

**מדינת ישראל**  
**משרד החינוך**  
**אגף בכיר לביטחון, שעת חירום ובטיחות סביבתית**

**כרטיס מידע**

**התמודדות עם קור קיצוני בחו"ל**



קור קיצוני הינו מצב חירום ומסכן חיים! אנו הישראליים איננו מותאמים לקור קיצוני.

**בקור קיצוני התנהגות לא נאותה תגרום לפגיעה מיידית!!!**

כדי לשמור על שלום תלמידנו ושלומינו:



**❄ הימנעו מכל שהות שאינה נחוצה בחוץ!**

בשאיפה לזמן חשיפה מינימלי, אם נדרש שנו וקצרו את התכנון המקורי של המסלול.

**❄ הימנעו מכל חשיפה של איבר כלשהו לקור!**

שימו לב במיוחד לקצוות הגוף: אוזניים, גבות, עיניים, אף, שפתיים, לשון, אצבעות ידיים.

אל תנסו להתקשר בסלולרי עם אצבעות חשופות!

לא לאפשר קונדסות מכל סוג שהוא או משחקי אומץ. הפגיעה תהיה מיידית!

**❄ אין לצאת לקור ללא ציוד מתאים!**

הלבוש הוא רב שכבתי: כפפות, כובעי גרב, חסזואר, מחממי ידיים ורגליים, גרביים, נעליים

מתאימות, מכנסיים עליונים, מעיל, מעיל רוח, מסכת פנים.

במידה וחסר ציוד פנו למנהל לקבל סיוע.

ללא ביגוד מתאים תיפגעו!

**❄ הימנעו מרוח ככל האפשר. הרוח מסכנת אתכם.**

**❄ הימנעו מרטיבות ככל האפשר. הרטיבות פוגעת בכם.**

**❄ בחללים המחוממים או ברכב מחומם שימו לב לאוורור נאות, ולמצוקות נשימה.**

**❄ אל תהססו לבקש עזרה.**

**❄ שימו לב לחבריכם/ בקבוצה**

לכל סימן של אפאטיות או חוסר תגובה, הציעו סיוע ותמיכה.

**❄ אתרו מחסות:**

מרחבים מחוממים, כולל משרד, רכב, בית.

המבנים באירופה בנויים עם בידוד וחימום וערוכים לקור קיצוני.

**❄ הצטיידו בעזרים:**

○ שקיות חימום

○ תרמוס עם שתייה חמה, חטיפים מתוקים.

○ משאפים.



**בברכת מסע בטוח וחמים**