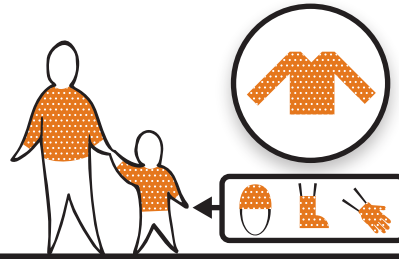


كيف تبقى دافئاً في الشتاء:

التياب:

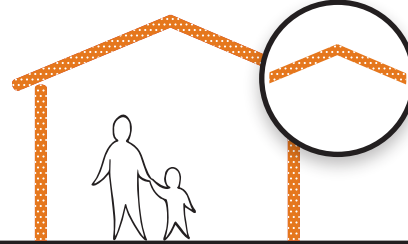
شراء ملابس دافئة لكل فرد من أفراد العائلة، أنها أفضل وسيلة لحماية من البرد



١

الغطاء:

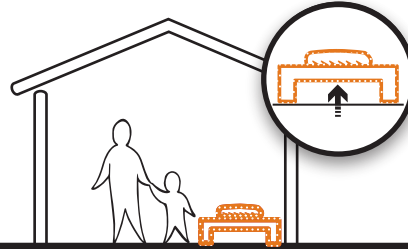
إيجاد مأوى مناسب لحمايتك من الشتاء



٢

الفراش:

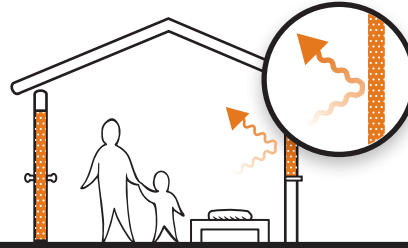
استخدم الفرش و البطانيات لتبقى دافئاً في الليل
ارفع الفرش عن الأرض للمحافظة على الحرارة حتى لا تنتقل إلى الأرض



٣

عازل الحرارة:

تخلص من البرد بمنع دخوله إلى الغرف المأهولة في المأوى، إملئ الفجوات والشقوق في الجدران وحول النوافذ والأبواب. اعزل النوافذ عن طريق تثبيت غطاء بلاستيكي من الداخل أو الخارج



٤

التدفئة:

أمن تدفئة للغرف المأهولة باستخدام مدفئة مناسبة، إذا استخدمت الغاز و مدافئ الوقود الصلب، إحمي أطفالك ، تأكد من وجود فتحات تهوية ١٠ x ١٠ سم (في المأوى) لتجنب التسمم بأحادي أكسيد الكربون
⚠ تذكر ضرورة تهوية الغرفة



٥

عزل الأرضية:

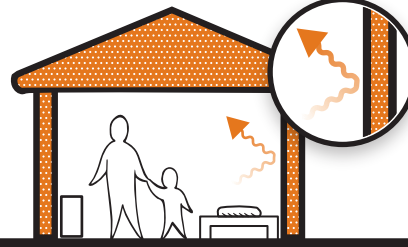
استخدم السجاد،الحصائر والبطانيات لعزل الأرض لتجنب البرودة و خسارة الحرارة



٦

عزل السقف و الجدران:

الاهتمام بعزل الجدران والسقف للمأوى لتجنب خسارة الحرارة



٧

