



BẠN PHẢI LÀM GÌ?



MƯA ĐÁ LÀ GÌ?

Mưa đá là mưa kèm theo những viên nước đá hình cầu hoặc nhiều hình dạng và kích thước khác nhau. Thông thường hạt mưa đá nhỏ bằng hạt đậu, hạt ngô (5mm), nhưng đôi khi chúng có thể to bằng quả trứng gà hoặc to hơn (hàng chục cm).

DẤU HIỆU

Khi thấy mây đen bao phủ kín bầu trời, dông gió nổi lên mỗi lúc một mạnh, tiếp đó lác đác vài hạt mưa rào, nhiệt độ không khí lạnh đi nhanh chóng thì có khả năng sẽ xảy ra mưa đá.

NÊN LÀM

1. Thường xuyên theo dõi thông tin cảnh báo.



2. Chủ động quan sát các dấu hiệu có thể xảy ra mưa đá.

3. Nhanh chóng tìm nơi ẩn náu như nhà kiên cố, hầm, hang động ...



4. Trường hợp chưa kịp trú ẩn, dùng các vật cứng như mũ bảo hiểm, cặp sách,... để tránh đá rơi vào đầu.



5. Khi ở trong nhà mái lá, mái ngói, mái fibro xi măng,..., nên trú dưới gầm bàn, ghế, giường,... hoặc tìm các vật cứng để che đầu.



6. Khi đang lưu thông trên đường, nên dừng xe và đổ vào lề đường.

KHÔNG NÊN LÀM

1. Trú ở gốc cây hay ở những ngôi nhà mái lá, mái ngói hoặc mái fibro xi măng.
2. Di chuyển ngoài trời khi có mưa đá.
3. Tắm mưa hoặc sử dụng nước tan ra từ mưa đá do có thể nhiễm các chất bẩn, độc tố, axit.
4. Đứng gần đường dây điện, đường dây cao áp và máy biến áp.





NẮNG NÓNG LÀ GÌ?

Khái niệm	Nhiệt độ cao nhất trong ngày
Nắng nóng	35°C - 37°C
Nắng nóng gay gắt	37°C - 39°C
Nắng nóng đặc biệt gay gắt	> 39°C
Trong một ngày, tại một địa phương	

BẠN PHẢI LÀM GÌ?

I. ĐỐI VỚI CON NGƯỜI

- Chủ động theo dõi thông tin dự báo thời tiết.
- Hạn chế tiếp xúc với nắng nóng (đặc biệt giữa trưa).
- Mặc quần áo thoáng mát, thấm mồ hôi; sử dụng đồ bảo hộ nếu cần.
- Bố trí thời gian làm việc và nghỉ ngơi hợp lý trong môi trường nhiệt độ cao.
- Tăng cường uống nước, nhiều lần, tối thiểu 1.5-2 lít nước/ngày; bổ sung muối và khoáng chất.
- Ăn chín uống sôi, đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, phòng tránh dịch bệnh.
- Quan tâm nhiều hơn đến sức khỏe của trẻ nhỏ và người cao tuổi.
- Theo dõi, quản lý trẻ em, để phòng đuối nước.



II. ĐỐI VỚI VẬT NUÔI, CÂY TRỒNG

- Hạn chế chăn thả trâu bò, gia súc, gia cầm khi nhiệt độ ngoài trời trên 37°C.
- Cho ăn uống đầy đủ, giữ vệ sinh, làm thoáng mát chuồng, trại.



- Che lưới chống nắng, che phủ mặt ruộng; giữ độ ẩm cho cây trồng.
- Tưới cho cây vào sáng sớm và chiều muộn.

TÁC HẠI DO NẮNG NÓNG GÂY RA

- Khiến người và động vật bị cảm nắng, sốc nhiệt, dễ mắc bệnh hơn, đặc biệt là người già và trẻ em; làm cây trồng héo rũ, giảm năng suất.
- Gây khó khăn đến sinh hoạt, sản xuất của người dân.
- Dễ gây hỏa hoạn, cháy rừng, ảnh hưởng xấu đến môi trường.