

# 安全、健康地度過今年冬天 加入低收入家庭能源補助計劃 (LIHEAP)



## 兒童和家庭管理局 社區服務辦公室

### 低收入家庭能源補助計劃 (簡稱 LIHEAP)

可通過提供緊急能源援助服務，幫助個人和家庭保持健康和安全的室內溫度。這些服務包括暖氣帳單補助，防止暖氣中斷和恢復暖氣、房屋節能改造，以及維修或更換暖氣設備。LIHEAP和以下安全指引可提供協助，讓您和您的家庭在今年冬天維持安全和健康。

### 什麼是安全的室內溫度？

世界衛生組織指出在所有家庭成員都健康的情況下，64 華氏度（約 17.8 攝氏度）或以上為安全室內溫度。如果家裏有老人、嬰兒、兒童或慢性病患者，您需要將溫度提升到 68 華氏度至 70 華氏度（約 20 攝氏度至 21.1 攝氏度）。



如果您或您認識的人需要幫助  
支付暖氣費，LIHEAP 或許可  
以提供幫助



網址：  
[www.energyhelp.us](http://www.energyhelp.us)



電話：國家能源補助諮詢熱線  
(866) 674-6327



電子郵箱：  
[energyassistance@ncat.org](mailto:energyassistance@ncat.org)

### 如何避免不安全的室內暖氣取用方法？

遵循以下指引有助於您和您的家庭成員安全度過今年冬天：

- 如果小型電暖器的發熱元件發紅且沒有自動關閉開關，請立即停止使用。
- 如果使用電暖器，將小型電暖器放在遠離兒童、寵物或任何易燃物品（如窗簾或毯子）的地方。
- 在家中、地下室、車庫或靠近窗戶的地方，請勿使用火爐、發電機、燃氣烤爐、炭烤爐或野營爐來取暖。
- 如果您在緊急停電時使用發電機，請在室外通風良好處使用。
- 在您使用煤油取暖爐之前，請向當地消防部門確認其合法性。請確保室內通風良好。
- 僅可在向外良好通風的情況下使用壁爐或柴爐，同時避免管道氣體泄漏或廢氣進入室內。
- 安裝電池供電的一氧化碳檢測儀，防止出現一氧化碳中毒。
- 安裝煙霧報警器並每月對報警器進行測試，防止出現火災。



## LIHEAP 危機補助會優先為沒有或可能沒有暖氣的家庭提供幫助。

如果您的暖氣供應已經中斷/即將中斷，請立即聯繫您當地的 LIHEAP 辦公室。若要查詢您當地的 LIHEAP 辦公室，請前往 [energyhelp.us](https://energyhelp.us)，使用搜尋工具來查詢您所在州、領地或部落的資訊。

### 請確切知道體溫過低的症狀

待在寒冷房間裏可能會導致低溫症，即人體溫度過低。成年人出現體溫過低時症狀表現為顫抖、疲憊、意識模糊、手腦不協調、失憶、口齒不清和嗜睡。請使用四個「不」來記住這些症狀：走路不穩、唧噥不停、手腦不一和口齒不清。嬰兒出現體溫過低時，症狀表現為皮膚鮮紅、冰冷，沒有活力。LIHEAP 可以幫助您支付暖氣費用，以便您能夠保持安全的室內溫度。

請訪問 [energyhelp.us](https://energyhelp.us) 並使用「我有資格嗎」工具來查看您是否有資格獲得援助

如需瞭解更多冬季安全資訊，請點選以下資源：



[冬季氣候指南](#)



[讓老人安全度過寒冷冬季](#)



[極冷天氣：加強個人健康和安全的預防指引](#)



[使用發電機時要保護家人和寵物的安全](#)



[世界衛生組織：住房與健康指南](#)