



Ngày 5 Tháng 4 Năm 2024

Thân Gửi Các Gia Đình Thuộc Sở Giáo Dục Philadelphia,

Vào thứ Hai, ngày 8 tháng 4 năm 2024, nhật thực “bán phần” sẽ xuất hiện ở thành phố Philadelphia. Vào thời gian cực điểm của nhật thực, hiện tượng thiên văn này sẽ khiến mặt trăng che phủ 90% mặt trời. Thời gian nhật thực là khoảng từ 2:08 - 4:35 chiều và nó sẽ đạt cực điểm ở khu vực của chúng ta vào lúc 3:23 chiều.

Dưới đây là một số lời khuyên từ Văn Phòng Dịch Vụ Y Tế Học Đường về cách học sinh có thể xem nhật thực một cách an toàn trong ngày học:

- Có thể xem nhật thực một cách an toàn nếu có thiết bị bảo vệ mắt phù hợp. Phương tiện bảo vệ mắt phù hợp bao gồm kính nhật thực hoặc bộ lọc nhật thực.
- **Không bao giờ nhìn thẳng vào mặt trời mà không có biện pháp bảo vệ mắt thích hợp. Nhìn thẳng vào mặt trời mà không có biện pháp bảo vệ mắt thích hợp có thể làm hỏng các mô mắt nhạy cảm và làm hỏng thị lực của bạn.**
- **Học sinh phải được giám sát trong khi xem nhật thực để đảm bảo thực hiện các biện pháp phòng ngừa an toàn cho mắt.** Học sinh nên được hướng dẫn không bao giờ nhìn thẳng vào mặt trời mà không có biện pháp bảo vệ mắt thích hợp. Kính râm thông thường, kính lọc phân cực, kính hàn và các vật liệu tương tự **KHÔNG** phải là phương tiện bảo vệ mắt thích hợp.
- **Có 3 cách quan sát nhật thực một cách an toàn:**
 - **Bằng phương pháp dùng công cụ chiếu qua lỗ kim**
 - Có nhiều cách để làm công cụ chiếu qua lỗ kim:
 - Bằng hộp đựng ngũ cốc - <https://www.youtube.com/watch?v=PI1ttQxXt5s>
 - Bằng một tờ giấy - https://www.youtube.com/watch?v=NiT_KHRISHQ
 - **Điều quan trọng cần nhớ là khi sử dụng phương pháp này KHÔNG được nhìn mặt trời qua lỗ kim.**
 - **Với kính hoặc bộ lọc nhật thực**
 - Cách duy nhất để nhìn trực tiếp vào mặt trời khi nhật thực là sử dụng bộ lọc nhật thực đáp ứng tiêu chuẩn an toàn quốc tế ISO 12312-2.
 - Bạn có thể tìm nơi mua kính hoặc bộ lọc nhật thực đáp ứng tiêu chuẩn này tại đây - <https://eclipse.aas.org/eye-safety/viewers-filters>
 - Những người đeo kính hoặc kính áp tròng nên đeo kính khi sử dụng kính hoặc kính lọc nhật thực.
 - **Nên đeo kính hoặc bộ lọc nhật thực lên mắt TRƯỚC KHI nhìn vào mặt trời.**
 - **Nên tháo kính hoặc bộ lọc nhật thực ra khỏi mắt sau khi quay mặt đi khỏi mặt trời.**
 - **Xem chương trình phát trực tiếp của NASA**
 - Nếu không thể ra ngoài, bạn có thể xem buổi phát trực tiếp nhật thực của NASA - <https://www.nasa.gov/nasatv/>

Nếu có bất kỳ thắc mắc gì về thị lực của con bạn, vui lòng liên hệ với bác sĩ chính chăm sóc em. Nếu bạn cần một bác sĩ chăm sóc chính thì bạn có thể đặt lịch hẹn tại [city health centers](#) (các trung tâm y tế thành phố) bằng cách gọi (215) 685-2933 hoặc đến một [federally qualified health center](#) (trung tâm y tế đủ tiêu chuẩn liên bang). Chúng tôi rất biết ơn sự hỗ trợ và hợp tác của bạn khi chúng ta cùng nhau tận hưởng sự kiện đặc biệt này một cách an toàn

Trân trọng,

Văn Phòng Dịch Vụ Y Tế Học Đường
The School District of Philadelphia