

É normal diskansa, rikarega, y ripiti.

Faze paugas pa
ivita duénsas
rilasionadu
ku kalor

- Faze paugas na sonbra.
- Obi bu korpu.
- Fika senti oras ki bu xinti kansadu y fraku, falta di ar, y tontura



Massachusetts Department
of Public Health



mass.gov/community-heat-resources