

# Đang nướng thì cũng đừng quên giữ mát cơ thể

Những buổi tiệc nướng ngoài trời có thể nhanh chóng trở nên rất nóng. Hãy uống nước thường xuyên và nghỉ ngơi để giải nhiệt.



Massachusetts Department  
of Public Health



[mass.gov/community-heat-resources](https://mass.gov/community-heat-resources)