

היערכות לשעת חירום לפי צרכים תפקודיים

מדריך מעשי להתאמת ההיערכות לאופן שבו אדם עם צרכים תפקודיים מתנייד, מקבל התרעה, מתקשר, משתמש בציד ונעזר באחרים בזמן חירום.

אוגוסט 2026

חשוב: המדריך מציג מידע כללי לצורכי היערכות בלבד. הוא אינו כולל את כל המצבים האפשריים, אינו קובע כללים מחייבים ואינו מחליף הנחיה רשמית ועדכנית או תוכנית אישית שנקבעה עם גורם מקצועי. ההנחיות משתנות לפי סוג האירוע: אין להניח שבכל תרחיש יש להגיע למרחב מוגן. בזמן אירוע יש לזהות את האיום ולפעול לפי הנחיות פיקוד העורף, כוחות ההצלה והרשות המקומית.

איך משתמשים במדריך

המדריך בנוי לפי צורך תפקודי ולא לפי אבחנה. אדם אחד עשוי להזדקק לכמה התאמות יחד, ואנשים עם אותה מוגבלות עשויים להזדקק לפתרונות שונים. בחרו רק את הסעיפים המתאימים, כתבו תוכנית פעולה אישית ותרגלו אותה עם מי שאמור לסייע. התחילו בהתרעה, מקום בטוח, תרופות, אמצעי ניידות ואיש קשר; אחר כך השלימו ציוד גיבוי ותרגול.

חמש שאלות ראשונות

- כיצד מתקבלת התרעה: קול, אור, רטט, הודעה כתובה או אדם מסייע?
- האם ניתן לפעול בבטחה בבית, בעבודה, במסגרת היום ובנסיעה, בהתאם לסוג האירוע ובלי להסתמך על מעלית?
- איזה ציוד חיוני חייב להישאר איתכם בכל מעבר?
- כיצד אתם מוסרים ומקבלים מידע ברעש, בחושך, בלחץ או בניתוק תקשורת?
- מי מסייע לכם אם המלווה הקבוע אינו זמין, ומהו יעד הפינוי המתאים?

1. תוכנית אישית לפני האירוע

- הכינו כרטיס חירום קצר: שם, דרך תקשורת מועדפת, סיוע חיוני, אנשי קשר ומה עוזר לכם בעת לחץ. מידע רפואי מפורט שמרו בנפרד ובאופן מוגן.
- בחרו שני אנשים שיסייעו לכם ושאינם תלויים זה בזה, ותרגלו מי יוצר קשר ומי מגיע. אם אין לכם רשת אישית זמינה, בררו עם הרשות אילו ערוצי סיוע קיימים.
- בדקו את הדרך למקום הבטוח בבית ובמקומות שבהם אתם שוהים בקביעות, והסירו מכשולים.
- הכינו חלופה למצב שבו מעלית, חשמל, דלת חשמלית, אינטרקום או רשת סלולר אינם פועלים.
- שמרו עותק מודפס של המסמכים וההנחיות, ולא רק בטלפון.
- בררו מראש עם מוקד פיקוד העורף והרשות המקומית אילו הנחיות, שירותי סיוע, פינוי נגיש ומתקני קליטה מותאמים זמינים באזורכם. אין לראות בבירור הבטחה למענה או לפינוי מידי בעת הצורך.

2. ציוד מותאם

הגנת פרטיות: הכרטיס ודף הפעולה עשויים לכלול מידע אישי שלכם. אל תישאו על גופכם מידע רפואי מפורט במקום גלוי ואל תשמרו אותו במקום גלוי; שמרו אותו במעטפה סגורה או בקובץ מוגן, ושתפו רק בעת הצורך, את האדם הנכון, ולאחר שיקול דעת.

תחום	מה להכין
התרעה ותקשורת	טלפון עם הגדרות נגישות, סוללה ניידת, אמצעי רטט או אור, לוח תקשורת, עט ונייר.
ניידות	מקל, הליכון, כיסא, כרית, חגורות, מטען, ערכת תיקון בסיסית ופרטי הספק.
ראייה	משקפיים רזרביים, זכוכית מגדלת, מקל, סימון מובחן או ברייל, פנס נגיש.
שמיעה	מכשיר שמיעה, סוללות או מטען, אביזר עזר וכרטיס המסביר כיצד לתקשר אתכם.
קוגניציה ותקשורת	כרטיס חזותי, תמונות, שפה פשוטה, חפץ מוכר, לוח סדר פעולות.
רפואה	תרופות, מרשמים, ציוד מתכלה, רשימת הוראות ופרטי גורם מטפל.

ארזו את הציוד החיוני בתיק שאפשר לקחת במהירות. אל תעמיסו ציוד שאתם או המסייעים לכם אינכם יכולים לשאת בבטחה. בדקו בקביעות תוקף, טעינה וכשירות.

3. קשיי ניידות

- באיום המחייב מיגון, בחרו מראש את המקום המוגן הנגיש ביותר לפי הנחיות פיקוד העורף וזמן ההתרעה. בתרחיש אחר פעלו לפי ההנחיות הייעודיות לאותו אירוע.
- השאירו את המסלול פנוי מרהיטים, חפצים, שטיחים וחוטאים.
- מקמו לידכם נעליים, אמצעי ניידות, תרופות וטלפון.
- אם אתם זקוקים לעזרה בהעברה, הגדירו מראש מי מיומן בכך ובאיזה ציוד משתמשים.
- השימוש במעלית תלוי בסוג האירוע, במצב המבנה ובהנחיות העדכניות. למשל: אין להשתמש במעלית בזמן שרפה, כאשר ניתנה הוראה להימנע מכך, או כאשר המעלית או אספקת החשמל אינן בטוחות.

היערכות מותאמת לשעת חירום לפי צרכים תפקודיים

- אם בדקתם מראש ונראה שאין דרך בטוחה לפעול לפי ההנחיות בזמן הנתון, פנו מראש למוקד פיקוד העורף ולרשות המקומית כדי לברר אילו הנחיות, שירותי סיוע או פתרונות מותאמים זמינים באזור. אל תמתינו להתרעה כדי להתחיל בבירור.

בזמן פינוי

- אם אתם משתמשים בכיסא גלגלים, ציינו מראש את סוג הרכב הדרוש, האם אפשר לקפל את הכיסא והאם נדרש עיגון.
- השאירו את אמצעי הניידות איתכם וסמנו עליו שם וטלפון.
- זכרו שלצוותים יש הוראות ברורות: בזמן פינוי יזום אין לשאת אתכם במדרגות ללא צוות מיומן וציוד מתאים.
- במצב של סכנת חיים הזעיקו את כוחות ההצלה, ידעו אותם על מצבכם ופעלו לפי הנחיותיהם.

4. קשיי שמיעה בעת חירום

- הפעילו התרעות חזותיות ורטט בטלפון ובאביזרים תומכים, ובדקו אותן מראש.
- החזיקו סוללות או אמצעי טעינה למכשירי שמיעה ולמעבדי שתל.
- במקום רועש או חשוך, בקשו מסר כתוב וקצר ואשרו שהובן.
- הכינו כרטיס: "אני חירש/כבד שמיעה; דברו מולי, כתבו או השתמשו באמצעי התקשורת הבא".
- קבעו אדם שיוודא שקיבלתם התרעה כאשר האמצעים הטכנולוגיים אינם זמינים.
- אין להסיר מכם מכשיר שמיעה או שתל אלא לבקשתכם או מסיבה בטיחותית ברורה.

5. קשיי ראייה וניווט במרחב

- תרגלו את המסלול למרחב המוגן וספרו צעדים או נקודות מגע לפי העדפתכם.
- סמנו ציוד בכתב גדול, ניגודיות גבוהה, סימון מישושי או ברייל.
- השאירו מקל, משקפיים וטלפון במקום קבוע ונגיש.
- לפני הובלה, בקשו שיציגו את עצמם, יסבירו לאן הולכים ויציעו מרפק; אין למשוך בידכם או במקל.
- בקשו תיאור ממוקד של מכשולים, מדרגות, דלתות ושינויי גובה.
- כלב הנחייה נשאר איתכם ככל שניתן; הכינו לו מים, מזון, רצועה ותיעוד.

6. אתגרי תקשורת, שפה וקוגניציה

כתבו מראש איך נכון לפנות אליכם (אם הקורא של סעיף זה הוא מי שמסייע לאדם עם קשיי תקשורת, שפה וקוגניציה: כתוב מראש כיצד לפנות לאדם לו אתה מסייע) ולהציג לכם מידע והציגו סעיפים אלו למי שפונה אליכם:

- יש לדבר אל האדם במשפט אחד בכל פעם ובמילים מוכרות.
- יש להציג פעולה אחת, להמתין לתגובתו ורק אז לעבור לפעולה הבאה.
- יש להשתמש בתמונה, במחווה, בלוח תקשורת או בהדגמה כאשר דיבור אינו מספיק.
- יש לשמור ככל האפשר על אדם, חפץ או סדר פעולות המוכרים לו.
- יש להפחית רעש, עומס אנשים ומסרים סותרים.
- אין להניח שהאדם אינו מבין משום שאינו מדבר; יש לפנות אליו ישירות ולהמתין לתגובתו.
- יש לכתוב מראש כיצד האדם מבטא כאב, פחד, הסכמה, סירוב וצורך בשירותים.

7. אם האירוע נמשך

- פעלו לפי תוכנית הטיפול שלכם ובדקו ציוד, סוללות, תרופות ושינוי מדאיג, כגון כאב, פגיעה בעור, קושי בנשימה, התייבשות, או ירידה בתפקוד. במקרה הצורך פנו לגורם רפואי.
- במידת האפשר, יש לחלק את הסיוע בין כמה אנשים כדי שלא תהיו תלויים במלווה יחיד וכדי למנוע שחיקה.
- עדכנו את התוכנית כאשר משתנים מקום השהייה, מצבכם הרפואי או זמינות השירותים.
- אם אין לכם נגישות לשירותים, רחצה, טעינה, תקשורת או טיפול, פנו לרשות לפני שהמצב מסוכן.

8. נקודות החלטה: באילו תנאים לבקש סיוע או לעבור

- אין לכם דרך בטוחה להגיע למרחב המוגן או לצאת מן הבית.
- ציוד חיוני אינו פועל ואין לכם גיבוי.
- המלווה היחיד אינו זמין או אינו מסוגל להמשיך.
- אינכם יכולים לקבל התרעה.
- מקום השהייה או מתקן הקליטה אינם נגישים לכם.
- יש החמרה במצבכם.
- ניתנה הוראת פינוי או שהרשות קבעה יעד מותאם.

9. מה חשוב להבהיר למי שמסייע לכם

- הבהירו שאין להפריד אתכם מאמצעי הניידות, התקשורת, התרופות או כלב הנחייה שלכם ללא צורך בטיחותי ברור.
- בקשו שלא להרים, להעביר או לקשור אתכם ללא מיומנות, ציוד מתאים והסכמה ככל האפשר.
- הבהירו שאין לפרסם את שמכם, מצבכם, מיקומכם או צורך אישי שלכם בקבוצה ציבורית ללא הסכמה.
- נדרש להבטיח לכם פינוי, או טיפול רק לאחר תיאום עם גורם מוסמך.
- הבהירו שאין להשאיר אתכם לבד במקום שאינכם יכולים לצאת ממנו או להזעיק בו עזרה.

10. דף פעולה אישי

תחום	פרטים אישיים
התרעה	כך אני מקבל/ת התרעה: _____
מיגון	המקום המוגן שלי והמסלול אליו: _____
סיוע	אדם ראשון שמסייע לי: _____ טלפון: _____; גיבוי: _____
תקשורת	כך נכון לתקשר איתי: _____
ציוד	הציוד שחייב להישאר איתי: _____
תרופות	מידע רפואי חיוני לי: במעטפה סגורה או בקובץ מוגן
פינוי	סוג הסיוע/הרכב והיעד המתאימים לי: _____
רשות	מוקד הרשות וערוץ נגיש: _____
בדיקה	תאריך התרגול הבא: _____

חשוב: שמרו כרטיס חירום בכיס או בתיק, עותק אצל אדם המסייע לכם ועותק דיגיטלי מאובטח. מידע רפואי מפורט שמרו בנפרד. עדכנו לאחר שינוי בציוד, בתרופות, בכתובת או ברשת התמיכה.

מקורות מרכזיים

[אנשים עם מוגבלות ואזרחים ותיקים. פיקוד העורף.](#)

[היערכות לרעידת אדמה. פיקוד העורף.](#)

[נגישות אירועי פינוי אוכלוסייה וקליטתה במצב חירום. נציבות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות.](#)

[מידע לשעת חירום לאנשים עם מוגבלות ולאוכלוסיות הזקוקות לסיוע. משרד הרווחה והביטחון החברתי.](#)

[תקנות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות \(נגישות אירועי פינוי אוכלוסייה וקליטתה במצב חירום\), התשפ"ב-2022. נבו.](#)

[מדריכים ומידע לפי סוג מוגבלות. נציבות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות.](#)

[תקנות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות — נגישות אירועי פינוי וקליטה במצב חירום. 2022.](#)

המקורות נבדקו לאחרונה באוגוסט 2026.

בזמן אירוע יש לבדוק עדכונים בפורטל החירום הלאומי, באתר הרשות המקומית ובערוצים הנגישים של הגוף המוסמך.