

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף בכיר לביטחון, שעת חירום ובטיחות סביבתית

דף מידע לאחראי טיול

תכנון וניהול משק מים לתנאי עומס חום בטיול

תכנון וניהול משק מים בטיולים ופעילויות חוץ בשטח יכול למנוע פגיעות ולהציל חיים. נעשה זאת באמצעות מניעה ובאמצעות חינוך ב 3 מרחבי פעולה:

א. תכנון והכנה בטרם יציאה ב. ניהול במשך המסע / טיול ג. ניהול בחניון לילה

א. מרחב פעולה ראשון: תכנון והכנה בטרם יציאה:

כמות המים הנדרשת היא שונה בכל מסלול:

- אופי המסלול אם הוא קשה, בינוני או קל.
- משך המסלול אם הוא ארוך או קצר עד לנקודת המים בחניון.
- מספר המשתתפים.
- רמת הכושר של המשתתפים



לכן נתכנן כמות מים מינימלית שתספיק למענה כולל עבור מצב רגיל ומצב חירום:

1. חישוב כמות מים נישאים:

כמויות המים בטבלה הבאה מחושבות לטיולי על-יסודי ממינימום 1.5 לי ועד 6 לי לתלמיד:

משך שהייה:	עד 2 שעי'	עד 4 שעי'	עד 6 שעי'	עד 8 שעי'	עד 10 שעי'
עומס חום רגיל - ליטר לתלמיד	1.5	3	4	4.5	6
מי חירום (לכל 30 איש)			3	6	6
עומס חום כבד - ליטר לתלמיד	1.5	3	4.5	6	6
מי חירום (לכל 30 איש)	6	6	6	10	12

2. חישוב כמות מים ברכב מנהלה עבור חניון לילה (כולל מים ליום מסע נוסף למחרת הלילה):

- בתנאים רגילים: מינימום 10 לי לאדם (תלמידים ומבוגרים) + גיבוי 1.5 לי לאדם.
- בתנאי עומס חום: 12 לי לאדם + גיבוי 2 לי לאדם

3. מים בשטח: אסורה שתיית מים מברזים בשדות ומברזים לכיבוי אש, מבורות, ממי מעיינות, מערוצי נחלים או ממקורות מים טבעיים או מלאכותיים שלא אושרו על ידי משרד הבריאות, או עיני גורם מוסמך אחר. בכפוף לתדריך מקדים ניתן לעשות שימוש במים בשטח למטרות ריענון, שטיפת כלים.



ב. מרחב פעולה שני: ניהול משק מים ומאמץ בהליכה במסלול:

1. עליה להסעה: בדיקה אישית של כל משתתף (מים וכובע).
2. יציאה להליכה: בדיקה בעין של כמות המים. חלוקת משקל. בקרה וניטור מצב גופני.
3. בהליכה: בקרה של כמויות המים, ביצוע הפסקות שתייה. למנוע שימוש קונדסי או לא זהיר במים.
4. זמני הליכה: מומלץ להשכים לפני שחר ולהתחיל תנועה באור ראשון. יש לאשר עם חדר מצב. בתנאי חום יש לנוע באיטיות (ביחוד בעליות) עם עצירות תכופות. לשאוף להליכה קבוצתית כאשר המתקשים יהיו קדימה.
5. ניטור, הפסקות וטיפול במשך ההליכה: אתרו סימני התייבשות. יש להימנע מפעילות מאומצת בשעות החמות. יש לאתר נקודות צל למנוחה. יש לנהל הרטבה מבוקרת במקרה הצורך.
6. בקרה רציפה למניעת בזבז ושמירה על מים.

ג. מרחב פעולה שלישי: ניהול משק מים ושיקום הכח בחניון לילה:

1. בסוף יום הליכה יש לשקם את מאזן המים והמלחים בגוף באמצעות שתיה חמה (מרק ותה).
2. יש לנטר תופעות של חולשה, אפתיות, כאבי ראש, בחילות, הקאות כחשד לפגיעות חום והתייבשות.
3. לישון עם בקבוק מים זמינים לשתיה במשך הלילה.



- יש למנות מבוגר שיפקח על ביצוע הנחיות שימוש במים בחניון.
- יש למקם רכב מנהלה ונקודות מים כך שניקוז המים לא יעבור דרך אזור הלילה.
- מילוי בקבוקים ליום המחרת בלילה בזמן שהייה בחניון ולא בבוקר.

סדר עדיפויות לשימוש נכון במים בטיול ובחניון:

1. שתיה ← 2. בישול ושתיה חמה ← 3. ריענון ← 4. היגיינה ← 5. שטיפת כלי אוכל ← 6. רחצה

חננד נדרוש ונעודד שימוש אחראי במים!