නිවේදන අංකය : **20** WWL/HI/25/04/26/01

වර්ණය : ඇම්බර්

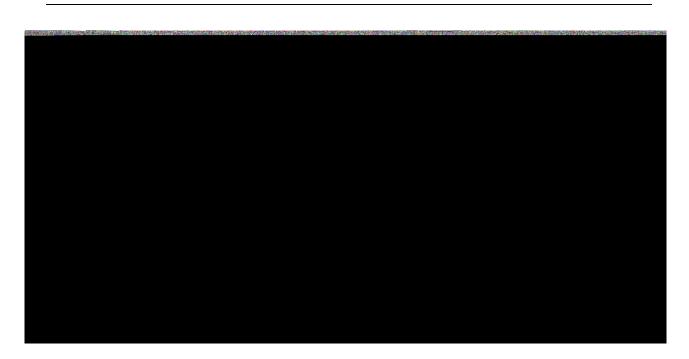
උණුසුම් කාලගුණ තත්ත්වය පිළිබඳ අවවාදාත්මක නිවේදනය කාලගුණ විදාා දෙපාර්තමේන්තුවේ, ස්වභාවික විපත් පිළිබඳ පූර්ව අනතුරු ඇඟවීමේ මධාස්ථානය විසින් 2025 අපේල් 27 දිනය සඳහා වලංගු වන පරිදි, 2025 අපේල් 26 දින ප.ව. 03.30 ට නිකුත් කරන ලදී.

නැගෙනහිර, උතුරු-මැද පළාත් සහ මොනරාගල, හම්බන්තොට, යාපනය, මුලතිව්, කිලිනොච්චිය, වච්නියාව සහ කුරුණෑගල දිස්තුක්ක සඳහා

වීමසිලිමත් වන්න!

නැගෙනහිර, උතුරු-මැද පළාත් සහ මොනරාගල, හම්බන්තොට, යාපනය, මුලතිව්, කිලිනොච්චිය, වච්නියාව සහ කුරුණෑගල දිස්තිුක්කවලත් ඇතැම් පුදේශවල උණුසුම් දර්ශකය, එනම් මිනිස් සිරුරට දැනෙන උණුසුම් "අවධානය යොමු කල යුතු" මට්ටමක පැවතිය හැකියි.





ඉහත උණුසුම් දර්ශකය (Heat Index) කාලගුණවිදාා දෙපාර්තමේන්තුව විසින් ගෝලීය ගණිතමය කාලගුණ අනාවැකි ආකෘති දත්ත විශ්ලේෂණ මගින් ලබාගත් වායුගෝලීය ආර්දුතාවය සහ උපරිම උෂ්ණත්ව අගයයන් යොදා ගනිමින් හෙට දිනය සදහා ගණනය කර ඇති **දර්ශකයක්** වන අතර මෙය ශරීරයට දැනෙන තත්වයකි. <u>මෙය විය හැකි උපරිම වායුගෝලීය උෂ්ණත්වය නොවේ</u>.

එම දර්ශකය අනුව මිනිස් ශරීර සෞඛය තත්වයට විය හැකි බලපෑම ඉහත වගුවේ දක්වා ඇත. මෙය සෞඛා සහ දේශීය වෛදා සේවා අමාතාාංශයේ සහයෝගය සහ උපදෙස් අනුව සකසා ඇත.

කියාකළ යුතු ආකාරය

වැඩ බිම් තුල : පුමාණවත් ලෙස ජලය පානය කරන්න. සෙවණ ඇති ස්ථාන වල හැකි පමණ විවේක

ගන්න.

නිවෙස් තුල : වැඩිහිටි සහ රෝගී පුද්ගලයින් පිලිබඳ සැලකිලිමත් වෙන්න.

වාහන තුල : කුඩා ළමුන් වාහන තුල තනියම රඳවා නොයන්න.

එළිමහතේ : අධික වෙහෙසකාරී කටුයුතු සීමා කරන්න. සෙවණ ඇති ස්ථාන වල රැඳෙන්න.

පුමාණවත් ලෙස ජලය පානය කරන්න.

ඇළුම් : සුදු හෝ ලා පැහැති සැහැල්ලු ඇඳුම් භාවිතා කරන්න.

සටහන :

මීට අමතරව, සෞඛා අමාතාාංශයේ ආපදා පෙර සුදානම් සහ පුතිචාර දැක්වීමේ ඒකකය මහින් මේ පිළිබඳව නිකුත් කරන නිවේදන පිලිබඳ අවධානය යොමු කරන්න. වැඩි විස්තර සඳහා 011-7446491 දුරකථන අංකය අමතන්න.



Bulletin No:**20** WWL/HI/25/04/26/01

COLOR: Amber

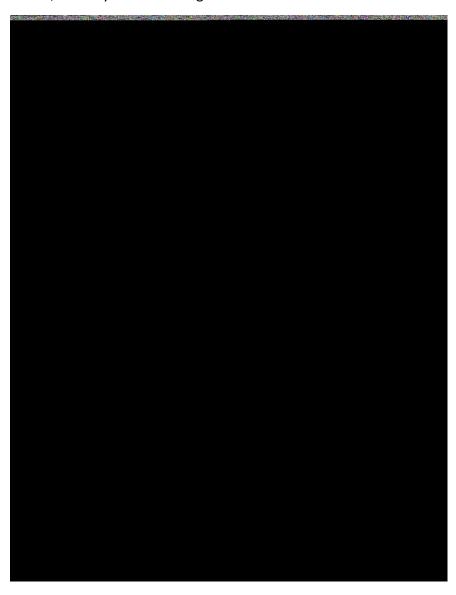
Warm Weather Advisory

Issued by the Natural Hazards Early Warning Centre At 3.30 p.m. 26 April 2025, valid for 27 April 2025.

For Eastern and North-central provinces and Monaragala, Hambantota, Jaffna, Mullaitivu, Kilinochchi, Vavuniya and Kurunegala districts.

PLEASE BE AWARE

Heat index, the temperature felt on human body is likely to increase up to 'Caution level' at some places in Eastern and North-central provinces and Monaragala, Hambantota, Jaffna, Mullaittivu, Kilinochchi, Vavuniya and Kurunegala districts.





The Heat Index Forecast is calculated by using relative humidity and maximum temperature and this is the condition that is felt on your body. **This is not the forecast of maximum temperature.** It is generated by the Department of Meteorology for the next day period and prepared by using global numerical weather prediction model data.

Effect of the heat index on human body is mentioned in the above table and it is prepared on the advice of the Ministry of Health and Indigenous Medical Services.

ACTION REQUIRED

Job sites: Stay hydrated and takes breaks in the shade as often as possible.

Indoors: Check up on the elderly and the sick.

Vehicles: Never leave children unattended.

Outdoors: Limit strenuous outdoor activities, find shade and stay hydrated.

Dress: Wear lightweight and white or light-colored clothing.

Note:

In addition, please refer to advisories issued by the Disaster Preparedness & Response Division, Ministry of Health in this regard as well. For further clarifications please contact 011-7446491.