

Helle tulee – vilvoittele fiksumusti!

Laita kostea
pyyhe pakkaseen
päiväksi ja käytä
sitä yöllä
viilennykseen

Hakeudu varjoisaan
puistoon tai viileisiin
julkisiin tiloihin

Sulje verhot
ja sälekaihtimet
jo aamusta, ettei
asunto ehdi
kuumentua

**Hellettä on
nykyään paljon
enemmän kuin ennen**

**Kuumassa asunnossa
on tukalaa, mutta helle
voi olla myös
terveysriski**

Tuuleta
läpivedolla vain
silloin, kun ulkona
on viileämpää
kuin sisällä

Jos käytät
tuuletinta, pidä sitä
vain niissä tiloissa,
joissa oleskelet

Vältä uunin ja
lieden käyttöä.
Suosi mikroaaltouunia.
Sammuta turhat
sähkölaitteet – ne
tuottavat lämpöä

Pidä huolta
etenkin haavoittuvassa
asemassa olevista
ikäntyneistä
naapureistasi