



SUDAN  
METEOROLOGICAL  
AUTHORITY



## انذار من ارتفاع درجات الحرارة في شرق، وأوسط و جنوب شرق البلاد



مُتَوَقَّع :إلحاح



شديد :خطورة



محتمل :بالتاكيد

### صادر:

سبت 14 مارس 2026  
11:49

### فعال:

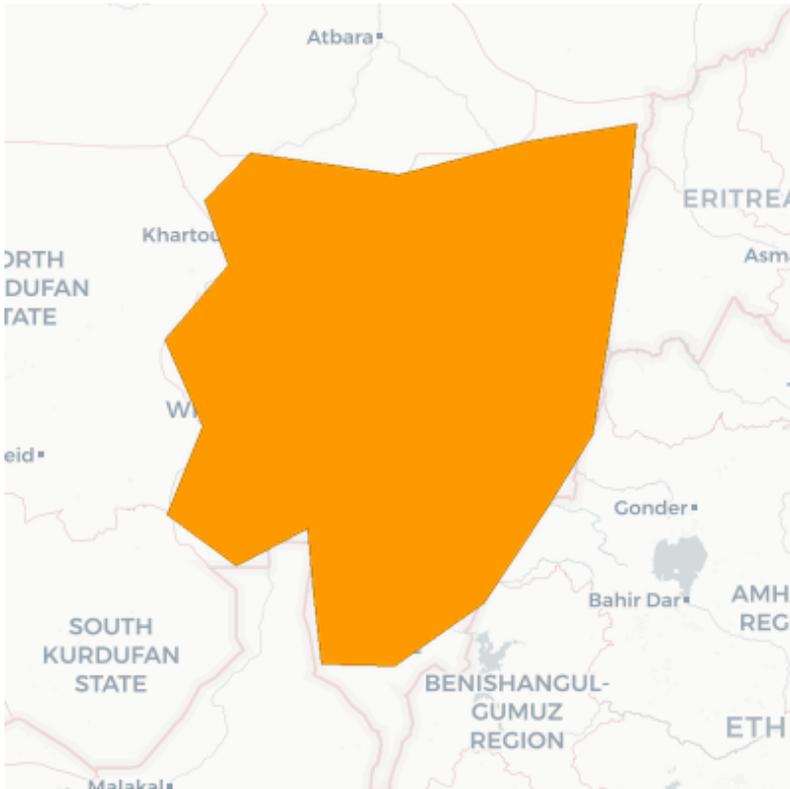
سبت 14 مارس 2026  
11:45

### بداية:

أحد 15 مارس 2026  
12:00

### تنتهي:

أربعاء 18 مارس 2026  
18:00



### منطقة:

كسلا، الخرطوم، الجزيرة، القصارف، سنار، النيل الابي

### وصف:

. انذار من إرتفاع في درجات الحرارة في شرق، وأوسط و جنوب شرق البلاد

### تعليمات:

التعرّض المفرط للحرارة قد يسبب الجفاف والاجهاد الحراري وضربات الشمس، اشرب الكثير من الماء • وتجنب الأنشطة الخارجية في وقت الذروة. • عدم التعرض المباشر لاشعة الشمس لفترات طويلة . • موجات الحر تؤثر بشدة على كبار السن، والأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة. تواصل مع الأشخاص المعرضين

للخطر من حولك وتأكد من سلامتهم. • استخدام التيار الكهربائي والضغط على الشبكات يزداد في الصيف بسبب الاستعمال الكثيف لمكيفات الهواء. أطفئ الأجهزة الكهربائية التي لا تستعملها. • تابع تحديثات حالة الطقس بانتظام والتزم بتحذيرات وارشادات السلطات المحلية.