



# קובץ שאלות ותשובות פיקוד העורף

יולי 2014

---

בקרו באתר האינטרנט של פיקוד העורף  
בדף הפייסבוק ובטוויטר [www.oref.org.il](http://www.oref.org.il),  
מרכז המידע של פיקוד העורף בכל השפות 104

## הנחיות ההתגוננות במצב חירום

### 1. ש: מהן הנחיות ההתגוננות?

**ת:** בזמן הישמע אזעקה או קול נפץ, יש לפעול על פי ההנחיות הבאות:

#### א. לשוהים במבנה

עליך להיכנס למרחב המוגן אותו בחרת בהתאם לזמן העומד לרשותך, על פי האזור שבו הינך נמצא מרגע הישמע האזעקה.

#### זאת על פי סדר העדיפות הבא:

- 1) ממ"ד (מרחב מוגן דירתי) או ממ"ק (מרחב מוגן קומתי) **הם הבחירה המועדפת.**
- 2) מקלט בבניין – **אם חדר המדרגות הינו פנימי**, עליך לרדת למקלט דרך המדרגות ללא קשר לזמן הנדרש כדי להגיע אליו (מאחר וחדר המדרגות מהווה מיגון טוב אף הוא). **אם חדר המדרגות אינו מוגן ופנימי**, יש לרדת למקלט רק בתנאי שניתן להגיע אליו תוך פרק הזמן המוגדר באזורך מרגע הישמע האזעקה.
- 3) מקלט ציבורי - **בתנאי שניתן להגיע אליו תוך פרק הזמן המוגדר** באזורך מרגע הישמע האזעקה.
- 4) חדר פנימי – אם אין ברשותך ממ"ד, ממ"ק או מקלט שניתן להגיע אליו בזמן, עליך לבחור בתוך ביתך את החדר הפנימי ביותר, בעל מינימום קירות חיצוניים, חלונות, דלתות ופתחים (למתגוררים באזור הדרום בישובים עד 30 ק"מ מרצועת עזה – חדר המרוחק מכיוון האיום).
- 5) דיירי בנייני קומות:
  - א) **בבניין בן שלוש קומות במבנה ללא ממ"ד או ממ"ק**, חדר המדרגות בקומה האמצעית הוא המקום המוגן ביותר. לכן דיירי הקומה השלישית אשר אין ברשותם ממ"ד או ממ"ק ירדו קומה אחת. אילו דיירי הקומה הראשונה יעלו קומה אחת.
  - ב) **בבניין מעל שלוש קומות במבנה ללא ממ"ד או ממ"ק**, דיירי הקומה הרביעית ואילך ירדו שתי קומות אל חדר

המדרגות ואילו דיירי הקומה הראשונה יעלו קומה אחת.

ב. **לשוהים בבנייה קלה (יביל)** – המבנה היביל מקנה הגנה חלקית בלבד. בעת הישמע אזעקה, עליך לשכב על הרצפה ולהגן על הראש באמצעות הידיים.

ג. **לשוהים בחוץ**  
יש להיכנס מייד למבנה קרוב. אם אין מבנה סמוך יש לשכב על הקרקע ולהגן על הראש באמצעות הידיים.

ד. **לנוסעים ברכב**  
יש לעצור בצד הדרך ולהיכנס למבנה קרוב. במידה ולא ניתן להגיע למחסה בפרק הזמן העומד לרשותך, יש לעצור בצד הדרך, לצאת מהאוטו, להתרחק ממנו, לשכב על הקרקע ולהגן על הראש באמצעות הידיים.

2. **ש: למה יש זמן שונה מאזור לאזור על מנת להיכנס למרחב המוגן ?**  
**ת:** פיקוד העורף שיפר את מערכות ההתרעה כך שבזמן חירום, לכל אזור בארץ יינתן זמן התרעה שונה. האזעקה תופעל, באמצעות מערכת הצופרים, רק באזור שבו קיימת סכנה של נפילת טילים.

3. **ש: כמה זמן עליי לשהות במרחב המוגן מרגע הישמע האזעקה ?**  
**ת:** יש לשהות במרחב המוגן במשך 10 דקות. במידה ובעת השהיה במיגון תישמע אזעקה או יישמע קול נפץ, פעם נוספת – יש להמשיך ולשהות במיגון 10 דקות נוספות.

4. **ש: כיצד יש לנהוג לאחר אירוע ?**  
**ת:** אם לא ניתנה הוראה אחרת, ניתן לצאת מהמיגון רק לאחר 10 דקות ולהמשיך ולהאזין להנחיות באמצעי התקשורת.

5. **ש: מה עליי לעשות במידה וראיתי רקטה / טיל על הארץ ?**  
**ת:** במידה וראית רקטה או טיל על הארץ יש להתרחק מן המקום, להרחיק סקרנים ולהודיע למשטרה. אין לגעת ברקטה/טיל או בחלק ממנה.

## בחירת המרחב המוגן והכנתו

1. ש: איך אבחר את המרחב המוגן שלי ?

ת: לכל דירה ומבנה יש את המרחב המוגן שלו.

### האם יש בביתך ממ"ד או ממ"ק?

**תשובה – כן, יש לי ממ"ד או ממ"ק.**

זהו המרחב המוגן שלך. יש להכין אותו כנדרש ולהכניס אליו את הציוד שסייע לך בהתמודדות עם המצב.

**תשובה – לא, אין לי ממ"ד או ממ"ק.**

**האם יש לך מקלט בבניין שתוכל להגיע אליו תוך פרק הזמן העומד לרשותך באזור שבו אתה נמצא מרגע השמע אזעקה ?**

**תשובה – כן, יש לי מקלט**

בבניין ואני יכול להגיע אליו תוך פרק הזמן העומד לרשותי באזור בו אני נמצא.

אם כן, זהו המרחב המוגן שלך.

חשוב לוודא שהמקלט מטופל וניתן לשהות בו. דבר עם שכניך והכינו אותו לשימושכם.

**(\*) ניתן להגיע למקלט בבניין ללא התניית זמן אם ההגעה אליו הינה דרך חדר מדרגות פנימי.**

**תשובה – לא, אין לי מקלט**

בבניין או שאני לא יכול להגיע אליו תוך פרק הזמן. **האם אתה מתגורר בקומה אחרונה במבנה או בבית פרטי בעל קומה אחת?**

**תשובה – לא,**

**אני לא מתגורר בקומה אחרונה**

אם כן, עליך לבחור את המרחב הכי פנימי בתוך הדירה שלך.

יש לבחור מרחב שתוכל להגיע אליו תוך פרק הזמן העומד לרשותך באזור בו אתה נמצא, מרגע השמע האזעקה. על המרחב להיות בעל מינימום קירות חיצוניים, מינימום חלונות ופתחים. אם לא מצאת חדר שכזה תוכל לבחור מרחב שהוא מסדרון פנימי או מבואה.

אין לבחור במרחב בעל חלונות זכוכית גדולים או שקירותיו מצופים במראות או זכוכית כמו שירותים ואמבטיה מחשש שיתנפצו כתוצאה מההדף.

**תשובה – כן, אני מתגורר בקומה אחרונה או בבית פרטי בעל קומה אחת**

אם כן, המתגורר בבניין בקומה אחרונה, יצא לחדר המדרגות (בתנאי שהוא פנימי במבנה) **וירד קומה אחת אם מתגורר בבניין בן 3 קומות או ירד 2 קומות אם מתגורר בבניין מעל 3 קומות.**

זהו המרחב המוגן שלך. יתכן וזה לא נוח עבורך לשהות בחדר המדרגות אך זהו המיגון הטוב ביותר עבורך. ניתן לבדוק אפשרות לשהייה בדירת שכנים.

**לשוהים בבית פרטי בעל קומה אחת בלבד –** להסתגר בחדר פנימי.

לאחר שעות ספורות מומלץ להיכנס למקלט ציבורי בקרבת מקום מגוריך ולשהות בו. מומלץ כבר היום להכיר את מיקומו של המקלט. לשם כך, עליך לפנות לרשות המקומית

2. **ש: כיצד עליי להכין את המרחב המוגן?**

**ת:**

- יש לוודא כי גודל החדר ומספר מקומות ישיבה/שכיבה מתאים למספר השוהים בו.
- במידה ויש תריסים יש לסגור אותם.
- ציוד מומלץ לשהייה בחדר המוגן
  - (1) אמצעי תקשורת שיעזרו לך להישאר מעודכנים (מחשב, טלויזיה, רדיו).
  - (2) 4 ליטרים מים בבקבוקים סגורים בעבור כל אדם ליממה אחת. מומלץ להכין מים לשלוש יממות.
  - (3) מזון באריזות סגורות, כגון שימורים או חטיפים
  - (4) תאורת חירום או פנס וסוללות.
  - (5) ערכת עזרה ראשונה.
  - (6) מטף לכיבוי אש.
  - (7) רשימת טלפונים של ארגוני החירום, של בני המשפחה והשכנים.
  - (8) דברים שינעימו את הזמן ויקלו את השהייה כגון משחקים, עיתונים, ספרים.
  - (9) העתקי מסמכים חשובים, מסמכים רפואיים, מרשמי תרופות בשימוש קבוע, מסמכי זיהוי, מסמכים אישיים ומסמכים פיננסיים.
  - (10) תיק ציוד אישי למקרה של פינוי נדרש בשעת אירוע שיספיק לכמה ימים.
  - (11) טלפון סלולארי, מטען וסוללה.

3. **ש: אני גר בקומה אחרונה בבניין שלי ויש לי ממ"ד. האם להישאר בו**

**או למצוא מקום אחר?**

**ת:** כל אדם שיש בביתו ממ"ד (מרחב מוגן דירתלי), גם אדם המתגורר בקומה אחרונה בבניין, ייכנס אליו בעת השמע אזעקה. לממ"ד מעטפת של קירות בטון העמידים באופן מיטבי בפני הסיכונים העלולים להיווצר כתוצאה מפיצוץ קרוב.

4. **ש: למה אי אפשר לבחור בשירותים כמרחב מוגן אם הוא הכי פנימי**

**בבית שלי?**

**ת:** חדרי שירותים, אמבטיה ומטבחים אינם מומלצים בשל אריחי הקרמיקה והמראות העלולים להתנתק מהקירות ולהתנפץ כתוצאה מההדף.

5. **ש: אני גר בבית פרטי עם קומה אחת, בלי מקלט ובלי חדר מדרגות. מה**

**לעשות?**

**ת:** בית חד קומתי מעניק ליושביו הגנה חלקית בלבד: ניתן לאתר בו חדר או מרחב פנימי שיספק הגנה נאותה מפני פגיעה בסביבת המבנה או בצידו, אך לא הגנה מפני פגיעה עליונה בבית. המתגוררים בבתי פרטיים חד קומתיים נדרשים לאתר בהם מרחב פנימי מוגן שישמש אותם.

6. **ש: האם המרחב הפנימי בבית שלי באמת מגן עלי?**

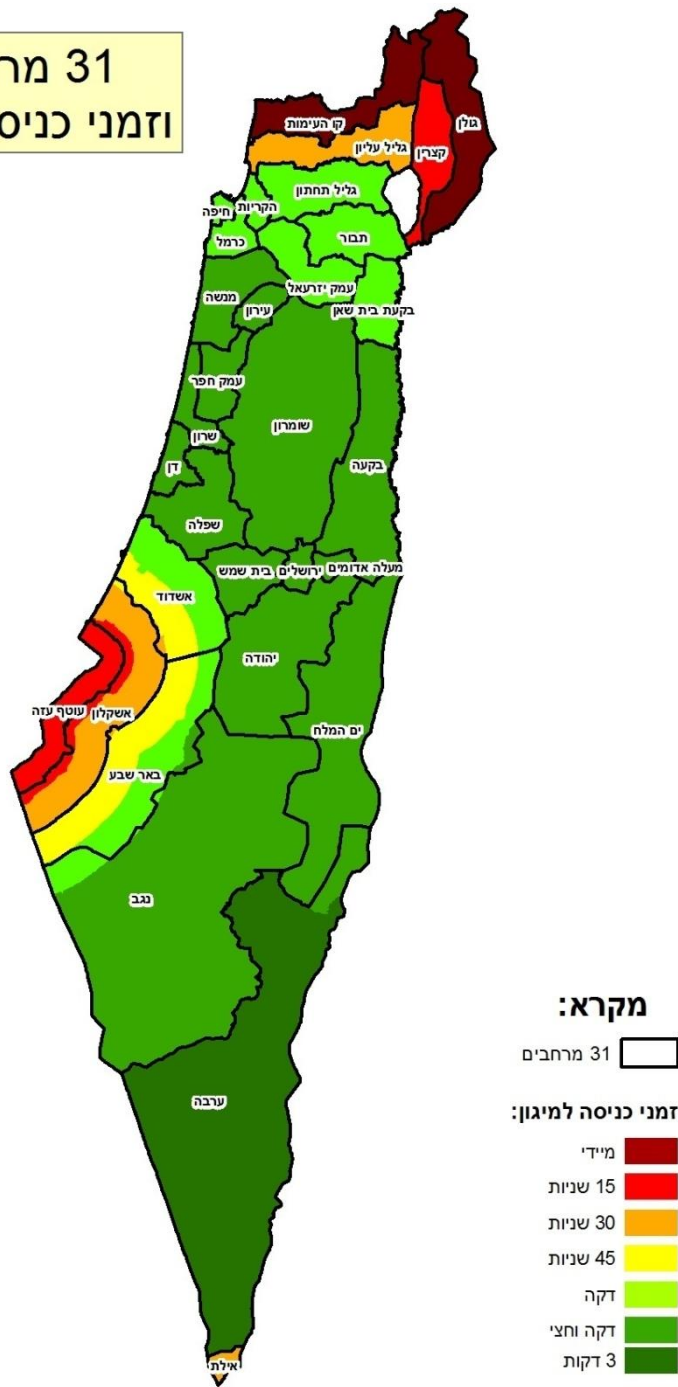
**ת:** פיקוד העורף יחד עם מדינות שונות בעולם עורכים מדי שנה ניסויים לבחינת אפקטיביות המיגון. באותם ניסויים מדמים את פגיעתם של טילים ורקטות בקרבתם של מבנים מסוגים שונים. מהניסויים, המחקר והאירועים האחרונים כדוגמת מבצע "עמוד ענן" עולה מסקנה ברורה – **בחירה נכונה של מרחב פנימי מוגן במבנה בו אתה מתגורר ושהייה בו בעת התקפה - מצילה חיים!**

7. **ש: האם ניתן להשתמש בחניון תת-קרקעי למיגון?**

**ת:** כן, במידה ויש בכוונתך לשהות בחניון, החניון צריך להיות תת קרקעי ומאושר ע"י מהנדס כמתאים למיגון.

## מפת ההתגוננות החדשה:

31 מרחבים  
וזמני כניסה למיגון



1. **ש: מדוע יש מפה חדשה?**  
ת: המפה הקודמת הוכנה בשנת 2008 ומאז חלו התפתחויות טכנולוגיות רבות שדרשו בחינה מחודשת של המפה
2. **ש: מה שונה המפה החדשה, מהישנה?**  
ת: המפה החדשה עדכנה עבור חלק מהאזרחים את זמני הכניסה למיגון וכן חילקה את הארץ ל- 31 מרחבים (מרחבי התגוננות)
3. **ש: למה צריך מפה בכלל?**  
ת: המפה מייצרת שפה משותפת בין האזרח ופיקוד העורף לצרכי העברת הנחיות בשעת חירום לדוגמה: האם מתקיימים לימודים, האם מותר לקיים התכנסויות והתקהלויות וכן לצורך הגדרת זמני הכניסה למיגון
4. **ש: מה זה מרחב התגוננות?**  
ת: ישראל חולקה ל- 31 מרחבים. המרחבים קרויים על שמם של אזורים גיאוגרפיים בארץ. בשעת חירום יעביר פיקוד העורף את הנחיות שגרת החירום לאזרחים ע"י שימוש בשמות אלה, ולכן על כל אחד לדעת לאיזה מרחב הוא שייך
5. **ש: מה מסמן המספר?**  
ת: המספר מסמן את אזור ההתרעה / הצפירה אליו הנך שייך. כאשר שם המרחב והמספר יופיעו במסך הטלוויזיה / האינטרנט או ישמעו באמצעי התקשורת הנכם נדרשים להיכנס למרחב המוגן
6. **ש: מה מסמן הצבע במפה?**  
ת: הצבע מסמן את הזמן שניתן לכל אזרח להיכנס למרחב המוגן, מרגע הישמע האזעקה
7. **ש: מה זה זמן כניסה למיגון?**  
ת: הצבע במפה מסמן זמן. תוך כמה זמן עליך להיכנס למרחב המוגן מרגע הישמע האזעקה



## אחריות וחוקיות בנושא המקלטים

1. **ש: המקלט הציבורי נעול ואיננו מוצאים את המפתח, אל מי לפנות?**  
**ת: הרשות המקומית תפתח את המקלטים** בהתאם להנחיית פקע"ר בשעת **חירום בלבד**. בזמן שגרה, רוב המקלטים הציבוריים יישארו נעולים, מלבד המקלטים המשמשים למטרות שונות בשגרה (בתי כנסת ועוד).
2. **ש: המקלט הציבורי שמשמש אותנו בשעת חירום מוזנח. מי אחראי לאחזקתו?**  
**ת: ע"פ חוק הג"א האחריות לטיפול במקלטים אלו היא בידי הרשות המקומית.**
3. **ש: העירייה אינה מטפלת בפנייתנו בנוגע למקלט הציבורי – אנו רוצים להתלונן על תפקוד העירייה.**  
**ת: הרשות המקומית הינה הסמכות הבלעדית לאחזקת המקלטים הציבוריים** וזו אחריותה לתחזק אותם לקראת שעת החירום, כפי שמשרתת את תושביה בתחומי החינוך, הרווחה והתברואה.
4. **ש: המקלט בבניין שלי מוזנח / אחד הדיירים השתלט על המקלט. מי אחראי לתחזק אותו / לפנות אותו?**  
**ת: מקלט בבית מגורים הינו רכושם של הדיירים** והם אלו המופקדים על הטיפול בו. במקרה של שימוש במקלט ללא רשות הדיירים רשאי ועד הבית לפנות לעירייה אשר לה הסמכות על פי חוק לטפל במקרים מסוג זה. ע"פ חוק הג"א, רשאית הרשות לפנות את תכולת המקלט וזאת לאחר מתן הודעה בכתב 15 יום לפני הפינוי לגורם המשתלט.
5. **ש: הדלת / החלון בממ"ד שלי שבור. למי עליי לפנות?**  
**ת: הממ"ד שבביתך הינו באחריותך** ולכן עליך לפנות למסגר מקצועי בתחום הממ"דים באופן פרטי. מומלץ לפנות לחברות שמספקות ציוד למרחבים מוגנים.

## התרעה ופערי אזעקה

### 1. ש: האזעקה לא פעלה, למה?

**ת:** הצופרים המותקנים ברחבי הארץ נועדו לשרת את השהים מחוץ למבנים ולכן ייתכן שאזרח אשר שהה בביתו בתנאים מסוימים (חלונות הבית סגורים, טלוויזיה פועלת ועוד) לא ישמע את האזעקה. בשעת חירום, פיקוד העורף יפעיל מערכות נוספות להעברת ההתרעה לתושבים – הפעלת גלים שקטים ברדיו, התרעה בסלולאר ועוד.

### לכן, חשוב לשאול את הפונה את השאלות הבאות -

איפה שהית בזמן האזעקה? במבנה או בחוץ? האם החלונות היו פתוחים או סגורים?

לצד זה, ייתכן כי הייתה תקלה בצופר ספציפי. הנושא ייבדק ע"י אנשי מקצוע.

### 2. ש: האם ההתרעה במלחמה מתבססת על אותם צופרים שמשמשים ליום

### העצמאות ויום הזיכרון?

**ת:** כן, אלה אותם צופרים.

### 3. ש: התקינו צופר מאוד קרוב לביתי ואני מבקש שיזיזו אותו.

**ת:** מיקום הצופר נקבע ע"י הרשות המקומית ע"פ יעוץ של פיקוד העורף. מיקום הצופר ישפיע על פיזור עוצמת האזעקה בעת הפעלה ומותקן ע"פ צרכי הרשות ובהתאם לתקנון. עליך לפנות לקצין הביטחון של הרשות להגשת תלונה ובאחריות הרשות לבחון את בקשתך.

### 4. ש: הכורזית / דיווחית / ביפר שברשותי / ברשות המוסד אליו אני משתייך

### אינו פועל. מי אחראי לתקן אותו?

**ת:** עליך לפנות לגוף ממנו רכשת את האמצעי, לרוב חברת "ביפר". אם המכשיר התקלקל או נרטב ואין אפשרות לתקנו, תחויב לשלם את עלות התיקון או רכישת ביפר חדש.

### 5. ש: נגמרו לי הסוללות בביפר. מי אחראי לספק לי סוללות חדשות?

**ת:** מכשיר הביפר מגיע עם סוללות AAA אלקליין בלבד (כמו סוללות של שלט טלוויזיה). אין לשים סוללה אחרת. הדבר עלול לגרום לנזילה וקלקול המכשיר. האחריות להחלפה ורכישת סוללות חדשות הינה בידי מחזיק הביפר.

## אוכלוסיות בעלות צרכים מיוחדים (נכים, קשישים)

1. ש: מהם העקרונות להכנת המרחב המוגן עבור אנשים בעלי צרכים

### מיוחדים?

ת:

- הכנת המרחב המוגן מראש ואת הדרך אליו באופן שיתאים לצרכיו ויכולותיו של האדם בעל המוגבלות.
- ווידוא כי כל המכשירים והחפצים החיוניים לשימוש אותו אדם יהיו בהישג ידו (משקפיים, טלוויזיה, טלפון, תרופות, פקס, מחשב, טייפ וקלטות, אמצעי תנועה, מקל נחייה וכד'').
- מומלץ לארגן מקום לינה קבוע במרחב המוגן.
- **הכנת כרטיס זיהוי אישי (כרטיס SOS) הכולל:** שם ושם משפחה, מספר ת"ז, קופת חולים ושם הרופא המטפל, שם המטפל הצמוד, רשימת תרופות בשימוש, צרכים מיוחדים, רגישויות ואלרגיות, דגשים רפואיים, שמות ומספרי טלפון של קרובי משפחה.

2. ש: מהם התנאים לקבלת זימונית עבור כבדי שמיעה?

ת: התנאים גובשו ע"י משרד הרווחה בתיאום עם ארגוני החרשים. להלן התנאים:

- בני 12 ומעלה

- ירידה בשמיעה של לפחות 50 דציבלים

א. ש: מהו התהליך לקבלת זימונית עבור כבד שמיעה?

ת: על מנת לקבל זימונית, יש למלא טופס בקשה לקבלת זימונית לשעת חירום. את הטופס ניתן להוריד באתר האינטרנט של פיקוד העורף. את הטופס, בצירוף בדיקת שמיעה, יש להעביר באמצעות הדואר לכתובת:

אגף השיקום  
משרד הרווחה והשירותים החברתיים  
ת.ד 1260 ירושלים 91012

או באמצעות הפקס : 02-6703646

## חרשים ועיוורים

כבדי ראייה	כבדי שמיעה	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ארגון המרחב המוגן והדרך אליו לנגישות ולנוחות מרבית</li> <li>• פינוי כל החפצים העלולים להפריע לתנועה</li> </ul>	ככלל האוכלוסייה	<b>הכנת המרחב המוגן</b>
<p><b>הכנת הציוד הנדרש לכלב הנחייה אם יש :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ערכת חירום לכלב ל-7 ימים לפחות (בבית, לאו דווקא בחדר הנבחר)</li> <li>• צעצוע</li> <li>• רצועת הולכה</li> <li>• מחסום פה</li> <li>• קערה</li> <li>• פנקס חיסונים</li> <li>• רישיון בתוקף</li> </ul>	<p>מכשירי שמיעה, אביזרים לניקוי וסוללות נוספות, מקלט טלוויזיה, פקס, נייר וכלי כתיבה, טלפון נייד ומטען, זימונית וסוללות, תג מזהה, לחצן מצוקה, משרוקית / פעמון לקריאה לעזרה וכד', מחשב עם חיבור לאינטרנט</p>	<b>ציוד יעודי</b>
	מומלץ לשהות במרחב המוגן עם איש קשר ומתרגם	<b>דגשים</b>

## מוגבלי תנועה והסובלים מבעיות רפואיות

בעיות רפואיות	מוגבלי תנועה	
תלוי מאפייני הבעיה הרפואית	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ארגון המרחב המוגן והדרך אליו לנגישות ולנוחות מרבית</li> <li>• פינוי כל החפצים העלולים להפריע לתנועה</li> </ul>	<b>הכנת המרחב המוגן</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• הצטיידות במסמכים רפואיים חתומים בידי רופא מטפל המצוין בהם – מצב בריאותי, רשימת תרופות ומינון נדרש, רשימת בדיקות שגרתיות שנדרש לעבור ומרשם נוסף.</li> <li>• עריכת רשימה של תרופות שאסור לאותו אדם לקחת.</li> <li>• ווידוא הימצאות מלאי תרופות שיספיק לכל תקופת החירום</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• סוללות נוספות לכיסא גלגלים ממונע</li> <li>• ערכה לתיקון תקר ומילוי אוויר</li> <li>• זוג כפפות כבדות לצורך סיבוב גלגלים בדרכים משובשות</li> </ul>	<b>ציוד יעודי</b>
<p><b>מרותקים לבית</b> – נדרש לוודא רישום אותו אדם ברשימות לשכות הבריאות, לשכות הרווחה וקופות החולים</p>	<p>אחסון תיק חירום באריזה שמתחברת לכיסא הגלגלים / הליכון / קלנוע</p>	<b>דגשים</b>

## בעלי מוגבלות נפשית / שכלית / התפתחותית ואוטיזם

בעלי מגבלה שכלית, התפתחותית ואוטיזם	בעלי מוגבלות נפשית	
<p>יצירת אווירה רגועה במרחב המוגן. אחסון משחקים והכנת פעילות ועיסוק מהנה ומרגיע לאותו אדם</p>	<p>ככלל האוכלוסייה</p>	<p><b>הכנת המרחב המוגן</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• הכנת תרופות, עזרים נדרשים וציוד אישי לאותו אדם</li> <li>• לבוש חלופי, מוצרי היגיינה</li> <li>• הצטיידות במספרי טלפון ופקס, כתובות דואר אלקטרוני ובקהילות</li> </ul>	<p>הצטיידות במלאי תרופות מספיק, במרשמים ובמסמכים המפרטים את אופן הטיפול באותו אדם</p>	<p><b>ציוד יעודי</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• רצוי לתרגל מספר רב של פעמים (נכון בעיקר לגבי אנשים עם אוטיזם) את האדם המוגבל בפעולות הנדרשות לכניסה ולשהייה במרחב מוגן ואת ההתנהגות הנדרשת בעת חירום</li> <li>• הכנת תוכנית חירום ע"י המטפל – צרכים ייחודיים של המטופל</li> <li>• מומלץ לפנות לארגון הרלוונטי או למוקד העירוני מבעוד מועד כדי להבטיח מראש שיהיה מי שיסייע</li> </ul>	<p>המרפאות ויחידות השיקום בקהילה ערוכות למתן מענה שגרתי ודחוף</p>	<p><b>דגשים</b></p>

## היערכות קשישים

1. ש: מהם העקרונות להיערכות קשישים למצבי חירום?

ת:

- יש לאפשר לקשיש, במידת האפשר, לבצע פעולות באופן עצמאי לחיזוק תחושת המסוגלות האישית והשליטה שלו במצב.
- מומלץ לעודד בקרב הקשישים העצמאיים התנדבות ועזרה לבעלי מסוגלות נמוכה יותר.
- נדרש להכין ציוד לשהייה במרחב המוגן – תרופות, זוג משקפיים נוסף וכד'.  
במסגרת הכנת תוכנית החירום המשפחתית, יש לשלב בסדר הפעולות גם את המענה לצורכי הקשיש.
- נדרש להכין כרטיס זיהוי אישי לכל קשיש - שם ושם משפחה, מספר ת"ז, קופת חולים ושם הרופא המטפל, שם המטפל הצמוד, רשימת תרופות בשימוש, סוג הדם, צרכים מיוחדים, רגישויות, דגשים רפואיים, מספרי טלפון של קרובי משפחה.
- יש להדריך את הקשיש על הפעולות הנדרשות לביצוע בעת הישמע אזהקה ושהייה ממושכת במרחב המוגן.

## תרגול מוסדות מיוחדים (במסגרת ההתרעה הכלל הארצית)

1. **ש: מדוע מתרגלים את המוסדות המיוחדים?**  
**ת:** מטרת התרגיל הארצי הינה הגברת מוכנות והערכות של כלל הגופים והתושבים במדינה, כולל מוסדות משרד הרווחה ומסגרות בריאות הנפש של משרד הבריאות.
2. **ש: האם יתורגלו מוסדות מיוחדים בכל הארץ?**  
**ת:** כן. יתורגלו מאות מוסדות מיוחדים ברחבי הארץ במסגרת התרגיל הארצי.
3. **ש: האם התרגיל פורסם באמצעי התקשורת?**  
**ת:** מידע אודות התרגיל מפורסם באמצעי התקשורת השונים.
4. **ש: מה יידרש מהשוהים במוסד המתורגל לעשות?**  
**ת:** השוהים במוסד ידרשו לתרגל כניסה למרחב המוגן תוך הקפדה על דגשים ספציפיים לאוכלוסיות עם צרכים מיוחדים.
5. **ש: האם אין חשש שתרגיל מסוג זה יבהיל את השוהים?**  
**ת:** סגל המוסדות תודרך ע"י משרד הרווחה או משרד הבריאות ועל ידי מדריכים של פיקוד העורף אודות התרגיל וההנחיות. הדרכה לשוהים והכנה מוקדמת מועברת ע"י סגל המוסד בהתאם לאוכלוסייה השוהה בו. חשוב להדגיש כי המוסדות מתרגלים גם בשגרה ללא קשר לתרגיל הלאומי.
6. **ש: האם מתוכנן פינוי מוסדות מיוחדים בחירום?**  
**ת:** ככלל, אין כוונה לפנות מוסדות מיוחדים בשעת חירום אלא אם כן המוסד נפגע או נמצא באזור סיכון. ההחלטה על פינוי מוסד בשעת חירום הינה משותפת למשרד הרווחה או משרד הבריאות ולפקע"ר.