

Je prépare ma famille aux tirs de roquettes

Préparez vos enfants dans la mesure du possible à ce qui peut se produire en cas d'urgence. Répétez les gestes à effectuer quand vous entendrez la sirène d'alerte. Préservez la routine quotidienne dans la mesure du possible.

En période d'urgence, vos enfants ont des besoins spéciaux. Permettez-leur d'être plus dépendants si cela les aide à se sentir davantage en sécurité. Les enfants régressent, c'est naturel en cas de panique et de tension, et on peut leur permettre pendant une courte période.

Évitez d'exposer vos enfants, surtout les plus jeunes, à des scènes pénibles diffusées par la télévision. Les enfants expriment leurs émotions de diverses manières. Il faut accepter ces différences et savoir réagir en conséquence. Il est important que le message transmis soit « Ensemble nous allons surmonter les difficultés ».

Parlez avec vos enfants de ce qui se passe, écoutez-les, donnez-leur des réponses franches, brèves et sincères en cas de questions précises. Utilisez des mots et des concepts à leur portée. Il est important de renforcer chez vos enfants le sentiment qu'ils sont capables d'affronter la situation et de les encourager. Donnez-leur l'occasion de se distraire et de parler avec d'autres enfants de leur âge.

Il est important de savoir que votre comportement et vos réactions, surtout dans les moments critiques, ont une grande influence sur vos enfants. Si vous faites preuve d'assurance et de compétence, cela se reflètera dans les sentiments et dans le comportement de vos enfants.

Dans tous les cas où vos enfants se conduisent d'une manière anormale, n'hésitez pas à vous adresser à la municipalité ou au conseil local et à demander l'aide de professionnels.

Comment choisir la chambre sécurisée

Il est important de choisir cette chambre à la maison ou en tout lieu où vous séjournez, en fonction de l'ordre de priorités suivant :

1. Mamad - espace sécurisé dans l'appartement ou Mamak - espace sécurisé à l'étage.
2. S'il n'y a ni Mamad ni Mamak dans l'immeuble où vous habitez, il faut choisir une chambre sécurisée qui se trouve le plus loin possible de la direction d'où proviennent les roquettes. Il est préférable que cette chambre ait le moins possible de murs extérieurs, de fenêtres et d'ouvertures. Si vous n'avez pas de chambre de ce type, vous pouvez décider que la cage d'escalier sera votre espace sécurisé.
3. Habitants de l'étage supérieur d'un immeuble sans chambre sécurisée (Mamad) - ils choisiront comme chambre sécurisée la cage d'escalier en descendant d'un étage par rapport à leur appartement.

Consignes à suivre en cas de tir de roquettes Kassam

Si vous entendez la sirène d'alerte, le bruit d'une explosion ou « teva adom » (couleur rouge) il faut suivre les consignes suivantes **dans les 15 secondes** :

Ceux qui se trouvent à l'intérieur d'un bâtiment doivent se rendre immédiatement dans la chambre sécurisée et fermer la fenêtre en acier.

S'il n'y a pas de chambre sécurisée, il faut aller dans la chambre située le plus loin possible de la direction du danger. Il est préférable que cette pièce ait un minimum de murs extérieurs, de fenêtres et d'ouvertures. Si vous n'avez pas de chambre comme celle-ci, il faut aller dans les escaliers. Dans la chambre protégée, il faut s'asseoir sur le sol, plus bas que le niveau de la fenêtre, contre le mur intérieur et ne pas s'asseoir en face de la fenêtre.

Ceux qui se trouvent dehors dans un lieu habité doivent entrer dans un immeuble ou un abri proche

Ceux qui sont en terrain découvert doivent se coucher par terre et protéger leur tête de leurs mains.

Les personnes qui sont dans un véhicule doivent s'arrêter au bord de la route, sortir du véhicule et aller dans un immeuble ou un abri proche.

Ceux qui sont en terrain découvert doivent se coucher par terre et protéger leur tête de leurs mains.

Au bout de 5 minutes - on peut sortir de la chambre protégée, sauf instruction contraire.



Pour toute information

supplémentaire, consultez le site Internet du commandement de la défense passive à l'adresse



ou adressez-vous au

www.oref.org.il

centre d'information au numéro de téléphone

1207

Cher habitant / chère habitante

A la suite de la menace des tirs de Kassam en provenance de la Bande de Gaza, il est important de préparer votre famille à affronter ce danger. Si vous vous préparez à l'avance, vous allez améliorer le sentiment de sécurité des membres de votre famille et en cas de nécessité, ces préparatifs vous sauveront peut-être la vie.

Les tirs de Kassam vous confrontent, vous et votre famille, à des problèmes auxquels vous n'êtes pas habitué dans la vie de tous les jours. Ces tirs peuvent se produire à tout moment et vos enfants devront peut-être affronter cette menace alors qu'ils ne seront pas avec vous.

Au cours de l'année qui vient de s'écouler, nous avons adressé à votre domicile plusieurs brochures d'information concernant les préparatifs à faire en cas d'urgence.

Cette brochure a pour but de vous aider à affronter la menace des roquettes, c'est pourquoi il est important de vous préparer en suivant les consignes.

Nous savons que c'est dans la famille que les parents comme les enfants peuvent le mieux affronter le danger, c'est pourquoi il est important que tous les membres de votre famille participent aux préparatifs et apprennent à affronter les diverses situations qui peuvent se présenter.

Bien à vous
Le commandement de la défense passive



Les cinq étapes des préparatifs

- 1** Il est important que tous les membres de la famille, y compris les enfants, **connaissent les directives qu'il faut suivre au moment de l'alerte/tséva adom**, pour savoir quoi faire et où ils devront aller s'ils ne sont pas à la maison ou s'ils sont seuls.
- 2** Il est recommandé de choisir à l'avance la **pièce sécurisée** dans laquelle vous irez au moment de l'alerte/tséva adom, en coopération avec les enfants, et de leur expliquer la raison logique de ce choix (pourquoi c'est la chambre la mieux protégée de la maison et pourquoi il est important d'aller dans cette chambre en cas d'alerte).
- 3** Munissez-vous des objets qui vous aideront à mieux affronter la situation : un peu d'eau et de nourriture, une lampe de poche à pile, une radio à piles et une trousse de premier secours.
- 4** Préparez une **liste de numéros de téléphone** qui permettront à vos enfants de téléphoner dans divers cas. Inscrivez le numéro de téléphone de la police, de Méguen David Adom, des pompiers, vos numéros de téléphone portable et vos numéros de téléphone au travail.



- 5** Parlez avec les membres de votre famille des préparatifs aux tirs de Kassam. Ce sont les parents qui vont diriger la conversation mais il est important d'y faire participer les enfants. Si l'un des parents éprouve de la crainte par suite de la situation, il est recommandé de ne pas parler avec les enfants immédiatement mais de s'adresser au conseiller (yoètz) de l'école qui lui indiquera comment faire. Il est important de vous préparer à l'avance à cette conversation.

1. Décidez à l'avance de quoi vous allez parler.
2. Trouvez le moment propice pour cette conversation et choisissez un endroit confortable pour tout le monde.
3. Expliquez que le Kassam est un tuyau creux contenant un explosif qui peut causer des dégâts aux maisons et aux personnes si l'on n'est pas dans un endroit protégé.
4. Donnez des exemples de gens qui ont suivi les consignes, ce qui leur a sauvé la vie.

Laissez vos enfants parler de ce qu'ils ressentent.

Souvenez-vous que les enfants expriment leurs émotions de différentes manières. C'est à vous les parents à savoir comment vos enfants manifestent leurs émotions et à vous comporter en conséquence (« Je vois que c'est dur pour toi » « J'imagine que c'est dur pour beaucoup d'enfants dans cette situation », etc.). Soyez chaleureux avec vos enfants et calmez-les en parlant et en leur disant des choses qui vont apaiser leurs craintes et surtout évitez absolument de mépriser les émotions qu'ils ressentent (« c'est des bêtises » « ça ne doit absolument pas te faire peur », etc.).