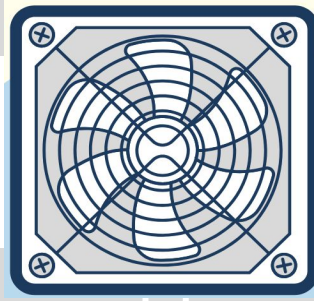


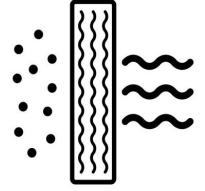
MẸO SỬ DỤNG QUẠT



ĐỂ LÀM MÁT



NHƯ MỘT BỘ LỌC KHÔNG KHÍ



MẸO:

- Đóng cửa sổ, cửa ra vào và màn cửa trong thời gian nóng nhất trong ngày. Mở cửa sổ vào buổi sáng và tối để không khí mát mẻ vào phòng.
- Để mang không khí mát hơn từ bên ngoài vào, hãy đặt quạt gần màn lưới chống muỗi cửa sổ hoặc cửa ra vào đang mở. Không khí mát sẽ thổi vào trong phòng.
- Để đẩy không khí nóng ra khỏi phòng, hướng mặt trước của quạt về phía màn lưới chống muỗi cửa sổ hoặc cửa ra vào đang mở. Không khí nóng sẽ thổi ra khỏi phòng.
- Để có hiệu ứng điều hòa, hãy đặt một bát nước đá trước quạt. Thay đá khi đá tan hết và đảm bảo quạt không bị ướt.
- Đặt quạt tại nơi không ai vấp phải quạt.

KHÔNG sử dụng quạt trong khi ngủ hoặc khi đi vắng trong thời gian dài.

KHÔNG hướng quạt trực tiếp vào bản thân hoặc người khác. Quạt có thể gây mất nước quá mức và có thể lan truyền các giọt bắn hô hấp.

KHÔNG sử dụng quạt khi nhiệt độ không khí trên 95 độ F. Nó sẽ thổi không khí nóng, có thể làm tăng thêm căng thẳng do nhiệt.

Tự làm quạt lọc khí chi phí thấp với:

1. Quạt hộp
2. Một tấm lọc bụi (20" x 20", định mức MERV 13 hoặc FPR 10 hoặc MPR 1500-1900)
3. Băng dính (băng keo chắn sơn hoặc băng dính vải)

Dán tấm lọc vào mặt sau của quạt. Các mũi tên trên tấm lọc phải hướng về phía trước của quạt. Bật quạt lên.

MẸO:

- Để tạo một 'phòng có không khí sạch hơn', hãy sử dụng quạt lọc khí trong phòng mà quý vị dành nhiều thời gian nhất.
- Đóng tất cả các cửa sổ và cửa ra vào trong phòng khi đang sử dụng quạt lọc khí.
- Chạy quạt lọc khí trong ít nhất 10-15 phút.
- Đặt quạt lọc khí cách xa tường và các đồ vật lớn, nơi không ai vấp phải quạt.
- Thay tấm lọc sau mỗi 3 tháng hoặc khi tấm lọc bẩn/có màu nâu.

NHỮNG HÀNH ĐỘNG KHÁC QUÝ VỊ CÓ THỂ THỰC HIỆN

KHI TRỜI NÓNG

Liên tục uống nhiều nước và nhận biết các dấu hiệu kiệt sức vì nhiệt và sốc nhiệt.

Để biết thêm thông tin về các cách để làm mát, vui lòng truy cập trang web [Trợ Giúp Khi Trời Nóng](https://multco.us/help-when-its-hot):

<https://multco.us/help-when-its-hot>

KHI KHÔNG KHÍ Ô NHIỄM

Tuân theo các khuyến nghị y tế cộng đồng và kiểm tra chất lượng không khí.

Để biết thêm thông tin về ô nhiễm không khí và để xem [video](https://multco.us/wildfiresmoke) bộ lọc quạt, vui lòng truy cập:

<https://multco.us/wildfiresmoke>