

# 安全、健康地度过冬天加入低收入家庭能源补助计划 (LIHEAP)



## 儿童和家庭管理局 社区服务办公室

低收入家庭能源补助计划 (简称 LIHEAP )

可通过提供紧急能源援助服务，帮助个人和家庭保持健康和安全的室内温度。

这些服务包括供暖费补助，防止出现供暖中断和恢复供暖、房屋节能改造以及维修或更换供暖设备。LIHEAP 和以下安全指导可让您和您的家庭在这个冬天保持安全和健康。

### 什么是安全的室内温度？

在所有家庭成员都健康的情况下，64 华氏度 (约 17.8 摄氏度) 或以上为安全室内温度。如果家里有老人、婴儿、儿童或慢性病患者，您需要将温度提升到 68 华氏度至 70 华氏度 (约 20 摄氏度至 21.1 摄氏度)。



如果您或您认识的人需要在支付供暖费和保持安全的室内温度方面得到帮助



请访问：  
[www.energyhelp.us](http://www.energyhelp.us)



电话：国家能源补助咨询热线  
(866) 674-6327



电子邮箱：  
[energyassistance@ncat.org](mailto:energyassistance@ncat.org)

### 如何避免因不当供暖操作而导致的危险？

遵循以下指导有助于您和您的家庭成员安全度过这个冬天：

- 如果电取暖器的发热元件发红且没有自动关闭开关，请立即停止使用。将取暖器放在远离儿童、宠物或任何易燃物品 (如窗帘或毯子) 的地方。
- 不要在家中、地下室、车库或靠近窗户的地方使用火炉、发电机、燃气烤炉、炭烤炉或野营炉来取暖。
- 请在室外通风良好处使用发电机。
- 在您使用煤油取暖炉之前，请向当地消防部门确认其合法性。请确保室内通风良好。
- 仅在通风管道运行良好的情况下使用壁炉或柴炉，同时避免管道气体泄漏或废气进入室内。
- 安装由电池供电的一氧化碳检测仪，防止出现一氧化碳中毒。
- 安装烟雾报警器并每月对报警器进行测试，防止出现火灾。



**LIHEAP 危机补助会优先为那些没有或可能没有供暖的家庭提供帮助。**

如果您的暖气供应已经中断/即将中断，请立即联系您当地的 LIHEAP 办公室。要查找您当地的 LIHEAP 办公室，请前往 [energyhelp.us](http://energyhelp.us)，使用搜索工具搜索您所在的州、领地或部落

### 确保您悉知体温过低的症状

待在寒冷房间里可能会导致低温症，即人体温度过低。成年人出现体温过低时症状表现为颤抖、疲惫、意识模糊、手脑不协调、失忆、口齿不清和嗜睡。我们可以用四个“不”来记住这些症状：走路不稳、嘟囔不停、手脑不一和口齿不清。婴儿出现体温过低时症状表现为皮肤鲜红发冷，没有活力。

---

**如果您认为有人正遭受严寒，请拨打 911 寻求紧急援助。**

---

如需了解更多冬季安全信息，请点击以下资源：



[冬季气候指南](#)



[让老人安全度过寒冷冬季](#)



[极冷天气：加强个人健康和安全的预防指引](#)



[在使用发电机时保护家人和宠物的安全](#)