2021年1月5日和6日是此次寒潮过程最冷时段，全国各地寒冷升级，10省区需小心冻伤。7日最高气温0℃线将抵达长江沿线，合肥、武汉、南京、上海最高气温将齐齐破零；最低气温0℃线也会迅速南压，8日最低气温0℃线将南压至华南北部，北方大部最低气温更是不足-10℃。