



שלבי התנהגות באירוע רעידת אדמה

הנחיות להתנהגות עובדים במשרדים ומעבדות :

1. בקבלת התראה מוקדמת לרעידת אדמה במערכת הכריזה או לאחר שהייתה רעידת אדמה קודמת (היות שלאחר הרעידה הראשונה יכולות להתרחש רעידות נוספות) יש לפנות את העובדים לשטחי כינוס שנקבעו מראש, הרחוקים לפחות 50 מטר מהמבנים.
2. הסכנה הראשונית במקרה של רעידת אדמה היא הפגיעות מחפצים ורהיטים נופלים, מחלקי תקרה וטיח נושרים ומרססי זכוכית.
3. עם תחילת רעידת האדמה יש להיכנס מיד מתחת לשולחנות, להתרחק ככל האפשר מרהיטים, ארונות וכל חפץ אחר העלול ליפול או להתמוטט.
4. אם קיימים מתקנים המחוברים למיכלי גז (מטבחים או מעבדות) יש לסגור מיד את כל ברזי הגז (רצוי גם את מפסקי החשמל כדי למנוע שריפה), כמו כן יש לפתוח את כל הדלתות שכן הדלתות יכולות להינעל ולא ניתן יהיה לצאת למרחבים חיצוניים.
5. מיד עם סיום השלב העיקרי של רעידת האדמה יש לפנות בצורה מסודרת את המבנה דרך יציאת החירום או כל יציאה פנויה אחרת. צוותי החירום יבדקו דרכי מילוט פנויות ללא הרס ויכוונו את העובדים ליציאה מחוץ למבנה.
6. בניינים רבי קומות עדיף לשהות בחדר המדרגות, אין להשתמש במעלית.

הנחיות להתנהגות לצוות החירום היחידתי:

1. ברגיעה
 - ✓ לוודא קיום מערכת אזעקה וכריזה למבנים.
 - ✓ לתאם שטחי כינוס לעובדים למקרה פינוי.
 - ✓ לתרגל תקופתית (אחת לשנה) פינוי עובדים מהמבנה.
2. בחירום
 - ✓ סיוע בפינוי העובדים מחוץ למבנים למרחק של כ-50 מטר לפחות.
 - ✓ סריקה ראשונית של המבנה לבירור הימצאות לכודים, כולל סימון המיקום בו נמצאו הלכודים.
 - ✓ חילוץ לכודים, במידה וניתן לחלץ הלכודים באמצעים הקיימים בידי הצוות.
 - ✓ הגשת עזרה ראשונה לנפגעים
 - ✓ דיווח לכוחות החירום בעת הגעתם.



כיצד לפעול בעת אירוע 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. **צאו לשטח פתוח** - אם ניתן לצאת מהמבנה מייד (בתוך שניות ספורות) - צאו החוצה לשטח פתוח (נכון בעיקר אם אתם שוהים בבית צמוד קרקע/בדירת קרקע)
2. **היכנסו למרחב מוגן (ממ"ד) או חדר מדרגות** - במקרה שלא ניתן לצאת החוצה מיידית (בתוך שניות ספורות) - היכנסו במהירות לממ"ד שבדירתכם. בהיעדר ממ"ד בדירתכם - עברו לחדר המדרגות ושבו שם עד סיום הרעידה (נכון בעיקר אם אתם שוהים בבניין רב-קומות).
3. **היכנסו תחת שולחן כבד או בפינה פנימית של החדר** - אם אין ביכולתכם לצאת החוצה מייד או לעבור במהירות אל ממ"ד/חדר מדרגות – תפסו מחסה תחת שולחן כבד או בפינת חדר פנימית.
4. **הנחיות נוספות:**

- ✓ התרחקו מקירות חיצוניים, מחלונות וממדפים.
- ✓ אם אתם בכסא גלגלים - נעלו אותו והגנו על ראשכם.
- ✓ אין להשתמש במעלית בזמן הרעידה ולאחריה - אתם עלולים להיתקע בתוכה.

בעת שהייה בחוץ (בשטח פתוח):

- ✓ אם הרעידה מתרחשת בעת שאתם מחוץ לבניין - הישארו בשטח הפתוח והתרחקו ככל האפשר ממבנים. שטח פתוח – הכי בטוח!
- ✓ היזהרו מחפצים נופלים כדוגמת אבני חיפוי קירות, מדחסי מזגנים, שברי זגוגיות וחוטי חשמל קרועים.

בעת שהייה ברכב:

- ✓ אם הרעידה מתרחשת כשאתם בנסיעה - עצרו מיד וחכו בתוך הרכב עד שהרעידה תיפסק - המכונית מגינה עליכם.
- ✓ הימנעו מעצירה מתחת לגשר, על מחלף, בקרבת מבנים או תחת מדרון תלול מחשש לקריסתם. התרחקו ברכב או ברגל.



כיצד לנהוג לאחר הרעידה:

- ✓ אין להדליק אש או מתג חשמל מכל סוג (כולל שימוש בטלפון סלולארי) מחשש לפיצוץ עקב דליפת גז.
- ✓ יש לצאת מהמבנה ולשהות בשטח פתוח הרחק מבניינים.
- ✓ לפני עזיבת המבנה יש לנתק את ברז אספקת גז הבישול ואת מפסק החשמל הראשי לדירה. נוסף לכך מומלץ לסגור גם את ברז הגז הראשי של הבניין כולו. חידוש אספקת הגז/החשמל למבנה ייעשה רק ע"י טכנאי מוסמך ולאחר שיימצא כי מערכת הגז והברזים של כלל הצרכנים בבניין תקינים וסגורים.
- ✓ אין להיכנס למבנים שניזוקו ללא אישור מהנדס מבנים (למעט לצרכי חילוץ והצלה).
- ✓ יש להאזין לרדיו (למשל לרדיו שבמכונית) לקבלת מידע והנחיות.