

# Social Media Messages for Winter Weather

## Twitter messages

You can post messages below on your local or tribal health authority's Twitter feed. All posts are 140 or fewer characters.

The Centers for Disease Control and Prevention's [@CDCReady](#) and [@CDCEmergency](#) feeds can also be retweeted as relevant information and links are tweeted.

## Tweets

风暴要来了?便携式发电机会产生一氧化碳毒气。请在距离住宅、门窗至少 25 英尺的地方运行发电机。

在#冬季天气之前、期间和之后确保安全。在 #OregonHealthAuthority: <http://1.usa.gov/MY2Js3> 网页上读取安全小贴士

访问 [@OregonDOT](#) 查看您的旅行情况,然后再在冬季天气里外出。  
<http://www.tripcheck.com>

这里冬季很冷。天然气和燃油炉会产生一氧化碳有毒气体。保护您的家人安全。尽快检查您的炉子。#俄勒冈州

避免一氧化碳 (CO) 中毒。安装一氧化碳检测器,定期检查您的炉子,确保便携式发电机距离住宅超过25 英尺。#俄勒冈州

您家没电了吗?请使用 [FoodSafety.gov](http://www.foodsafety.gov) 食物图表帮助您决定要保存什么、扔掉什么。  
<http://tinyurl.com/p9j6rll>

您的食物在停电后可以安全食用吗?  
[www.foodsafety.gov/keep/charts/refridg\\_food.html](http://www.foodsafety.gov/keep/charts/refridg_food.html)

用电锯锯倒下的树时请注意安全: <http://tinyurl.com/p5w2dtm>

## Facebook posts

All of the above tweets can be cross-posted as Facebook messages. However, the following suggestions have images and links that are also for posting. For more suggestions, visit the Centers for Disease Control and Prevention's Facebook page at <https://www.facebook.com/cdcmemergency> to repost useful links, webpages, photos, and tips.

您是否知道自己可以从智能手机上获得最新的天气情况更新?如果您进入一个风暴区,您就会收到一条短信。请确定您的手机是否能收到来自商业移动无线警报系统发出的无线紧急情况警报: <http://www.nws.noaa.gov/com/weatherreadynation/wea.html>

冬季风暴来临时,请避免在路上受伤。上路之前,请通过俄勒冈州交通部Trip Check 网站 (<http://www.tripcheck.com>) 或拨打 5-1-1 检查您的出行是否安全。

如果您在风暴警告期间开车外出,被困在路上时请务必留在车里。

请在 <http://1.usa.gov/MY2Js3> 了解更多安全小贴士

我们会在 Facebook 上看到很多冬季天气的图片。风暴来临时,请确保预防低温症和冻伤。外出时穿暖和的衣服和合适的靴子!请在此网址了解更多安全小贴士:<https://public.health.oregon.gov/Preparedness/Prepare/Pages/PrepareForWinterStorms.aspx>

您是否知道停电了该怎么办?您的应急包是否准备好了?您是否备有所有必需用品?请准备一个不花大钱的应急包。今天就了解您可以做些什么准备工作:<http://public.health.oregon.gov/Preparedness/Prepare/Pages/BuildAKit.aspx>

冬季天气可能导致停电。请拨打您当地的电力公司电话报告停电情况。如果您使用发电机,请确保将其放在距离住宅至少 25 英尺的位置。不当使用发电机可能导致一氧化碳中毒。您可能因为有毒的引擎排气、触电或电击和火灾而遭受一氧化碳中毒。

您依然处于风暴警告期吗?请从国家气象局俄勒冈州 Facebook 页面获得最新天气更新情况。<https://www.facebook.com/NWSPortland/>

您是否听过“雪上加霜”这句话?在自然灾害期间,受伤可能让一切情况都变糟十倍!请查阅下方链接,了解基本小贴士,确保您和您的家人不受灾难伤害。<http://public.health.oregon.gov/Preparedness/CurrentHazards/Pages/InjuryPrevention.aspx>

如果在冬季风暴期间您的电没了,您的食物就可能发生问题。易腐食物可迅速滋长细菌。如果不在适当的温度条件下存放食物,食物就可能让您生病。请了解正确的食物存储方式以及在冬季风暴过后食物会造成的健康风险。您在这里可以找到安全存放食物的快速小贴士:<https://apps.state.or.us/Forms/Served/le8631.pdf>

您是否知道一氧化碳是可能致命的无色无味无嗅气体?一氧化碳中毒是冬季风暴期间的问题之一。这是因为人们使用发电机和其他替代的取暖和烹饪方法。学习识别一氧化碳中毒以及如何预防。<https://public.health.oregon.gov/Preparedness/CurrentHazards/Pages/CarbonMonoxidePoisoning.aspx>

链锯可能是在灾难过后清理废墟时极大节省劳动力的工具。但是如果不正确谨慎地操作,链锯可能快速导致重伤和死亡。请访问下方网站了解关于链锯操作的更多安全信息。<http://tinyurl.com/p5w2dtm>