



**WATER.
REST.
SHADE.**

*The work can't get done
without them.*

A Heat Safety DVD – SCRIPT - PUNJABI

SHOT LIST Key: WS = Wide shot MS = Medium shot CU = Close up MCU = Medium close up Insert = focus on something integral to the scene	SCRIPT Key: VO = Voice over Super = Words appearing on screen
<p><i>Open with TV show-type of intro. As a graphic mix of words and images, this 30-second intro will “tease” elements that will be featured throughout the video and will roll out the video title (TBD). We will feature a mix of images representing each of our target audiences:</i> Latino, Latina, Hmong male, Punjabi male, Mixteco female</p>	Super: “Hook question” - TBD
<p><i>Medium Camera Shot: Interview Construction Worker</i></p> <p><i>Re-enactment of construction worker building the framework of a house.</i></p> <p>WS of construction worker hammering nail in lumber, feeling faint and falling to the ground.</p>	Latino construction worker: ਇਹ ਬਸ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਦਿਨ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਮਕਾਨ ਦਾ ਢਾਂਚਾ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਗਰਮੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਸੀ - ਪਰ, ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਘਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਸੂਰਜ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਮੇਰੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਰੋੜ ਪੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ..."
<p>MS of same scene.</p>	Super: “ਮੇਰਾ ਸਿਰ ਘੁੰਮ ਰਿਹਾ ਸੀ...”
<p>MCU of same scene.</p>	Latino construction worker: "ਮੇਰਾ ਸਿਰ ਘੁੰਮ ਰਿਹਾ ਸੀ; ਮੈਨੂੰ ਉਲਟੀ ਆ ਰਹੀ ਸੀ। ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਮੇਰੇ ਕੁਝ ਖਾਣ ਕਰਕੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ... ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮੈਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ।"
<p><i>Vis: Motion graphic treatment of sun waves on the horizon</i> MS of sun. WS of summer road with heat waves in the distance.</p>	VO: ਇਹ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਅਸਾਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਫੇਰ ਵੀ ਜੇ ਕਾਰਵਾਈ ਜਲਦੀ ਅਤੇ ਛੇਤੀ ਨਾਲ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਹ ਬਸ ਸੂਰਜ ਹੇਠਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

<p>WS of Hmong farm worker working in the field and feeling the effects of the sun.</p>	<p>Hmong male farm worker: "ਪਿਛਲੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ, ਮੈਂ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਥੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ। ਮੈਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕੇ ਚੁਕਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ।"</p> <p>Super: "ਮੈਂ ਬੌਂਦਲਿਆਂ ਹੋਇਆ... ਗਵਾਚਾ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ..."</p>
<p>MS of same scene. MCU of same scene.</p>	<p>Hmong male farm worker: "ਕੁਝ ਦੇਰ ਬਾਅਦ, ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਸੀ; ਮੈਂ ਬੌਂਦਲਿਆਂ ਹੋਇਆ, ਗਵਾਚਾ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ। ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਸੀ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕਿਤੇ ਠੰਡਾ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਸੀ..."</p> <p>Super: "ਪਰ ਕਿਤੇ ਵੀ ਕੋਈ ਛਾਂ ਨਹੀਂ ਸੀ..."</p>
<p>WS of Hmong worker looking for place to sit. MCU of same scene. CU of same scene.</p>	<p>Hmong male farm worker: "ਪਰ ਉੱਥੇ ਕਿਤੇ ਵੀ ਛਾਂ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਮੇਰੇ ਲਈ ਛਾਂ ਹੇਠ ਬਹਿਣ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਲ੍ਹੇ-ਦੁਆਲੇ ਲੜਖੜਾਉਣ ਲੱਗਾ, ਬੈਠਣ ਲਈ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣ ਲੱਗਾ।"</p> <p>VO: ਇਹ ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਉਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਕਾਮੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ, ਤਾਂ ਹਰ ਕੋਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।</p>
	<p>Super: ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?</p>
<p>WS of Hmong farm worker being offered water in the shade. CU of Hmong farm worker drinking water. WS of several Hmong farm workers working in the field. MCU of same scene. INSERT of hands picking fruit. CU of a Hmong farm worker sweating while working.</p>	<p>VO: ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਸਰੀਰਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ - ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਵਾਤਾਵਰਨ ਗਰਮ ਅਤੇ ਨਮੀ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ - ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਣੀ ਨਹੀਂ ਪੀਂਦੇ ਅਤੇ ਅਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਠੰਡਾ ਹੋਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਕੱਢਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਰਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p>
<p>MCU of Latino landscape worker wiping the sweat off his brow while working.</p>	<p>Latino landscape worker: "ਮੈਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਖਰਾਬੀ ਆਉਣ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਮਿੰਟ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਬਸ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਗਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਏ। ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਹੀ ਗਰਮੀ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ - ਤੁਸੀਂ ਥੱਕੇ ਹੋਏ, ਪਿਆਸੇ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।"</p>

<p><i>Vis: Can use illustrations from client OR graphic icons determined by client</i></p> <p>WS of Latino farm worker noticing another Latina farm worker looking ill. He helps her. MCU of same scene. CU of same scene.</p>	<p>Super: ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?</p> <p>VO: ਕੁਝ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਰੋੜ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਸੀਨਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ, ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਅਤੇ ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਥਕਾਵਟ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ।</p>
<p><i>Illustrations from client OR graphic icons determined by client</i></p> <p>WS of Latino field workers under hot sun. CU of Latino worker feeling the effects of the sun.</p>	<p>VO: ਲੂ ਲੱਗਣਾ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਹੈ ਅਤੇ ਵਰਕਰ ਅਕਸਰ ਇਸ ਤੋਂ ਮਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲੂ ਲੱਗਣ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਸਰੀਰ ਦਾ ਉੱਚਾ ਤਾਪਮਾਨ, ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਪਸੀਨਾ ਨਹੀਂ, ਅਤੇ ਲਾਲ, ਗਰਮ, ਖੁਸ਼ਕ ਚਮੜੀ। ਤੁਸੀਂ ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣਾ, ਉਲਝਣ, ਅਤੇ ਦੌਰੇ ਵੀ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p>
<p>WS Scene of Punjabi farm workers doing work. MS of same scene. MCU of same scene.</p>	<p>Super: ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ</p> <p>VO: ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡਾ ਜ਼ੋਖਿਮ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।</p>
<p><i>Vis: Graphic transition; a mini-version of the video intro</i></p> <p>MCU of water being set up at the work location. WS of Mixteco farm workers taking a break and moving to the shade. MCU of same scene. MCU of various Mixteco workers/Mixteco female cooling off and drinking water.</p>	<p>Super: ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ (icons that illustrate our key prevention message)</p> <ul style="list-style-type: none"> - ਪਾਣੀ - ਛਾਂ - ਅਰਾਮ - ਸਿਖਲਾਈ <p>ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ!</p> <p>vo: ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਅਸਾਨ ਹੈ - ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਕਦਮ ਬਸ ਕੰਮ ਦਾ ਹੀ ਹਿੱਸਾ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ, ਛਾਂ, ਅਰਾਮ, ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।</p>
<p>MCU of Hmong male farm worker drinking water. CAMERA dollies into a profile. WS of Hmong workers drinking water, wearing hats and light-colored clothing.</p>	<p>VO: ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਾਣੀ ਪੀਓ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਆਸ ਨਾ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗਰਮ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹਰ ਘੰਟੇ 4 ਕੱਪ ਪਾਣੀ ਪੀਓ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਦੇ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਕਾਫ਼ੀ ਸਾਰਾ ਤਾਜ਼ਾ, ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।</p>

<p>MCU of female Mixteco farm worker sweating in the field. CU of same scene.</p>	<p>Mixteco female farm worker: "ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਇਹ ਸੁਣਿਆ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਹਰ ਘੰਟੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਚਾਰ ਕੱਪ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਗਾ ਕਿ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਬਾਥਰੂਮ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਬ੍ਰੇਕ ਲੈਣੇ ਪੈਣਗੇ। ਪਰ ਬਾਹਰ ਸੂਰਜ ਹੇਠਾਂ ਹੋਣ ਵੇਲੇ, ਮੈਂ ਜੋ ਪਾਣੀ ਪੀਂਦਾ ਹਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪਸੀਨੇ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਬਾਥਰੂਮ ਵਾਸਤੇ ਵਾਧੂ ਬ੍ਰੇਕ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹਾਂ"</p>
<p>WS of Latino construction workers and supervisor; workers approach supervisor about taking a break. Supervisor nods and a few workers take a break in the shade structure. Some workers continue to work. MS of same scene. MCU of same scene.</p>	<p>VO: ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਛਾਂ ਵਿੱਚ ਅਰਾਮ ਕਰੋ। ਕੰਨੂਨ ਤੁਸੀਂ ਅਰਾਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਲੈਣ ਲਈ ਲਈ 5 ਮਿੰਟ ਤਕ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਂ ਵਾਲਾ ਖੇਤਰ ਜ਼ਰੂਰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਵਰਕਰ ਅਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਰੁਕਣ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਦਾ ਦਬਾਉ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਵਰਕਰ ਹਨ। ਪਰ ਅਰਾਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p>
<p>MCU of Latino construction worker employer conducting a safety meeting with several construction workers. WS of same scene. MCU of construction workers listening. INSERT of materials or items used for training.</p>	<p>Latino employer: "ਮਾਲਕ ਵਜੋਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣਿਆਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਹੈ।"</p> <p>VO: ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕਟ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਵੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣੀ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ, ਮੈਡੀਕਲ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕਿਸਨੂੰ ਬੁਲਾਉਣਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਸ਼ਪਸ਼ਟ ਹਦਾਇਤਾ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀਆਂ ਹਨ।</p>
<p>WS of Latino landscape workers coming to the aid of a co-worker who gets ill while an ambulance arrives.</p>	<p>Latino landscape Worker: "ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਸਿੱਖ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਕੀ ਹਨ, ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਸਚੇਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।"</p> <p>Super: ਜਲਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੋ! Image is treated graphically: - ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖੋ। - ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ -ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿਸਨੂੰ ਬੁਲਾਉਣਾ ਹੈ</p>

<p>WS of (2) two Hmong male farm workers getting out of vehicle and getting ready for work in the early morning. They enter the job site. MS of same scene. MCU of same scene.</p> <p>MCU of Hmong workers in light-colored clothing with hat.</p>	<p>Hmong male employer from agricultural sector: "ਸਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਵੀ ਬਦਲਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰਮੀ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਵੇਰੇ ਜਲਦੀ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਹਲਕਾ ਕੰਮ ਵੀ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪੈ ਜਾਵੇ। ਮੇਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਮੈਂ ਠੰਡੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਟੋਪੀਆਂ ਪਹਿਨਦੇ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਹ ਸਿੱਖ ਲਿਆ ਸੀ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਕਾਮੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਠੰਡੇ ਰਹਿਣ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਨੋਬਲ ਉੱਚਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਰੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਫਾਇਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।"</p> <p>Super: ALL workers have rights</p> <p>VO: ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਨੂੰਨ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ! ਇਸ ਕਾਨੂੰਨ ਤਹਿਤ ਸਾਰੇ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਰਜਾ ਜੋ ਵੀ ਹੋਵੇ।</p> <p>Super and VO: ਗਰਮੀ ਬਾਰੇ ਕਨੂੰਨ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਮਾਲਕਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ: -ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਠੰਡਾ, ਤਾਜ਼ਾ ਪਾਣੀ, -ਛਾਂ ਅਤੇ ਅਰਾਮ ਦੇ ਸਮੇਂ, -ਗਰਮੀ ਦੇ ਆਦੀ ਹੋਣ ਲਈ ਸਮਾਂ -ਸਿਖਲਾਈ -ਸੰਕਟ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ</p>
<p>WS of Latino construction worker turning into his own driveway and getting out of vehicle. MS of same scene. INSERT of glass as Latina wife fills it up with water. MS of Latina wife offering him water as he rests</p>	<p>Super: ਰੋਕਥਾਮ ਘਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ</p> <p>VO: ਇਹ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਅਤੇ ਠੰਡਾ ਹੋਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ, ਕੈਫੀਨ ਅਤੇ ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਕਾਫੀ ਸਾਰਾ ਅਰਾਮ ਕਰੋ।</p>
<p><i>Vis: Graphic transition; a mini-version of the video intro.</i></p>	<p>Super: ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ...? VO: ਜੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਾਣੀ, ਛਾਂ, ਅਰਾਮ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹੁੰਚ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸੰਕਟ ਲਈ ਤਿਆਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੋ, ਤਾਂ?</p>

<p>TWO-SHOTS of Punjabi farm workers talking about water and shade to each other. WS of the (3-4) farm workers approaching their supervisor. MS of same Punjabi scene.</p>	<p>Punjabi male farm worker: ਮੈਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾ ਲਈ ਛਾਂ ਵਿੱਚ ਠੰਡਾ ਹੋਣਾ ਠੀਕ ਸੀ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਰਮੀ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੋਸ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਉਸ ਕੋਲ ਗਏ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕੀ ਜੇ ਅਸੀਂ ਛਾਂ ਵਿੱਚ ਅਰਾਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਓਨਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਥੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਫਾਇਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।</p>
<p>WS of Latina farm worker at work MS of same scene. MCU of same scene. CU of her drinking water in the shade.</p>	<p>VO: ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਹੀ ਸਾਧਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ OSHA ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।</p> <p>Super: Cal/OSHA ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਵਰਕਰਜ਼ ਹੀਟ ਹੈਲਪਲਾਈਨ 1-877-99-CALOR (1-877-992-2567)</p> <p>Latina farm worker: "ਫੀਲਡ ਵਿੱਚ ਛਾਂ ਹੋਣ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਵਧੀਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ - ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ, ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਉਣਾ ਹੈ।"</p> <p>Super: ਪਾਣੀ, ਛਾਂ, ਅਰਾਮ, ਸਿਖਲਾਈ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ! www.99calor.org</p>