

בעת חירום

מענים לאנשים עם מוגבלות

טובה אליאספי¹

ידע הוא כוח. היכולת להתמודד ולפעול במצבי לחץ ומצבי חירום ביטחוניים וסביבתיים תלויה פעמים רבות במידע העומד לרשותנו. מתן מידע והכנה לקראת מצבי לחץ וחירום מפחיתים את חוסר הוודאות ומעניקים תחושת שליטה, ובכך תורמים להגברת המוכנות האישית ולפיתוח החוסן הקהילתי. השימוש באינטרנט יכול לסייע רבות בקבלת מידע עדכני, הנחיות והמלצות. לפניכם רשימת מענים לשעת חירום, המיועדים לכלל האוכלוסייה בדגש על אנשים עם מוגבלות. חלקם קבועים ומהווים מענה לנדרש בחוק, וחלקם הופעלו כתוצאה מצרכים שהתעוררו בעקבות פריצת מגפת הקורונה. קריאה מועילה.

פורטל חירום לאומי

היערכות אנשים עם מוגבלות למצבי חירום

הנחיות והמלצות שנועדו לסייע לאנשים עם מוגבלות, לבני משפחותיהם ולמטפלים להיערך למצבי חירום שונים כדוגמת ירי טילים, רעידת אדמה, שריפה ועוד. בהנחיות: הכנת הבית מראש, היכרות עם כללי ההתנהגות הנכונים במצבי החירום ותרגולם. בדף ישנם קישורים להכרת תגובות רגשיות נפוצות למצבי חירום והדרך להתמודד אתן, מדריך להיערכות חירשים וכבדי שמיעה לירי טילים ודגשים נוספים לאנשים עיוורים או לקויי ראייה ולאנשים עם מוגבלות תנועה.

<https://www.oref.org.il/12569-16649-he/Pakar.aspx>

מצבי חירום - ירי רקטות וטילים - אנשים עם מוגבלות

בדף - קישורים להנחיות לאנשים עם חירשות וליקויי שמיעה, מדריך בשפת הסימנים, דגשים בשעת חירום לאנשים עם מוגבלות תנועה, לקויות ראייה ועוד.

<https://tinyurl.com/ydsb2flo>

1 טובה אליאספי - קלינאית תקשורת, מידענית, מנהלת הספרייה ומרכז הידע, בית איזי שפירא.

הכנה והתמודדות במצבי חירום

הפורטל כולל גם מידע על אודות היערכות והתמודדות עם מצבים כמו ירי רקטות וטילים, רעידות אדמה, שריפות ועוד.

<https://www.oref.org.il/>

משרד המשפטים - נציבות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות

נגישות מידע לאנשי מקצוע, נגישות בשעת חירום

בדף הנגישות בשעת חירום ישנם המלצות לנהלים קבועים לפינוי אנשים עם מוגבלות למקום מחסה, הוראות הנציב באשר לאמצעים טכניים לשימוש בשעת חירום ומידע משפטי.

<https://tinyurl.com/yz72nxgg>

מידע לשעת חירום

באתר קיים מידע לאנשים עם מוגבלות בשעת חירום. הוא כולל רשימת פרטי התקשרות למוקדי החירום השונים (משטרה, מגן דוד אדום, כבאות, חברת החשמל, פיקוד העורף ומשרד הרווחה), קישורים להנחיות ונהלים לשעת חירום, סרטוני הסבר רלוונטיים של פיקוד העורף, חוברות עם הנחיות בפישוט לשוני ועוד.

<https://tinyurl.com/yg5mmaof>

המלצות לנהלי פינוי בשעת חירום

באתר המלצות לנהלים קבועים לפינוי אנשים עם מוגבלות למקום מחסה. בין השאר: תכניות חילוץ, סימון דרך נגישה לפינוי, מערכות התראה, אספקת הנחיות ומפת מילוט ועוד.

<https://tinyurl.com/yfshbxml>

הנחיות תקשורת וסיוע נגישים לאנשים עם מוגבלות בעת חירום

בדף ישנן הנחיות לרשויות החירום כיצד יש להתנהל באופן שוויוני, מכיל ומכבד עם אנשים עם מוגבלויות שונות (אדם עם מוגבלות נפשית, שכלית או על הספקטרום האוטיסטי, אדם עם מוגבלות בניידות, בשמיעה, בראייה), שאליהם יש לפנות כדי להעביר להם מידע, לפנותם לבידוד או לטפל בהם.

<https://tinyurl.com/yznf7667>

משרד הרווחה והביטחון החברתי

מוקד מידע וסיוע - 118

מוקד מידע וסיוע באמצעות מענה טלפוני: מתן מידע, הכוונה וסיוע ראשוני. השימוש בקו טלפון בן 3 ספרות (118) מאפשר לאזרח ליצור קשר מכל טלפון ומכל מקום בארץ בחינם, תוך כדי קבלת מידע וסיוע מידי בחירום ובשגרה בנושאי רווחה, בהתאם לסוג הפנייה.

המוקד נותן מענה 24 שעות ביממה, 7 ימים בשבוע, 364 ימים בשנה (למעט יום הכיפורים).

<https://tinyurl.com/ygo8y4bz>

מידע לקהילה המקצועית - תקנון עבודה סוציאלית (תע"ס) - פרק 20 - חירום

בדף קישורים להודעות והוראות עדכניות על מדיניות המשרד בנוגע להיערכות למצבי חירום ומשבר, הערכות הרשויות המקומיות לשעת חירום, הערכות המחלקות לשירותים חברתיים לשעת חירום בעת רגיעה, פעילות המחלקה לשירותים חברתיים לשעת חירום בשלב המתיחות - כוננות, מעבר לשעת חירום, אירוע חירום ושגרת חירום, ומעבר מחירום לשגרה ושיקום.

<https://tinyurl.com/yff33qz2>

הנגשת מידע לאנשים עם מוגבלות לגבי היערכות והתנהגות במצבי חירום

הנחיות להיערכות למצבי חירום והתנהגות בשעת חירום המוסברות בשפה פשוטה, מלווה בסמלים, לאנשים עם מוגבלות שכלית-התפתחותית.

מטרת השירות היא להנגיש לאנשים עם מוגבלויות מידע לגבי היערכות במצבי חירום: אזעקה, רעידה אדמה, שריפה וירי טילים.

<https://tinyurl.com/yk55qfbx>

עיוורים ולקויי ראייה - התנהלות במצב חירום לאומי

באתר נמצאות הוראות לשעת חירום ובכללן הנחיות להתנהלות בזמן ירי טילים או בעת התרחשותה של רעידת אדמה. אפשר להיעזר במוקד ההדרכה הטלפוני שנותן הנחיות, תמיכה וסיוע.

כמו כן קיימת הפנייה בשעת חירום לאומי למוקד הדרכה טלפוני, שאותו מפעיל מרכז מגדל אור - עמותת יעדים לצפון, על מנת לתת תמיכה טכנית לאנשים עם לקויות ראייה או עיוורון.

המוקד מופעל באמצעות מומחי טכנולוגיה עם לקויות ראייה או עיוורון ומעניק סיוע מותאם לשימוש במחשבים, טלפונים חכמים, עזרים אלקטרוניים ייעודיים, תמיכה במערכות ההפעלה למחשבים וטלפונים חכמים ועוד.

<https://tinyurl.com/yhwvu59m>

עמותת מגדל אור - יעדים לצפון

מגדל אור הוא מרכז רב שירותי, המופעל באמצעות עמותת 'יעדים לצפון' מייסודה של קרן רש"י, כזכיון של המוסד לביטוח לאומי, משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים. המרכז עוסק בקידום תפקודי, תעסוקתי, חברתי ורגשי של אנשים עם לקויות ראייה או עיוורון באמצעות ארבעה סניפים מרכזיים: תל אביב, חיפה, ירושלים, באר שבע, וכן בביתם של האנשים ובסביבתם היום-יומית.

בעקבות מגפת הקורונה העמותה מקיימת קבוצות תמיכה מקוונות שבועיות דרך הזום, למתן תמיכה רגשית, מידע על זכויות ושירותים שונים, טכנולוגיה מסייעת ועוד.

<https://tinyurl.com/y344oczn>

מוקדי סיוע ומרכזי חוסן קהילתי

מרכזי החוסן הקהילתיים פועלים על מנת לתת תמיכה וסיוע רב-מקצועי ליחידים, משפחות וקהילות המתמודדים עם מצבי משבר, חירום ואסון ולחזק את חוסנם של הגרים ביישובים הנמצאים באזור עוטף עזה, יהודה ושומרון ובגולן. במרכזים פועלים במשולב אנשי מקצוע, פעילים קהילתיים ומתנדבים.

מידע על מרכזי חוסן קהילתי באתר **משרד הרווחה והביטחון החברתי**:

<https://tinyurl.com/ygtn3pyh>

קופות החולים מפעילות קווי סיוע ומוקדי ייעוץ טלפוניים למתן תמיכה נפשית-רגשית בעקבות המצב הביטחוני.

רשימת מוקדים טלפונים של קופות החולים ומרכזי חוסן קהילתי באתר **משרד הבריאות**:

<https://tinyurl.com/yzge2ov9>

מרכזי חוסן ומרפאות לטיפול בנפגעי חרדה מאתר **הביטוח הלאומי**:

<https://tinyurl.com/yeqrzy7l>

עמותת איל"ן

יעודה המרכזי של עמותת איל"ן הוא שילובם של אנשים עם מוגבלויות פיזיות בחברה ובקהילה והיא מטפלת בילדים ובוגרים עם מוגבלות פיזית המתמודדים עם מוגבלות מוטורית ומחלות שריר ועצב שונות, כגון: שיתוק ילדים, שיתוק מוחין, ניוון שרירים ועוד. העמותה פועלת באמצעות 40 סניפים בכל רחבי הארץ. היא מפעילה 30 מוסדות שיקומיים, ביניהם מרכזי שיקום, מרכזי ספורט, תעסוקה ועוד, ומקיימת פעילויות שיקום ורווחה, נופש, לימוד והעשרה.

קו חם

בתקופת משבר הקורונה עמותת איל"ן השיקה קו חם המיועד לילדים ובוגרים ובני משפחותיהם.

הקו מופעל באמצעות עובדים סוציאליים ומעניק מידע בזכויות ובנושאים רלבנטיים, סיוע, חיבור לגורמים שונים ותמיכה נפשית.

<https://tinyurl.com/y5pxnl6k>

אוגדן זכויות לילדים ובוגרים עם מוגבלות פיזית - פרק 11: זכויות בשעת חירום
עמותת איל"ן, בשיתוף נציבות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות, משרד המשפטים, והקליניקה לזכויות אנשים עם מוגבלות, האוניברסיטה העברית.

בפרק זה של האוגדן מידע רחב על זכויות בעת חירום: היעדרות ממקום העבודה, הנגשה פיזית, התאמת נוהלי פינוי וחילוץ והנגשת אמצעים טכניים לפינוי.

<https://www.ilan-israel.co.il/files/your-rights-11.pdf>

בית איזי שפירא - המרכז לטיפול רגשי בילד, במבוגר ובמשפחה

בית איזי שפירא לשינוי באיכות חייהם של אנשים עם מוגבלויות פועל כדי להבטיח לאנשים עם מוגבלויות שותפות מלאה בחיי הקהילה ואיכות חיים טובה יותר, זאת באמצעות מתן ופיתוח של שירותים חינוכיים טיפוליים חדשניים, פעילות רחבה ליצירת שינוי עמדות חברתי והפעלת מרכז למצוינות, מחקר והכשרה מקצועית בתחום המוגבלויות.

המרכז לטיפול רגשי בילד, במבוגר ובמשפחה בבית איזי שפירא

שירות זה מתמחה בטיפול רגשי בקשיים המלווים את הילד או הבוגר עם מוגבלויות בתפקוד היום-יומי שלהם או בקשיים המתעוררים במצבי משבר, מעבר ושינוי בשלבים

השונים במעגלי החיים ומציע את שירותיו גם להורים ולבני משפחה אחרים כמו אחים ואחיות, סבים וסבתות.

בעת חירום מפעיל המרכז **קו פתוח לפניות**.

<https://tinyurl.com/ybqgokla>

איחוד הצלה (בשיתוף החברה למתנ"סים וארגון לב אחד)

איחוד הצלה הוא ארגון מתנדבים המאגד חובשים, פראמדיקים ורופאים מרחבי ישראל כגוף התנדבותי לכונני רפואת חירום, על מנת להציל חיים ולמתן שירותי עזרה ראשונה.

מיזם - 1221 מגיעים לכל אחד

הארגון מפעיל מוקד חירום ארצי לסיוע הומניטרי לקשישים ולאנשים עם מוגבלות ומשתמש בטכנולוגיה מבוססת GPS על מנת לאתר ולשלוח את המתנדב הקרוב ביותר לאלו הזקוקים לעזרה.

מוקד הפניות שמספרו 1221 (ללא כוכבית מכל טלפון) פועל בין השעות 08:00-22:00 ומפעיל כ־30,000 מתנדבים מרחבי הארץ.

חוס"ן - חירום וסיוע נפשי

יחידת חוס"ן נוסדה כדי לתת מענה ראשוני למקרי טראומה נפשית שנלווית למקרי החירום שאליהם מוזעקים מתנדבי איחוד הצלה. מתנדבי היחידה הם מטפלים שעברו הכשרה של משרד הבריאות ומכללת תל חי והם מוסמכים ובעלי תעודה להענקת עזרה ראשונה נפשית.

<https://tinyurl.com/yjx3jgn2>

ער"ן - עזרה ראשונה נפשית אנונימית

עמותת ער"ן מספקת שירות סיוע הומניטרי, המעניק **עזרה ראשונה נפשית** מצילה חיים בטלפון ובאינטרנט. השירות מוגש לכלל הציבור הישראלי על כל מגזריו, בכל גיל, לכל מצוקה ובמגוון שפות, וניתן בצורה אנונימית ומיידית, 24 שעות ביממה בכל ימות השבוע. המענה ניתן בשיחות טלפון, דוא"ל, ואטסאפ, מסרונים SMS, צ'אט ופורום תמיכה.

[/https://www.eran.org.il](https://www.eran.org.il)

עזר מציון - האגף לבריאות הנפש

עמותת עזר מציון מעניקה סיוע ותמיכה רפואיים לחולים ולמשפחותיהם, לקשישים, לנזקקים ולאנשים במצבי משבר רבים ושונים, במטרה לסייע להם להתגבר על הקשיים והמכשולים העומדים בפניהם.

שירותי **האגף לבריאות הנפש** פועלים מתוך גישת ההחלמה המתחברת לכוחות, ליכולות ולשאיפות של המתמודד ובני משפחתו, ומטרתם להעניק לפגועי הנפש ולבני משפחותיהם יעוץ, הכוונה ושיקום כדי להקל את ההתמודדות ולאפשר את הבחירה בחיים. שירותי השיקום למתמודדים ניתנים במסגרת סל שיקום, בפיקוח מקצועי של משרד הבריאות ובליווי.

במסגרת האגף פועל הקו **"ידידי נפש" - קו תמיכה טלפוני - 1-800-30-30-12**. קו טלפוני זה מיועד לאנשים במצוקה ובו אפשר לקבל תמיכה נפשית, יעוץ והכוונה. המענה ניתן באמצעות מתנדבות שעברו הכשרה מקצועית מקיפה ומותאם לציבור הדתי.

<https://tinyurl.com/ydqlrtwu>