



פיקוד העורף



ועדת ההיגוי להיערכות לרעידות אדמה

# נערכים לרעידת אדמה בישראל

בעבר אירעו באזורנו רעידות אדמה הרסניות והתרחשותה של רעידת אדמה חזקה נוספת היא רק שאלה של זמן. אם ניערך היום - נציל חיים.

## כיצד יודעים שמתרחשת רעידת אדמה?

בעת רעידת אדמה חשים שהרצפה רועדת, חלונות משקשקים במסילותיהם, חפצים ורהיטים מתחילים לזוז בצורה משונה, המנורות בתקרה מתנדדות והרעידות מקשות על היציבות והתנועה.

**אל תקפאו במקומכם! עברו מיד למקום בטוח, על פי ההנחיות שלהלן.**

לפני

## כיצד להתכונן מבעוד מועד לרעידת אדמה?

### עמידות הבניין:

- ודאו כי הבית בו אתם מתגוררים עומד בתקן ישראלי לעמידות מבנים ברעידות אדמה (ת"י 413) [בניינים שנבנו לפני 1980 אינם עומדים, כפי הנראה, בתקן זה. בניינים הכוללים מרחבי בטון (ממ"ד) נחשבים לעמידים במיוחד!]
- בניין שנמצא כי אינו עומד בתקן, יש לחזק בהקדם. [ממשלת ישראל מסייעת בחיזוק מבנים באמצעות תוכנית המתאר הארצית (תמ"א 38). פרטים באתר משרד הפנים: [www.moin.gov.il/tama38](http://www.moin.gov.il/tama38)]

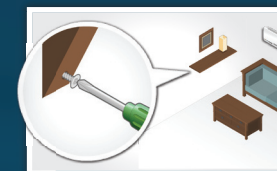


### הכנת המשפחה:

- קיימו שיחה משפחתית בנושא, ותרגלו את כללי ההתגוננות, לפחות אחת לשנה.
- קיבעו מקום מפגש מוסכם באזור פתוח ואיש קשר, למקרה של נתק משפחתי לאחר רעידת אדמה.

### הכנת הבית ומקום העבודה:

- חזקו לקירות חיבורי ארונות, מדפים ומזגנים. אל תתקינו מדפים מעל מיטות.
- הכינו מלאי מזון ומים לחירום, ערכת עזרה ראשונה, רדיו ותאורה מופעלי סוללות. מומלץ לגבות מסמכים חיוניים.
- אתרו מראש ועל פי ההנחיות שלעיל, מקום בטוח בבית ובמקום העבודה אליו תמהרו בעת רעידת אדמה.
- לימדו את מיקום מפסק החשמל וברז הגז הראשיים של הדירה.



### למידע נוסף:

אתר פיקוד העורף - [www.oref.org.il](http://www.oref.org.il)  
מרכז מידע טלפוני פיקוד העורף



פיקוד העורף

## התנהגות נכונה בעת רעידת אדמה:

### בעת שהייה בתוך מבנה:

אם אתם נמצאים בתוך מבנה בעת שמתחילה רעידת אדמה, עברו במהירות למקום בטוח **על פי סדר העדיפויות הבא:**

1. אם ניתן לצאת מהמבנה בתוך שניות **צאו מהמבנה אל שטח פתוח.**

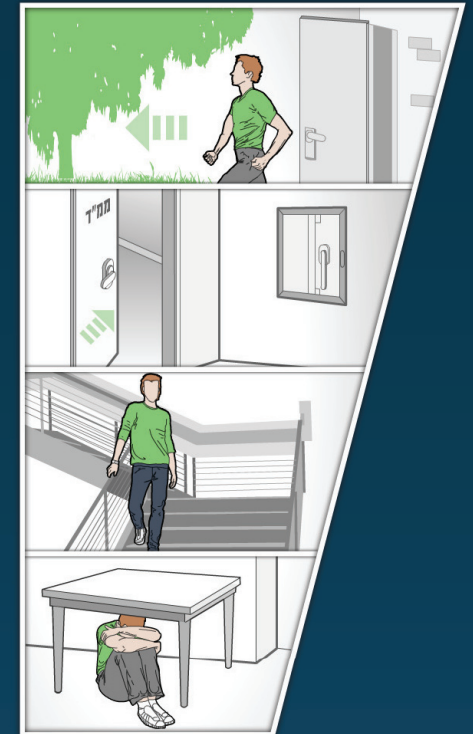
[בעיקר השווים במבנה חד קומתי או בקומת קרקע]

2. אם לא ניתן לצאת מהמבנה במהירות **היכנסו למרחב המוגן [ממ"ד]. יש להשאיר את דלת הממ"ד פתוחה.**

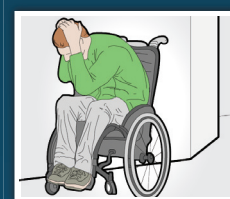
3. אם לא ניתן לצאת מהמבנה במהירות ואין מרחב מוגן

**צאו אל חדר המדרגות, ואם ניתן, המשיכו לרדת אל היציאה מהבניין.**

4. רק אם אינכם יכולים לפעול כך **תפסו מחסה תחת רהיט כבד, או שבו על הרצפה צמודים לקיר פנימי.**



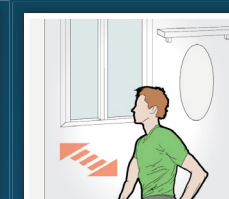
### הנחיות נוספות:



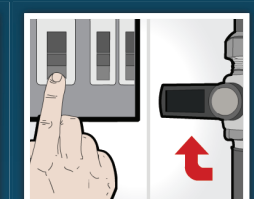
אם אתם יושבים בכסא גלגלים - נעלו אותו והגנו על ראשכם [לאחר שהגעתם למקום בטוח].



אין להשתמש במעלית בזמן הרעידה ולאחריה - אתם עלולים להיתקע בתוכה.



בדרככם למקום הבטוח התרחקו מקירות הבית החיצוניים, מחלונות וממדפים.



לפני עזיבת המבנה יש לנתק את המפסקים הראשיים של הגז ושל החשמל.

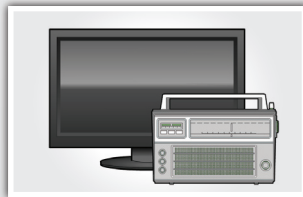
### בעת שהייה בחוץ:

אם הרעידה מתרחשת כשאתם מחוץ לבניין - הישארו בשטח הפתוח והתרחקו ממבנים, מגשרים ומעמודי חשמל.

### בעת שהייה בחוף הים:

אם אתם בחוף הים בעת רעידת אדמה, עזבו מיד את החוף מחשש שיגיע גל צונאמי שיציף אותו. התרחקו מן החוף בקילומטר אחד לפחות. מי שאינם יכולים לעזוב את אזור החוף, עלו לפחות לקומה 4 של בנין קרוב. אל תשובו לחוף ב- 12 השעות שאחרי הרעידה. נסיגת ים [שפל] חזקה ופתאומית היא סימן לצונאמי מתקרב.

## התנהגות נכונה לאחר רעידת אדמה:



האזינו לכלי התקשורת לקבלת מידע והנחיות.



קחו אתכם את תיק החירום המשפחתי.



צאו מהמבנה והקפידו לשהות בשטח פתוח הרחק מבניינים ומכבלי חשמל קרועים.

### לכודים תחת הריסות:

אם בסביבה הקרובה ישנם אנשים הלכודים תחת הריסות, נסו לחלץ אותם והשתמשו תוך שיקול דעת, באמצעים כמו מגבה של מכונית [ג'ק] או מוט ברזל. הגישו עזרה ראשונה במידת האפשר.

### רעידות משנה:

היו מוכנים לרעידות נוספות - אלו מופיעות דקות או ימים לאחר הרעידה הראשונה ועלולות למוטט מבנים שנחלשו. אל תכנסו למבנים שניזוקו, אלא למטרת הצלת חיים.