mas malinis ang hangin kapag ang paunawa sa kalidad ng hangin ay ibinigay ng Metro Vancouver
- Magagamit ng lahat ang mga lugar na mas malinis ang hangin. Hindi mo kailangang magparehistro, magbayad, o magpakita ng pagkakakilanlan para pumunta sa lugar na mas malinis ang hangin. May upuan, tubig, at magagamit na banyo sa mga lokasyong ito.
- 🐾 Lahat ng mga lugar na mas malinis ang hangin ng Sentro ng Komunidad ay tatanggap ng mga hindi makulit na alagang-hayop maliban sa mga sumusunod na lugar:
  - > Evelyne Saller Centre (404 Alexander Street)
  - > Carnegie Community Centre (401 Main Street)

## Kung kailangan mo ng tulong

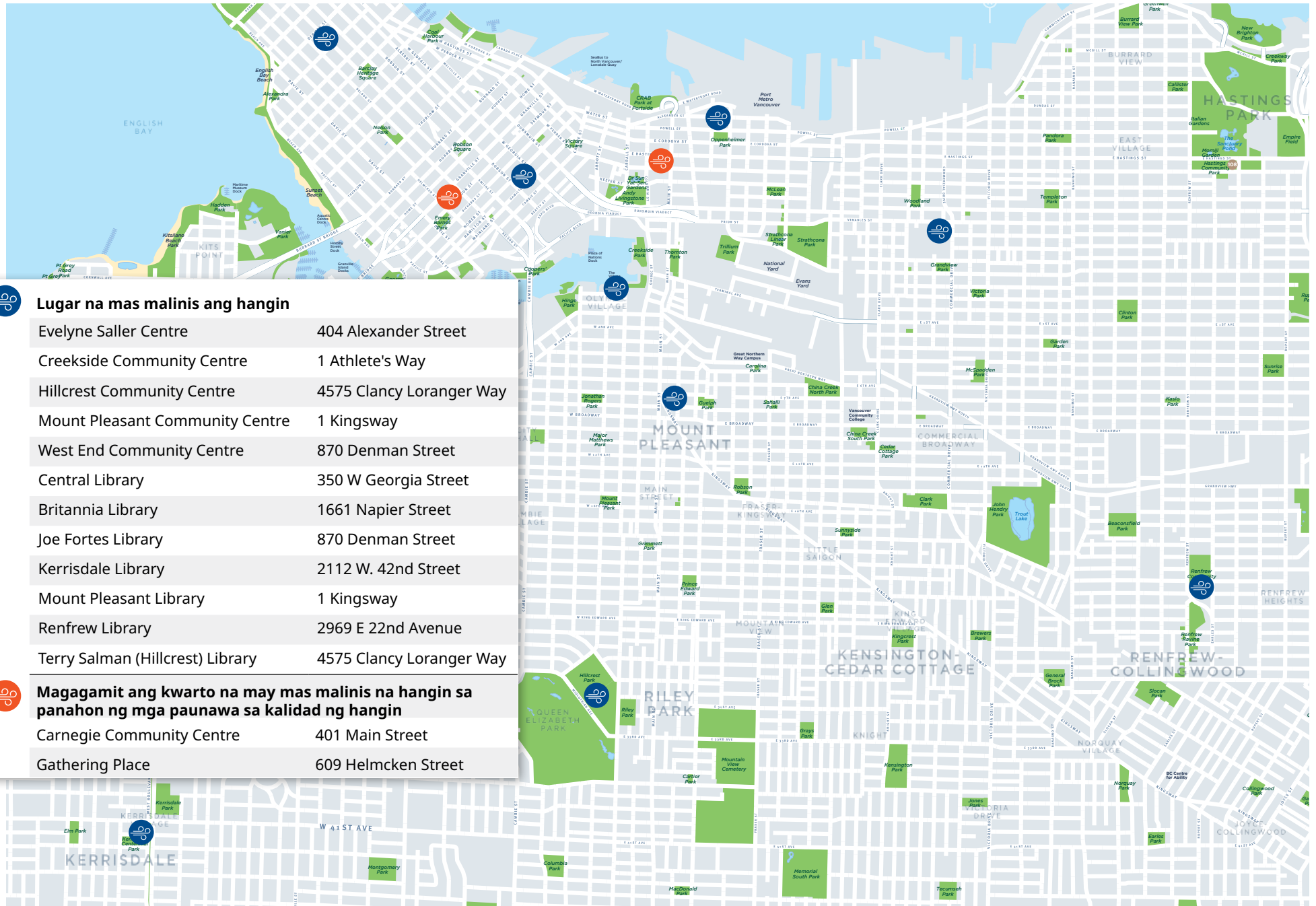
**Mga medikal na emergency:** Tumawag sa 9-1-1

**Mga pangkalusugang tanong sa mga sintomas na kaugnay ng init:** Tumawag sa 8-1-1 (7-1-1 para sa bingi o hirap makarinig)

**Mga pampublikong lokasyon na may mas malinis na hangin:** Tumawag sa 3-1-1

May mga serbisyong pagsasaling-wika sa mga numero ng telepono sa itaas

# Mas malinis na hangin sa Vancouver



## Lugar na mas malinis ang hangin

Evelyne Saller Centre	404 Alexander Street
Creekside Community Centre	1 Athlete's Way
Hillcrest Community Centre	4575 Clancy Loranger Way
Mount Pleasant Community Centre	1 Kingsway
West End Community Centre	870 Denman Street
Central Library	350 W Georgia Street
Britannia Library	1661 Napier Street
Joe Fortes Library	870 Denman Street
Kerrisdale Library	2112 W. 42nd Street
Mount Pleasant Library	1 Kingsway
Renfrew Library	2969 E 22nd Avenue
Terry Salman (Hillcrest) Library	4575 Clancy Loranger Way



## Magagamit ang kwarto na may mas malinis na hangin sa panahon ng mga paunawa sa kalidad ng hangin

Carnegie Community Centre	401 Main Street
Gathering Place	609 Helmcken Street