

同学们，请查收“强对流天气防御指南”

同学们，快乐的暑假正在一天天的悄然度过。不知不觉，大家已经离校多日。但是，学校对大家的关心和牵挂从没有间断。暑期是以学生和家庭为主体的旅游集中期，也是高温、暴雨、强对流灾害天气的多发期。面对夏季极端天气风险，以下“强对流天气防御指南”请查收。

一、什么是强对流天气？

强对流天气是指发生突然、天气剧烈、破坏力极大的灾害性天气，其出现时往往电闪雷鸣、风大雨急，惊心动魄。雷电、短时强降雨、雷雨大风、冰雹甚至龙卷风等具有强烈对流性的天气，都属于强对流天气。

强对流天气具有小尺度、突发性强的特点，对其落区的提前预报还是一个难题，但气象部门可根据雷达探测资料，及时观测到可能诱发强对流天气的强雷雨团，发出预警信息。

二、如何防范强对流天气？

1.密切关注气象部门发出的预警信息，提前做好应对强对流的准备。只要捕捉到强对流天气发生的苗头，气象部门就会通过报纸广播电视、手机短信、网络、户外电子显示屏等渠道发布雷电、暴雨、大风等相关预警，市民一旦接收到预警信息，就要有防范强对流的意识，做好防雷电、防暴雨的准备。

2.高温天气外出时，尽量避开气温最高时段（基本为下午2时至4时），不要长时间在太阳下暴晒，做好防晒措施、及时补水，预防中暑和热射病的发生。高温天气下进行户外活动时需注意适当增加休息时间，并及时补充水分和电解质。高温天气下，

戏水、游泳等涉水活动增多，公众应注意水域安全，避免溺水事故，尤其要提高在湖泊、河流、水塘（库）等水域及附近区域活动时的风险防范意识。

3.暴雨和强对流天气，暑期强对流多发，常引发雷电、暴雨、短时强阵风等混合灾害天气出现。暴雨可能导致山岳、峡谷景区出现山洪、泥石流、滑坡等次生灾害，进而影响交通安全，出行前应掌握必要的自救知识，关注途经地降雨情况、规划好路线，避免因天气延误行程、威胁自身安全等，必要时及时根据预警调整行程。

4.雷雨天气时，避免自己成为开阔区域的高点或处于开阔地区的高点之下，避免触碰导电体。比如，避免自己处于山头、树下，不要在开阔区域打手机或打伞，远离水面等；野外紧急避雷可以两脚并拢蹲下，双手抱膝，人与人之间需保持一定距离，若头、颈、手处有蚂蚁爬走感，头发竖起，说明将发生雷击，应赶紧趴在地上，并丢弃身上佩戴的金属饰品和发卡、项链等，减少遭雷击的风险。雷雨时要注意防范其伴随的短时强阵风，不进行水上活动，及时远离水面，不在危险建筑物附近，注意防止高空坠物等。

5.高原和山区降雨常常“一山四季”和“一雨成冬”，需携带必要的保暖衣物和防晒用品，以应对气温变化和紫外线照射。

请同学们时刻绷紧安全这根弦，务必保持手机畅通，遇到任何突发状况，请第一时间联系辅导员，济职永远是同学们最坚强的后盾！

衷心祝愿同学们度过一个平安、健康、快乐而有意义的假期！

学生处

2024年7月5日