

# Beat the heat with **HEAP!**

If the heat affects your health you may be eligible for HEAP cooling assistance.

## You may qualify for a HEAP cooling benefit if your household:

- Has a member with a documented medical condition worsened by heat
- Gross monthly income meets current HEAP guidelines
- Received a regular HEAP benefit greater than \$21 in the current program year or resides in government subsidized housing with heat included in your rent
- Did not receive a HEAP funded air conditioner within the past 5 years



Learn more about the HEAP Cooling Benefit at:  
[otda.ny.gov/programs/heap/#cooling-assistance](https://otda.ny.gov/programs/heap/#cooling-assistance)  
or **1-800-342-3009**

## Tips to get cool:

- Stay indoors in air conditioning
- Drink plenty of cool nonalcoholic and caffeine-free liquids
- Take a cool shower or bath

For more extreme heat advice, visit:  
[www.health.ny.gov/extremeheat](https://www.health.ny.gov/extremeheat)



**HEAP**  
Home Energy  
Assistance Program

A Program of the Office of Temporary and Disability Assistance

Pub-5182 (Rev. 04/21)

# Combata el calor con **iHEAP!**

Si el calor afecta negativamente su salud, es posible que reúna los requisitos para recibir el subsidio de enfriamiento HEAP.

## Usted podría reunir los requisitos para recibir el subsidio de enfriamiento HEAP si su grupo familiar:

- Incluye un miembro con una afección médica documentada que se empeora con el calor.
- Si su ingreso mensual bruto cumple con las pautas establecidas de HEAP.
- Si usted recibió el subsidio regular HEAP por un monto mayor a \$21 en el programa del presente año o reside en una vivienda subvencionada por el gobierno donde la calefacción esta incluida en su alquiler.
- No recibió un aire acondicionado subsidiado con fondos de HEAP en los últimos 5 años.



Infórmese más sobre el subsidio de enfriamiento de HEAP en:  
[otda.ny.gov/programs/heap/#cooling-assistance](https://otda.ny.gov/programs/heap/#cooling-assistance) o **1-800-342-3009**

## Consejos sobre cómo mantener una temperatura corporal cómoda:

- Manténgase al interior con el aire acondicionado
- Beba suficientes líquidos fríos no alcohólicos y sin cafeína
- Dese una ducha o un baño de tina fríos.

Si desea más consejos sobre cómo combatir el calor, ingrese a: [www.health.ny.gov/extremeheat](https://www.health.ny.gov/extremeheat)



**HEAP**  
Home Energy  
Assistance Program

A Program of the Office of Temporary and Disability Assistance

Pub-5182-SP (Rev. 04/21)