



# PREPAREDNESS FOR HEAT WAVE

**BINDU AGGARWAL**  
**INDIAN RED CROSS SOCIETY**

# HEAT WAVE IN INDIA



**There is no Universal definition for heat wave**

**In India as per Indian Metrological Department:**

**For declaration of heat wave condition the maximum temperature of a station must reach at least 40° C for plains and 30° C for Hilly regions.**



# HEAT WAVE INCIDENTS IN INDIA

S.No.	Year	No. of Deaths
1	2002	1030
2.	2003	1210
3.	2005	329
4.	2006	47
5.	2007	72
6.	2009	120
7.	2010	250
8.	2013	557
9.	2015	2248
10.	2016	300
11.	2017	264
12.	2019	112

Source : EmDat



# PREPAREDNESS ACTIVITIES

- **Access to Early Warning**
- **Flash Mob**
- **Development and Distribution of IEC**
- **Awareness Campaigns**



# FLASHMOB

- A flashmob is a coordinated movement of song and dance, done in a public space without announcement, to capture the attention of passersby; and, in this case, convey an important message.
- In June 2017, 15 young staff and volunteers performed eight flashmobs in different parts of New Delhi.

<https://vimeo.com/227042448>

# DO'S AND DON'TS DURING A HEATWAVE

## Drink lots of water



Drink plenty of water, chais, teas, and other liquids that help rehydrate the body. Take water with you if you travel or work.

## Stay Cool

Wear light and loose clothing. Keep your outside closed at home. Keep your windows open at night. Outdoor workers can use wet towels on the shoulder, neck, and head to keep cool, and should take frequent breaks in shaded areas. Find cool areas like the mosque, temple, parks, shopping malls, public pools.

## DO'S

### Protect from the sun



Wear a hat. Use sunscreen, sunglasses, and umbrellas, especially during peak hours (12pm-3pm).

### Check on family & neighbours



Check on family, friends, and neighbors, especially the elderly, children, pregnant women, and women who are breastfeeding.

## DON'TS

### Drink alcohol or caffeinated beverages (tea, coffee, etc.)



Alcohol and caffeine make it harder for your body to cool down, and can increase your risk of heat illness.

### Go outdoors or be overly active between 12pm-3pm

If you need to go outdoors, bring water with you, keep a wet towel and umbrella to protect from the sun, and find shade when possible. Engaging in physical activity or exertion between 12pm-3pm can increase your risk of heat-related illness.

### Cook during peak hours 12pm-3pm



Open doors and windows to ventilate the cooking area.

### Leave children in the car



It can be harder for children to adjust to extreme heat; make sure they drink lots of water.

## HEAT ILLNESS SYMPTOMS

Red, hot, dry skin or cold and clammy skin. Nausea or vomiting. Dizziness, headache. Heavy sweating, weakness. Heat rash or muscle cramps. Trouble breathing. Decreased energy.

## WHAT TO DO

In an emergency, call 108. If you or someone you know has symptoms of heat illness, get to a cool place, remove extra clothes, apply cool, wet cloth and contact a medical professional.

Real time weather information can be found at <http://www.imd.gov.in/pages/heatwave.php>






# ఎండ తీవ్రతకు గురి కాకుండా జాగ్రత్తలు పాటిద్దాం

## పడదెబ్బ లక్షణాలు

రూపొందించినవారు: శ్రీవల్లభ శరణ్ ఉమ్మడికొండవరం, నామి, చిత్తూరు జిల్లా, పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా, పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా, పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా, పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా

### ఎండ తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు:

01. తెలుగు రంగు గల పలుచటి కాటన్ పట్టణాలను ధరించండి.
02. వెత్తికి బోటు పెట్టుకోవాలి లేదా రూపూలు కట్టుకోవాలి.
03. ఉప్పు కలిపిన మజ్జిగ, గుడ్డతో కలిపిన నీటిని త్రాగవలసింది.
04. టెంట్ లో హైడ్రేషన్ కలిపిన నీటిని త్రాగవలసింది.
05. నీడగా ఉన్న చిల్డ్రన్లను వెంటనే చేర్చండి.
06. తడిగుడ్డతో తలరం అంజూరు ఉంచండి.
07. పడదెబ్బకు గురి అయిన వారు సాధారణ స్థితికి రానిట్ల వారిని తీసి వాతావరణంలో దగ్గరలోని వైద్యశాలలో తరలించండి.
08. మంచి నీరు ఎక్కువ సార్లు త్రాగాలి.
09. ఎండలో సుందీ వచ్చిన వెంటనే చిల్డ్రన్లను విప్పురసము గాని కొద్దివేళు లేదా చిల్డ్రన్లను త్రాగాలి.
10. శీతలద్రవ్యం ఎండలో బయటికి వేయవలసింది లేదా తిరుగుబాటు మొదలైన అతర అవార్జును సమస్యలు ఏర్పడితే దగ్గరలో ఉన్న వైద్యశాలకు సంబంధించి వైద్యులకు చికిత్స పొంది పడదెబ్బ, వారిన పడదెబ్బ అనాయత్తు చేయండి.

### ఎండ తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు చేయకూడనివి.

01. సూర్యకిరణాలను, వేడి గాలిని గురి కావడం, వేడిగా ఉన్న సూర్యకాంతిలో గోడూరు లేకుండా ఉండడం.
02. వేసవికాలంలో నలుపు రంగు దుస్తులు, ముందంగా ఉంచే దుస్తులు ధరించడం.
03. వెత్తికి బోటు లేక రూపూలు లేకుండా సూర్యకాంతిలో ఉండడం.
04. పడదెబ్బకు గురి అయిన వారిని వేడి నీటిలో ముంచి బట్టతో తుడుపడడం.
05. పడదెబ్బ తగిలిన వ్యక్తికి లోతట్లోకి దగ్గరలోని వైద్యశాలకు తరలించి కిందానికి చేరుకోవాలి ఏ మాత్రం అందరూ చేయరాదు.
06. మద్యాన్ని తదుపరి (అనగా ఉదయం 10:00 గంటల మించి) సాయంత్రం 4:00 గంటల మధ్యకాలంలో అందుకుండా ఎక్కువ అలారం త్రవ్వకో కూడవలసింది లేదు.
07. ఎండలో బయటే మంచి వచ్చిన వెంటనే తీసి వేయవలసింది లేదు తీసుకోవలసింది.
08. శీతల ద్రవ్యాలను మరల మరల ముట్టించి వేడినీటిలో తీసుకోవాలి గొంతుకు సంబంధించిన అవార్జును ఏర్పడవలసింది.

గమనిక: L.అర్.వెన్. పాల్వేళ్ళి తల్లూరిని అన్ని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులలో అవార్జును కేంద్రాలలో మరియు ఆ శాస్త్రవేత్తల దగ్గర ఉండాలి అభిప్రాయం మరియు సమాచారం కొరకు 104 మరియు అభ్యర్థనల సేవలపై 108 ని ఉపయోగించండి

## ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ - చిత్తూరు జిల్లా శాఖ

జిల్లా ఆధ్వర్యం  
ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, చిత్తూరు జిల్లా శాఖ

జిల్లా వైద్య మరియు అవార్జు శాఖ  
చిత్తూరు

జిల్లా కలెక్టరు మరియు అవార్జు శాఖ  
ఇండియన్ రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ, చిత్తూరు.





**INDIAN RED CROSS SOCIETY**  
Chittoor District Branch

An Awareness Program on  
**COVID-19 Vaccination,  
Heatstroke & Blood Donation**

Place : Yoga Centre, NECC Office, A Cross,  
Ramnagar Colony, Chittoor

Date : 14<sup>th</sup> April, 2021 - Time : 8:30 am - 10:00 am



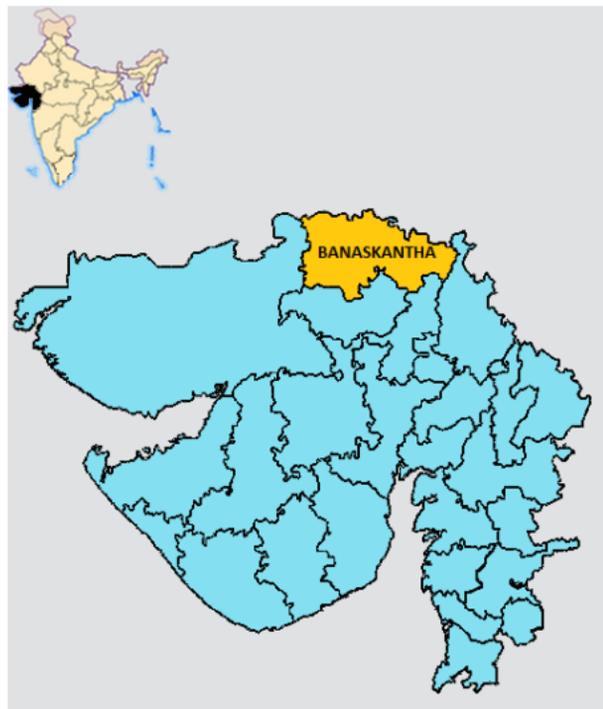
The complex block contains a header with the Indian Red Cross Society logo and name. Below it is a green banner with the program title. The text provides the location and date. On the right side, there are three small illustrations: a person receiving a vaccine, a person under a sun representing heatstroke, and a person donating blood.



## Heat Wave Preparedness campaign in Andhra Pradesh 2021

- Distribution of IEC
- Distribution of Cold Beverages
- Heat Wave Preparedness Campaign in Gujarat
- IEC in Gujarati

# ECOSYSTEM BASED DISASTER RISK REDUCTION (DRR) FOR DRYLAND IMPROVEMENT



Gujarat



Dryland in Banaskantha, Gujarat

## Why this Project

- Over 230 million hectares, or a whopping 70% of India's geographical area is classified as drylands. Gujarat hosts the country's second largest arid and semi-arid land.
- An increase in the frequency and intensity of extreme weather has led to frequent livelihood disruptions.



Dried Pond in Banaskantha

## What's in the Project

- Increase household and community-based resilience to Extreme weather conditions.
- Households and communities supported through capacity building on restoration of pasteurs, RWH, establishment of fodder banks, Agroforestry.
- Training on Agromet services and EWS.
- Communities motivated to get soil health card
- Restoration of ponds and planting of trees.



# Thank you

Follow us :



@ircsofficial



@IndianRedCross



<https://indianredcross.org>