



משרד הפנים

נשארים

בבית

נשארים

בהייס!



חוברת מידע לציבור החרדי

ככר השבת, ערב פסח תש"פ. צילום: שלומי טריכטר

תושבים יקרים,

הימים הבאים עלינו, מורכבים, העולם אינו כמנהגו. המציאות עמה אנו מתמודדים הינה חסרת תקדים, כזו שמעולם לא התמודדנו איתה. ערב חג הפסח, חג החירות, בו אנו נמצאים מגביר את הקושי. ההכנות לפסח שבימי שגרה מביאות איתן תכונה רבה ושלל דינים ומצוות, שהשנה יהיו יותר מורכבות לביצוע וזהו שינוי משמעותי שלא קל להתרגל אליו.

ההכרח לעצור את ההכנות, את מניי התפילות והלימוד בבתי המדרש, הוא קשה ואינו מובן מאליו. נסיבות המגיפה וההתמודדות עם הנגיף הביאו אותנו למציאות שנכפית עלינו בעל כורחנו. כולנו תפילה שבמהרה תסתיים המגפה ונוכל לחזור לשגרה.

חוברת זו שלפניכם המוגשת לקראת חג הפסח מרכזת מידע שחשוב לדעת על נגיף הקורונה, דרכי ההתפשטות שלו וכן את האופן בו יש לעצור ולבלום את המגפה מלבוא בשעריו. מלבד לקרוא את הדברים ולהפנימם, יש ללמדם לאחרים, לשמור ולעשות.

הנגשנו והבאנו את ההנחיות הברורות של משרד הבריאות בנוגע לחובת הבידוד ושמירה על כללי היגיינה ומרחק.

במידע המצורף ישנה גם התייחסות לצורת ההתנהלות הכלכלית המומלצת בימים כאלו, בהם לצערנו הרב, רבים איבדו את פרנסתם.

חשוב להזכיר ולחדד שוב ושוב שאת הפסח הזה כולנו חוגגים רק בבית עם המשפחה. לא עם הדודים, וודאי לא עם סבא וסבתא, עד כמה שזה קשה עד בלתי אפשרי. השנה נקיים את כל מצוות הלילה, תחת הציווי "ונשמרתם מאוד לנפשותיכם". נזכור את המאמצים שאנו מעקיעים בשמירה על המצות בציווי "ושמרתם את המצות" ונלמד לעצמנו קל וחומר להישמר "מאד" לנפשותינו..

ברצוני להודות למועצה אזורית מטה בנימין על שימוש בבסיס החוברת עבור רשויות נוספות.

בברכת חג פסח כשר שמח
מרדכי כהן
מנכ"ל משרד הפנים



קורונה, לא נעים להכיר

מאיפה "נחת" עלינו נגיף הקורונה?

מקורו של נגיף קורונה במדינות המזרח וכעת הוא הגיע לכל הארצות והמדינות. באירופה יש אלפי חולים בכל יום והמגיפה ממשיכה להתפשט כאשר בשדה קוצים ומאיימת על חייהם של עשרות אלפים באופן מיידי.

עד כמה ירוס הקורונה מדבק?

כשאנו חולים בשפעת או בווירוס אחר, הוא מדבק את הסובבים אותנו אם הם נחשפו לרוק שלנו. מה שמייחד את וירוס הקורונה היא ההתרבות המהירה של תאי הווירוס שמכפילים את עצמם במהירות מסחררת. הקורונה מדבקת פי 70!! משפעת ווירוסים אחרים. אדם יכול לעמוד במרחק מחברו, אבל רסיסי הרוק שלו מהנשימה ומהדיבור יגיעו עד לחבר וידביקו אותו. מהסיבה הזו, המדע עדיין לא פיתח חיסון לקורונה. ההתרבות מהירה מאד, וקשה להשיג את תצורת התאים כדי לפתח נגדם חיסון.

מהו "בידוד" והאם חשוב להקפיד עליו?

מדינת ישראל כמו יתר מדינות העולם הפעילו מצב חירום שמטרתו למנוע המשך הידבקות. על פי חוק ותקנות חירום האזרחים נדרשים להיכנס לבידוד או להסגר. אם כל משפחה תהיה בביתה, ההידבקות תיבלם. אם חלילה נמשיך את חיינו כרגיל וניפגש עם חברים ונאפשר לילדינו לפגוש את חבריהם המחלה תלך ותתפשט ל"ע. הבידוד הוא חובה מוחלטת ואסור לשחק עם הכללים. הרבה מאוד אנשים נדבקו וסבלו שבועות רק כי נחשפו לאדם שהיה צריך להיות בבידוד ורק יצא לרגע לרחוב לזרוק את האשפה ולא הבין את משמעות הדבר.

מדוע לא להתפלל במניין ולהפסיק לימוד תורה בקבוצות?

כל כניסה לבית כנסת או בית מדרש עלולה לעלות בדמים רבים. ממש כך! כעקבוצת אנשים נפגשת אינו יודעים מי נושא את הווירוס, וגם ממרחק הוא עלול להדביק אותנו ואת כל מי שנבוא איתו במגע ב-14 הימים הבאים.

נדמין לעצמנו מה קורה כשאדם שנושא את הנגיף (ויש ככל הנראה עשרות אלפים כאלה בינו בארץ) פותח את דלת בית הכנסת, נוגע בסטנדר, מנשק את הסיידור וכיוצא"ב. זהו מתכון להדבקה לכל המתפללים ולכל בני משפחותיהם וכל מי שהם יפגשו במהלך השבועיים הבאים. גם לאחר שהאדם עזב את המקום. הווירוס נשאר על המשטח בו הוא נגע במשך 3 ימים.

החשש הזה קיים לא רק בבתי הכנסת ובתי המדרש, גם התכנסות של עשרה אנשים למניין בשטח פתוח עלולה להיות הרת אסון. מספיק כמה שניות שיחה עם חבר או געיה במשטח (שיכולה להיות המגלשה בגינה או גדר האבנים בחנייה), ושרשרת ההדבקה ממשיכה וממשיכה וקוטלת נפשות נקיים. סכנה כפולה בקריאת התורה כאשר בעצי החיים נוגעים כמה אנשים בזה אחר זה. זכרו! התורה מצווה אותנו "וחי בהם" ולא שימות בהם. לא מתפללים במניין זה צו השעה! כך הורנו רבותינו וכך מצווה אותנו תורתנו הקדושה. לכן הורו גדולי ישראל להישמע להנחיות ולא לקיים התכנסויות ואפילו לא לבתי הכנסת ובתי המדרש, גם לא עבור תפילות וגם לא בשטח פתוח, שכן זהו פיקוח נפש של הרבים.

לא יוצאים מהבית

המוטו שאנחנו צריכים לשנן כל הזמן הוא: לא יוצאים מהבית. אם אתם בקבוצת סיכון בגלל גיל או מחלות רקע, האיסור הוא כפול ומכופל, זה עלול לעלות בחיים שלכם. אם אתם לא בקבוצת סיכון, זה עלול לפגוע גם בכם ומהנתונים שנאספו אפשר לראות שיש מקרים בהם גם צעירים פתחו תסמינים קשים, אבל מעבר לזה אתם לא רוצים להרוג אף אחד. אז אל תצאו מהבית. יש ארגונים שמסייעים למי שצריך בקניות ובאספקת מוצרים ותרופות הביתה, אלו שפחות בסיכון ומרשים לעצמם לצאת לקניות הכרחיות, תזכרו טוב את כל ההנחיות: לצאת רק עם מסכה וכפפות, לא לנגוע בפנים, לחטאות היטב את הידיים במים עם סבון או באמצעים אחרים כשחוזרים הביתה ולשמור מרחק מיעמלי של 2 מטר מכל אדם אחר ברחוב ובסופר. השמירה על ההנחיות היא קריטית לעצירת הנגיף מלהתפשט. מעבר לכך לא יוצאים מהבית לשום דבר.

כמה שנעשה את זה מוקדם יותר והדוק יותר השחרור וההאטה יגיעו מהר יותר. בידו הדבר.

שומרים על ההורים. דואגים לילדים. נשארים בבית!

יציאה למלוניות

מאחר וקשה להתבודד בתוך בית עם ילדים, הוקצו מלונות ייחודיים למגזר החרדי הפועלים בימים אלו וערוכים גם לספק את כל תצרוכת החג בכשרות והקפדה על כל צרכי היהודי החרדי בחג המצות. גדולי ישראל מורים מפורשות שחובה על אלו שבהוראת הרשויות זקוקים לבידוד, שלא לומר נשאי קורונה מאומתים, להתפנות לאותם מלונות ובכך להפריד בין החולים לבין הבריאים, כדי למנוע משחית ומגפה מעלינו. מי שאינו מתפנה עובר חלילה על ציווי התורה והוראת גדולי ישראל ומסכן עצמו ונפש בני ביתו.

כמו כן, אלו שחשים תסמינים של המחלה, חובה עליהם לצאת ולהיבדק במתחמי היבדק וסע או במוקדי קופות החולים בפרט בעיר בני ברק. ישנם טענות של אנשים שהם חוששים לשהות בחג הפסח מחוץ לבית, מעבר לכך שאין כל מקום לחשש והמלונות הותאמו לשהות של יהודי חרדי בפיקוח הרבנים וגופים חרדיים, הרי שהנהוג כך מכניס את עצמו לגדר מזיק ועלול להביא לסכנת נפשות של ממש בסביבתו הקרובה.

משיחות עם אנשים שעשו את הימים האחרונים בבתי המלון הייעודיים, הם מספרים על חוויה אישית ותחושה טובה ומעידים שלא חסר להם כלום במהלך כל זמן השהות בגשמיות וברוחניות. אסור להתחכם כי בדיני נפשות עסקינן.

מה יהיה עם ליל הסדר?

השנה לא נוכל לחגוג את ליל הסדר כבכל שנה בחיק המשפחה המורחבת. נצטרך לחגוג את הסדר "נר איש וביתו". אם חלילה נתפתה להיפגש עם המשפחה ולהסב לשולחן אחד, אנו מקילים בדיני נפשות, ועלולים להגיע למצב בו נדביק את עצמנו ואת אחרים ולסכן חיים בפועל ממש.

כבר כעת ידוע על מקרים רבים של אנשים מבוגרים שנדבקו מילדיהם שהקדימו לבוא לחג הפסח מחשש שלא יתאפשר להם אחר כך. הסכנה היא גדולה ותלויים בה חיי אדם. את ליל הסדר השנה נחגוג במתכונת בה חגגו היהודים במצרים: "אל יצא איש מפתח ביתו". כי כאשר ניתנת הרשות למלאך המוות אינו מבחין בין צדיק לרשע.

משפחת הקורונה

נגיפי הקורונה שייכים למשפחה גדולה של מעל 1,000 זני נגיפים. מחלות ממשפחה זו הופיעו בעשרים השנים האחרונות והן גורמות למגוון תסמינים, החל ממחלה דמויית הצטננות קלה (לעיתים בקושי מורגשת), ועד לדלקת ריאות חמורה ויכולה לגרום למוות. המחלה התפרצה בסין ומשם נפוצה לרחבי העולם. בחודשים שחלפו מאז ההתפרצות, התפשטה המחלה וממשיכה להתפשט, והיא מדבקת מאד מאד לאדם.

מהם תסמיני הקורונה?

התסמינים הם חום ובעיות במערכת הנשימה העליונה (שיעול, קוצר נשימה). לתסמינים האלה עלולים להתלוות כאבי שרירים. במקרים חמורים עלולה להתפתח דלקת ריאות ואיספיקה נשימתית. כמו כן, ניכרת גם תופעה של אובדן טעם וריח.

אם נחשפנו לחולה האם בטוח שנחלה? ממש לא. לא כל מי שנחשף לחולה קורונה אכן יידבק ויחלה, אך כדי להפחית ככל הניתן את האפשרות להדבקה ניתנה ההנחיה שעל כל מי שנחשף לחולה קורונה להיכנס מיד לבידוד של שבועיים.

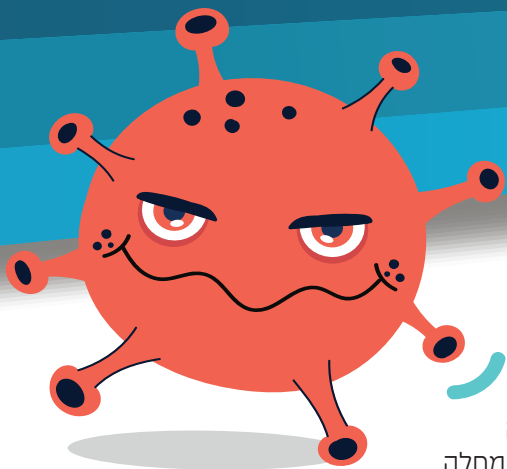
בזמן בו נמצאים בבית יש לבדוק ולעקוב כל העת האם התסמינים צצים. אצל 50% מאלו שנדבקו בנגיף והם תסמיניים (סימפטומטיים) יופיעו התסמינים בתוך 4 ימים (הטווח: 2 עד 7 ימים). כמעט כל האחרים (מבין מי שנדבקו בנגיף והם תסמיניים) יחלו בתוך 14 יום מההדבקה (זה הבסיס להמלצה לבידוד של שבועיים). התקבלו דיווחים מעטים מאוד על נדבקים שפיתחו תסמינים לאחר זמן רב יותר (עד 21 יום).

במקרה שאחד או יותר מהתסמינים הללו מופיע, אסור להגיע למרפאה או לחדר המיון (מחשש להדבקה השווהים שם). מה שיש לעשות הוא להתקשר מיידית למוקד מד"א 101. לאחר העדכון יגיע הביתה צוות ממגן של מד"א שיבצע בדיקת קורונה. לאחר יום בדרך כלל תגיע התשובה שתלמד האם מדובר בחולה קורונה או לא (תשובה חיובית או שלילית).

מדוע העולם ממדאג מקורונה?

מכיוון שמדובר בוירוס חדש ומחלה חדשה, יש מעט מאוד מידע בנושא. עדיין חסר לנו מידע על דרכי ההעברה של הנגיף, האם הוא

המידע אודות הקורונה לקוח מאתר כללית



תלוי בעונה, מהם שיעורי הסיכונים והתמחותה ומהן הדרכים הטובות ביותר להתגונן. לפי הנתונים שיש לנו כרגע, שיעורי התמחותה ממחלת הקורונה גבוהים יחסית למחלות נשימתיות אחרות. הנגיף, ככל הנראה מידבק גם לפני הופעת התסמינים, מה שמקשה עלינו לבלום את התפשטותו.

החשש היותר גדול שמייחד את הקורונה היא שההדבקה נעשית בדרך כלל באמצעות חולים סימפטומטיים (חולים שיש להם סימפטומים של המחלה), אך יש ראיות להדבקה גם מחולים אסימפטומטיים. כלומר, חולים שנדבקו בנגיף, אך הם לא פיתחו את תסמיני המחלה. הם כלל לא חשים שהם חולים, אין להם חום או כל תסמין אחר, אך הם נשאים של המחלה ומפיצים אותה הלאה. לכן כל אחד מעמנו הוא 'בחזקת חולה קורונה' ועליו לנהוג בהתאם לכללים האמורים וכך נמנע בכל דרך מהפצת הנגיף.

איך מחלימים מהנגיף?

כיום אין לנגיף תרופה, ולכן ההחלמה מבוססת על פעילות מערכת החיסון הטבעית. עם זאת, קיימים טיפולים תומכים המפחיתים את הסיכון שבסיבוכי המחלה. החלמה מהמופץ הקל של המחלה אורכת כשבועיים, אך אם המחלה מסתבכת עלולה ההחלמה להימשך שלושה עד שישה שבועות. כאמור, אנשים מבוגרים ואנשים עם מחלות רקע ובעיות נשימתיות מתקשים יותר להתמודד עם הנגיף.

איך אפשר להתגונן מהמחלה?

כרגע האחריות העיקרית למניעת התפשטות המחלה מוטלת על החולים. אנשים שבאו במגע עם חולים במחלת הקורונה, או שיש חשד שבאו במגע איתם, חייבים להתייחס לכל שיעול או צינן כאפשרות של מחלת הקורונה גם אם התסמינים קלים מאוד. עליהם להקפיד על רחצת ידיים, היגיינה ועל אמצעי בטיחות אחרים כדי לא להדביק אחרים, חשוב שלא יגיעו לעבודה ולא ישהו במקומות הומי אדם. חולי קורונה, או אנשים שיש חשש שהם חולי קורונה, מתבקשים ללבוש מסכות כדי לא להדביק אחרים.

אמצעי זהירות מיוחדים נדרשים בקרבת האוכלוסייה אשר נחשבת כפגיעה ביותר, על פי המידע שבידינו - אנשים מבוגרים מעל גיל 60 ואנשים עם מחלות רקע.

מספרים חשובים שכדאי לשמור:

משרד הבריאות וקופ"ח:

לאומית
*507

מאוחדת
*3833

מכבי
*3555

כללית
*2700

קול הבריאות
*5400
בשעות 08:00 - 23:00

טלפונים חשובים נוספים:

איחוד
הצלה
UNITED HATZALAH



איחוד הצלה
מוקד רפואי/ הומניטרי
1221

מד"א
101

משטרה
100

מוקד מוניציפלי
106

פיקוד העורף
104

מכבי אש
102



שומרים על ההורים. דואגים לילדים. נשארים בבית!

מועצת חכמי התורה

חודש ניסן תש"פ

עם ה' חזקו ונתחזקה

אל ציבור היראים בני התורה, ה' עליהם יחיו. עומדים אנו בימים אלו בשעה קשה לעולם כולו, ובפרט לעולם התורה שנעל את שעריה והיכלי התורה והתפילה נסגרו על מנעול ובריה, ובתי הכנסת ובתי המדרש שוממים וריקים מחמת הנגיף המציק המאיים על שלומם ובריאותם של יושבי העולם כולו.

בחדרים לדבר ה' אמונים אנו על מצוות התורה ושמירת גדרי הבריאות, כנאמר "ונשמרתם מאוד לנפשותיכם", וכמה נפשות נלקחו בעוה"ר בזמן האחרון במגפה הנוראה הזו, ושומה עלינו לחזק יותר את שמירת הכללים וההגבלות של אנשי הרפואה.

ודעתנו כבר נאמרה ונתפרסמה ברבים, לפיה יש לציית להוראות, שלא לצאת מהבית כי אם לצורך גדול ושלא לקיים תפילות ברבים, כיוון שזו סכנה גדולה שיכולים לחלות אחד מרעהו, ועל זה אמרו חז"ל "אחד המרבה ואחד הממעיט ובלבד שיכוון ליבו לשמים".

ועל של עתה באנו - עם התקרב ליל הסדר, בו אנו מצווים על "והגדת לבנך", ואע"פ שהורגלנו מהעבר לקיים לילה גדול זה בחיק המשפחה המורחבת, אמנם עתה עם דבר הסכנה הכרוכה בכך, מורים אנו ומצווים את דעתנו דעת תורה, שלא לקיים סדרים המוניים וכל אחד יערוך ליל סדר בביתו עם משפחתו המצומצמת, ולא יתארחו איש אצל אחיו ובן אצל אביו. כמובן הדבר, כי אם בעזר ה' תהיה ישועה כבר בימים הקרובים, אולי ישונה הדבר ונוכל לחזור ולהתנהג כבימים ימימה.

ובימים אלו של גאולה, נזעק ונבכה לא-ל חי שימהר ויחוש לגאלינו וירפא לכל חולי עמו ישראל. ובזכות שמירת הבריאות נזכה כולנו לחיים טובים ארוכים, ויקויים בנו הכתוב "כל המחלה אשר שמתני במצרים לא אשים עליך", וכימי צאתך מארץ מצרים אראנו נפלאות במהרה בימינו אמן.

שלום כהן

דוד יוסף

ראובן אלבז

משה מאיה

שמעון בעדני

נשארים בבית

נשארים בחיים!

מותר

לצאת לרכישת
מזון ותרופות

לצאת לצורך שירות רפואי
או משפטי

עד 2 נוסעים בנסיעה ברכב, למעט בני
משפחה המתגוררים תחת קורת גג אחת

תפילה, חתונה, ברית ולוויה
עד 10 איש בלבד
במרחק 2 מטר בין אדם לאדם,
במקום פתוח!

יציאה משפחתית קצרה וקרובה
(עד 100 מטר)

אסור

להתקרב פחות מ-2 מטרים
בין אדם לאדם

לבקר משפחות וחברים
אפילו סבא וסבתא

לנסוע בתחבורה ציבורית
אם לא חייבים

לקיים לימודים
במוסדות חינוך

לצאת לאירועים, למסעדות,
לפארקים ולגני שעשועים

לצאת למרכזי קניות ופנאי



עקבו בכלי התקשורת
אחרי המידע המתעדכן



הקפידו
על היגיינה אישית



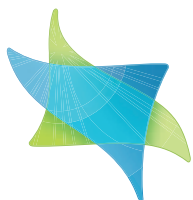
הימנעו
מלחיצת ידיים



הקפידו על רחיצת ידיים
בסבון ובמים



משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר



קו מידע לעדכונים (גם באידיש): 03-509-7000

לשאלות התקשרו למוקדי קופות החולים

כללית: 2700* | מכבי: 3555* | מאוחדת: 3833*

לאומית: 507* | ולמוקד קול הבריאות: 5400*

אם חשים אחד מתסמיני המחלה - יש להתקשר למוקד מד"א 101 לצורך בירור רפואי

ונשמרתם מאד לנפשותיכם!



כמה רגעים מזמנכם והפעם אתם – לא ילדיכם ולא ההורות שלכם – הנשים והגברים שאתם. אתם, שבימים האחרונים ניצבים ברעד מתחת לתפקיד ההורי, לא במיטבכם באופן אישי ואיכשהו נושאים בנטל ההורי הכבד מתמיד, מה שלומכם? כולנו עונים ברוך השם. ובוודאי הכל מאתו יתברך. אבל יכול להיות שיש כמה דברים שמפריעים לכם? האם אתם מופתעים מהמציאות ההירדונית, שכאילו לקוחה מדפים בספרי ההיסטוריה, שטופחת על פנינו? האם אתם חווים חשש למול חוסר הוודאות? האם אתם מצטערים על העגרה המבורכת שהשתבשה? האם החרדה הבריאותית מציפה? או שאצלכם זו בעיקר החרדה התעסוקתית והכלכלית? האם הבדידות בתנאי הסגר מכרסמת? האם הדחיסות המשפחתית מאתגרת?

האם אתם מתבוננים בילדיכם וליבכם נחמץ, מבינים שעליכם לשדר ביטחון, אופטימיות, להיות סבליים, יוזמתיים, מלאי תושייה, לעטוף עצמכם במעטה הורי ולחסוך מהם חשיפה למצבכם האישי – מבינים, אך לגמרי לא בטוחים שמסוגלים? האם עולות בכם שאלות כמו מה הקב"ה מצפה ממני? ואולי אפילו מתביישים לשאול שאלות כאלו? איפה האמונה והביטחון שלי בהקב"ה?

אוקי, אז קודם כל ברוכים הבאים, התקבלתם ל"מועדון ההורים במשבר (הקורונה)".

כמה מילים על הפסיכולוגיה של ההורה בשגרה ובחרום:

באופן טבעי, אך לא ממש מודע, הורים מחזיקים מתח פנימי מתמשך בין היותם בני אדם בעלי רגשות וצרכים אנושיים לבין היותם בתפקיד הורי – תפקיד אחראי, שלא תמיד מתחשב באדם הנושא אותו על כתפיו ובלביו. במצבי חיים קשים, המתח הפנימי הזה מגיע לשיאו והאדם לא תמיד בטוח שהוא מסוגל לשאת בנטל. באופן טבעי האדם המעורער מתקשה לתפקד כהורה, והכשל ההורי מעורר אשמה ומערער עוד יותר את האדם. תהליך חוזר שלילי, קשה, כואב ומתסכל.

והנה החידוש: ניתן לשנות כיוון ולהניע תהליך חיובי. איך? **בעזרת משמעות**. נכון, נדרש מאתנו שינוי חשיבה: החיים בעידן השפיע עטפו אותנו בהנאות זמינות ואולי חלקנו חשבנו שעם מקור האושר. טעות. מחקרים מלמדים שהמקור העמוק ביותר לחיות ולסיפוק נובע ממשמעות. **בהורות יש פוטנציאל למשמעות אדירה**. נכון, זה קשה, בעיקר בהתחלה, אך אם לא נכנעים למחשבה: "אני לא מסוגל" או "איך אפשר לדרוש את זה ממני במצבי?" – מגלים ש"זה" נותן כוחות ומסתבר ש"יועוד איך אני מסוגל". כל שיש לעשות זה להשקיע בהורות כדי לחזק את האדם שאת/ה, ולהשקיע בעצמך כאדם כדי לחזק את ההורות.

נכתב ע"י צוות השירות הפסיכולוגי חינוכי מטה בנימין.

כמה טיפים:

1.

- דיבור עצמי** זה יופי של כלי. מומלץ לשקול את המשפטים הבאים:
- "העשייה ההורית גובה ממני כוחות בהתחלה אך בעז"ה היא תחזק אותי בהמשך". **סיפוק.**
 - "הקב"ה נתן לי ילדים שמתבוננים בי, יש לי הזדמנות לתת להם שיעור לחיים בהתמודדות עם משברים". **מתנה.**
 - "זה בסדר להרגיש רע בפנים ולשדר שמחה בחוץ, לא השתגעתי, זו לא הצגה ואל דאגה אני לא אקרוס, ואפילו יש סיכוי שהשמחה תחלחל פנימה. כמ"ש בספר החינוך: האדם נפעל לפי מעשיו". **בריאות.**
 - "עם ילדים תמיד עובדים פיזית ורגשית קשה, יותר קל כשנגשים באופן פרואקטיבי ויוזם (לפני המריבות והבכי) מאשר באופן ריאקטיבי וגרר (כשהמריבות והבכי בעיצומם)". **פרקטיקה.**
 - "אני הולכת/ת לנצל את המצב הלא נעים שנכפה עלי - כהזדמנות מהקב"ה להשקעה בילדיי. נצא מהמשבר מחוזקי קשר וגדולים". **עוצמה.**

2.

- השקעה במשמעות אישית:** מומלץ לפנות בתוך הדחיסות המשפחתית בבית, זמנים (כולל ליליים) למשמעות אישית, כלומר, לעשות דברים שמזמן רציתי לעשות ולא הספקתי, כגון:
- לימוד מסכת שלא הספקנו בשגרה
 - כתיבה.
 - אמירת תהילים
 - כושר מותאם מצב.
 - עיצוב אלבומי תמונות.
 - בישול/אפייה מאתגרת ושאר מיומנויות.
 - סידור מסמכים ומגירות.

3.

- להגדיר מראש ולפנות באסרטיביות זמנים מתאימים **להפוגה אישית:**
- מרפסת זוגית או אישית - עם קפה ומאפה!
 - הקשבה לשיעור טוב או מוזיקה
 - ספר מענג.
 - אוכל מפנק.

4.

- לחזק זה מחזק:** דאגה ליקרים לכם במעגלים רחבים יותר: משפחה רחבה, חברים במשבר - וחיזוקם.

5.

- שיתוף והיתמכות** - לשפוך, לבכות, לקטר, לפחד! - לא לאוזני הילדים.
- עם בן/בת הזוג אם פנוי (לא להתאכזב אם הוא עם יכולת הכלה לכל העולם חוץ מאליר, שמשקפת דאגות קרובות מדי).
 - אחות או חברה טובה.
 - קולגות.
 - השירות הפסיכולוגי חינוכי.

הורים אנושיים ויקרים, חיבוק גדול ומחזק! אתכם ושלכם תמיד ובעיקר בתקופה מאתגרת זו,

שומרים על ההורים. דואגים לילדים. נשארים בבית!

בידוד ביתי עושים... בבית!

מי שלפי ההנחיות חייב בבידוד ביתי - אסור לו להגיע למרפאה או לחדר מיון בכל התקופה שבה עליו להיות בבידוד.

מי חייב בבידוד בית?

אם הייתם במגע הדוק עם חולה מאומת בקורונה יש להיכנס מיד לבידוד בית לתקופה של 14 ימים, על פי ההנחיות, ולדווח על כך למשרד הבריאות במוקד הטלפוני *5400. אי דיווח יגרור קנס של 3,000 שקל ועוד 600 שקל על כל יום ללא דיווח. כך מגדיר משרד הבריאות את המושג "מגע הדוק":

- שהייה במרחק של עד שני מטרים במשך 15 דקות לפחות עם חולה קורונה מאומת.
 - עבודה בצמוד עם חולה קורונה מאומת או שהייה באותה הכיתה עם חולה קורונה מאומת.
 - נסיעה יחד עם חולה קורונה בכל אמצעי תחבורה.
 - חיים במחיצת חולה קורונה מאומת (בני ביתו של החולה שגרים יחד עימו).
- אם בתוך 14 ימים מהמגע עם החולה המאומת אתם סובלים מאחד התסמינים הבאים - חום, שיעול או קושי בנשימה - עליכם להתקשר מיד למוקד 101 של מד"א. במקרים כאלה **אל** תגיעו למרפאה של קופת חולים או לחדר מיון. במידת הצורך ייקחו מכם דגימות לבדיקות מעבדה ולהמשך טיפול על פי החלטת רופא. אם תאובחנו כחולים בקורונה, תטופלו במסגרת אשפוז.

שאלות ותשובות חשובות:

האם בעת בידוד בית אני יכול לצאת לגינה הציבורית לדקות ספורות, הרחק מאנשים?

לא. בעת בידוד בית יש להישאר בו עד שמסתיימת תקופת הבידוד.

אני יכול לקבל מבקרים?

לא. אסור להכניס מבקרים הביתה.

ואם אני חולה, מותר לי ללכת למרפאה או לחדר מיון?

אם הופיעו חום או תסמינים נשימתיים אין ללכת למרפאה או לחדר מיון, אלא ליצור קשר עם מוקד 101 של מד"א.

איפה לשהות בבית בעת הבידוד?

יש לשהות בחדר נפרד, מאוורר היטב, שהדלת שלו סגורה. יציאה מהחדר תהיה רק לצורך פעולות הכרחיות ולזמן קצר ככל הניתן, תוך כדי כיסוי הפה והאף במסכת אף-פה או בבד. יש לבדוק שאזורי הבית המשותפים כמו המטבח והשירותים מאווררים היטב.

האם יש עונש למי שמפר בידוד בית?

כן. שתי ההפרות הראשונות - קנס של 5,000 שקלים בכל פעם. הפרה שלישית - עבירה בנסיבות מחמירות.

לפי משרד הבריאות, הפרה של צו בידוד בית עלולה לגרור עונש של עד 7 שנות מאסר אם היא נעשתה במזיד ועד 3 שנות מאסר אם היא נעשתה בהתרשלות.

משטרת ישראל מבקרת מבקרת בבתיים של מבודדי בית על מנת לוודא שהן הפרה של צווי הבידוד.

מה בנוגע לשאר בני הבית שאינם צריכים להיות בבידוד?

אם תנאי הבידוד נשמרים, בני הבית של מי שנמצא בבידוד יכולים להמשיך בשגרת חייהם ללא כל מגבלה.

14 הנחיות ל-14 ימי בידוד

1. אסור לצאת מהבית
 2. שהו בחדר נפרד ומאוורר היטב
 3. רחצו ידיים בסבון ומים
 4. אם ניתן השתמשו בשירותים נפרדים
 5. השתמשו בטישו בכל התעטשות
 6. צמצמו את מספר השוהים בבית
 7. אין להכניס מבקרים לבית
 8. אווררו את כל חללי הבית
 9. שמים מסכה ומגנים על הסביבה
 10. השליכו אשפה לשקיות נפרדות וסגרו אותה
 11. אחסנו וכבסו את הכביסה בנפרד
 12. הימנעו משימוש משותף בחפצים
 13. חטאו ונקו משטחים בכל יום
 14. אם חשים ברע, חייגו למוקד מד"א
- מידע נוסף:
מוקד מד"א 101
מוקד קול הבריאות *5400

איך נכון לשטוף ידיים?

ריחצו ידיים כשמתלכלכות! במקרים אחרים, ניתן להשתמש בנוזל חיטוי

זמן מומלץ: 40-60 שניות



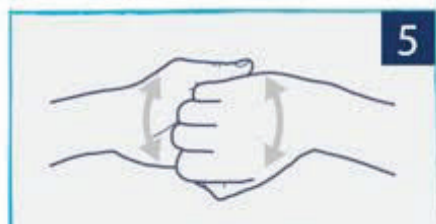
שפשפו את הידיים כף אל כף



השתמשו בכמות נדיבה של סבון



הרטיבו ידיים במים



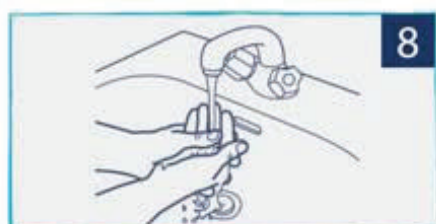
גב האצבעות על תוך כף היד



כף אל כף בשילוב אצבעות



כף יד אל גב כף יד בשילוב אצבעות



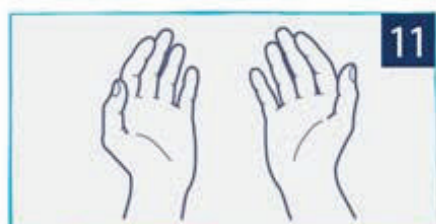
שיטפו את הידיים במים



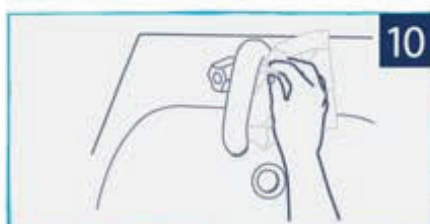
לשפשף את הציפורניים בתנועה סיבובית אל תוך כף היד



לשפשף את האגודלים בתנועה סיבובית



הידיים נקיות ובטוחות



השתמשו במגבת לסגירת הברז



ייבשו במגבת נקייה או בנייר ניגוב

רחיצת ידיים
מצילה חיים

מוקד קול הבריאות
ובמוקדי קופות החולים
אתר: bit.ly/MOH-Corona

משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר

חבי כמעט רגע עד יעבור זעם

רבן של כל בני הגולה מרן שר התורה הגר"ח קנייבסקי שליט"א בפסק הלכה בדבר חובת השעה בימים קשים אלו

1. אדם שלפי הוראות משרד הבריאות חייב להיכנס לבידוד והוא עצמו חש בטוב ואינו חש שום כאב או חולי, האם יכול לצאת מביתו רק לתפילה במנין או לימוד, אף ששומר מרחק מאנשים אחרים?

לשמוע לרופאים

2. אדם שטוען שהוא בטוח בה' שלא יחלה, ועל כן מזלזל בהנחיות הרפואה, האם אפשר להגדירו כ"רודף" כי עלול להביא אנשים אחרים לידי סכנה?

כרודף

ואם ח"ו גרם למישהו למות, האם נחשב מזיד או שוגג?

קרוב למזיד

3. אם יודע על אדם שחייב להיות בבידוד שיצא החוצה ומסכן אנשים, מותר לגעור בו בקול ובחריפות, אף שאולי יתבזה מכך?

מותר

4. והאם מותר למסוד את שמו לרשויות החזקה? וכן האם מותר למסוד מידע על בתי כנסת ומוסדות שלא נשמעים להוראות הרפואה, גם אם יביא לקנס כספי גבוה או אפילו מאסר?

מותר

5. האם יש להשאיר טכפון פתוח בשבת במקוה שהרופאים יצטרכו להשיגו ויוכל לענות בשל חשש פיקוח נפש?

מותר

6. מה הציבור יכול לקבל על עצמו כדי לעצור את המגיפה הנוראה שכבר מתו בה רבים כל כך?

להתפלל



תושבים יקרים,

בדפים אלו תמצאו מידע מרוכז בנוגע לשלוש סוגיות מרכזיות:

1. **דמי אבטלה** - מה? איך? איפה?
 2. **התנהלות כלכלית** - איך נכון להתנהל בתקופה זו.
 3. **דחיית תשלומי משכנתא** - האם כדאי? ואם כן איך עושים זאת.
- השתדלנו לתת מידע מפורט ככל הניתן.
אנו כאן בשבילכם

1. דמי אבטלה

פוטרם? יצאתם לחל"ת? להלן ההנחיות לקבלת דמי אבטלה

עובד שכיר יכול להיות זכאי לדמי אבטלה אם הוא הוצא לחופשה ללא תשלום (חל"ת) שלא מרצונו **למשך 30 יום ומעלה**, או אם עבודתו הופסקה שלא מרצונו בעקבות הקורונה (פיטורים, הפסקת משמרות). רק עובד שעבד שישנה חודשים מתוך השנה וחצי האחרונות (גם אם חודשים אלו אינם ברצף, וגם אם עבד רק יום אחד בחודש כזה) זכאי לדמי אבטלה. עובד שנמשרתו צומצמה או שנמצא בבידוד לשבועיים - לא זכאי לדמי אבטלה.

שימו לב, לעובד שיצא לחל"ת ישולמו דמי אבטלה החל מתחילת החל"ת.

סדר הפעולות הנדרש לקבלת דמי אבטלה

צעד ראשון: אישור יציאה לחל"ת מהמעסיק

יש להצטייד במכתב מהמעסיק על אישור יציאה לחל"ת. המעסיק צריך לציין ביוזמת מי היציאה לחל"ת, את תאריך היציאה לחל"ת ואת תקופת החל"ת הצפויה. אם סיום התקופה לא ידוע, יש לרשום שתאריך סיום החל"ת אינו ידוע.

צעד שני: רישום בשירות התעסוקה

כדי לקבל דמי אבטלה עליך להירשם בשירות התעסוקה מיד עם הפסקת העבודה. מי שנרשם בשירות התעסוקה עד 31.3.2020, ייחשב כאילו הוא נרשם ב- 15.3.2020. לאחר ההרשמה, יש לעקוב אחר הנחיות שירות התעסוקה בנוגע להתייצבות פיזית במרכזי שירות התעסוקה.

צעד שלישי: הגשת תביעה לדמי אבטלה לביטוח לאומי

כדי לקצר את משך זמן הטיפול בתביעה, ביטוח לאומי מבקשים להגיש תביעה באופן מקוון. אם אי אפשר מלאו את התביעה באופן ידני. מצורפת לכאן בנספחים.

מסמכים שיש לצרף לתביעה:

המעסיק שלך צריך לשדר לנו ממערכת השכר שלו **טופס 100** - ריכוז של תלושי השכר שלך. נא ודא עם מעסיקך שביצע זאת.

אם המעסיק לא עיבד טופס 100 ואין אפשרות שהטופס ישודר על ידו, עליך לצרף **אישור המעסיק על תקופת העסקה ושכר (בל/1514)**. טופס זה מצורף גם בנספחים. **או** (במקום טופס 1514) **מכתב על הפסקת עבודה מהמעסיק** - המציין את סיבת הפסקת העבודה (כגון פיטורין, התפטרות, יציאה לחל"ת, פנסיה וכד') ותאריך ההפסקה, החתום בחתימה וחותמת המעסיק, **ותלושי שכר** של 12 חודשי עבודה מתוך 18 החודשים האחרונים שקדמו לרישום בשירות התעסוקה - כולל 6 חודשי עבודה אחרונים. חובה לצרף תלוש שכר של חודש העבודה האחרון.

שומרים על ההורים. דואגים לילדים. נשארים בבית!

2. התנהלות כלכלית

אז איך מתכננים נכון?

תפקיד הטבלה זה להחליט כמה אנו רוצים להוציא על כל סעיף ולבנות תקציב משפחתי מאוזן לתקופה הקרובה (ומומלץ לתמיד ☺)

לכן מתחילים מלכתוב בתחתית הטבלה את ההכנסות של המשפחה (כל ההכנסות, ממשכורת, שכר דירה, קצבת ילדים, קצבאות ביטוח לאומי, תווים שקיבלנו לחג, עזרה מקרנות צדקה ועוד).

לאחר מכן ממלאים את ההוצאות וחייבים להגיע לכך שיש איזון. כדי להגיע לאיזון תצטרכו להתייעל מאוד.

שימו לב שכנראה תהיה ירידה בהוצאות ביחס לחודשים קודמים בסעיפים של ביגוד ואף דלק ומנגד תהיה עליה בהוצאות של מזון וחשמל.

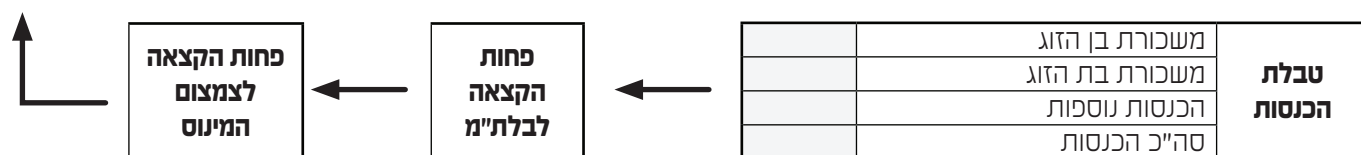
אפשר גם לאזן באמצעות עצירת הלוואות ומשכנתאות (מומלץ בתור מוצא אחרון כי יש לכך השלכות). העיקרון המנחה הוא לחיות ממה שיש כרגע. זה קשה ומרכב אבל גם התקופה הזו תסתיים בעזרת ה'.

התנהלות כלכלית בזמן משבר - איך לעבור את התקופה הנוכחית

1.	מיפוי הכנסות והוצאות- תחילה חשוב להבין מה היה המצב הכלכלי שלנו לפני: מיפוי הכנסות והוצאות המשבר וכיצד הוא צפוי להשתנות. כתבו באופן מסודר את ההכנסות וההוצאות שלכם ובנו תקציב חודשי מותאם למצב הנוכחי: את הנתונים ניתן למצוא בעו"ש של חשבון הבנק ובפירוט כרטיסי האשראי. - ניתן להיעזר במחשבוני הביטוח הלאומי לחישוב ההכנסות הצפויות.
2.	לתעדף את ההוצאות- במצבי משבר מומלץ להדק חגורות ולהימנע מרכישות חדשות
3.	גם כאשר המשק עובר למצב של שעת חירום על פי כל התחזיות יש מספיק מלאי מזון, ועל כן אין טעם לרכוש מוצרים ולאגור אותם לתקופה ארוכה
4.	מומלץ לצמצם ביציאה מהבית ולכן כדאי להתנהל ברכישות דו שבועיות במידת האפשר.
5.	לפני היציאה לקניות מומלץ להכין רשימה מסודרת וזאת בשביל לא להיגרר להוצאות מיותרות.
6.	הילדים בבית, וזה דורש מרובנו התנהלות אחרת, הכינו יחד עם הילדים תפריט שבועי ותערכו קניות בהתאם, גם תרוויח פעילות יצירה עם הילדים ותמנעו מבזבז מצרכים.
7.	חברות האשראי יוצאות עכשיו בהרבה פרסומים להלוואות. אלו הלוואות מסוכנות!! עם ריבית גבוהה שאולי נותנת תחושת הקלה לטווח הקצר אך בטווח הארוך הן יפגעו בכם מאוד.
8.	חורגים מהמסגרות בבנק? אל תמהרו לקחת הלוואה!! העדיפו אפשרות הגדלת מסגרת, עם זאת יש לעשות מהירותנות.
9.	יש לכם קושי בהחזר הלוואות? בדקו, האם נכון לכם לפרוס את החוב הנוכחי, כדי להקטין את ההחזר החודשי בתקופה הזאת, ולבקש הקפאה זמנית של תשלומים וגרייס) עקב המצב, בחלק מהבנקים יש אפשרות שווה בדיקה
10.	שכירים? נבדקו מול המעסיק את האפשרות לעבודה מהבית, בדקו את זכויותכם במקרים של חל"ת, פיטורין וכד'.
11.	עצמאים? הכינו תשתית לעבודה מהבית, אם זה אפשרי. נצלו את הזמן לתכנן האסטרטגיה העסקית שלכם לאחר עידן הקורונה, ניתן גם לשקול את הקטנת המקדמות לרשויות חלק מהרשויות מאפשרות הקלות בתשלומים ממך זה, שווה בדיקה! ואולי לחפש עבודה זמנית, כשכירים לא להיכנס לגרעון.
12.	זה הזמן לבחון מחדש את סעיפי ההוצאות שלכם, לתעדף מחדש ולהתאים את עצמכם למציאות הנוכחית. וותרו על הוצאות שאינן הכרחיות כרגע.
13.	שתפו את הילדים במצב, למדו אותם סדרי עדיפויות הרגלי חסכון ודחיית סיפוקים, כל זאת לפי שיקול דעתכם, תוך התייחסות למצב הרגיש ולגיל הילד.

תכנון התקציב

טבלת הוצאות	ממוצע הוצאות חודשי בעבר	התייעלות	ממוצע הוצאות חודשי בעתיד
מזון ומכולת			
ביגוד והנעלה			
חשמל			
גז			
ארנונה ומים			
ביטוח בריאות משלים			
ביטוח בריאות פרטי			
ביטוח חיים			
ביטוח דירה			
מטפלת/שמרטף/מעון/גן			
ביה"ס תלמוד תורה וחומרי לימוד			
חוגים			
דמי כיס			
טלפון קווי			
טלפון סלולרי			
תקשורות			
שכ"ד/משכנתא			
וועד בית			
עוזרת			
אחזקת בית ותיקונים			
תחבורה ציבורית			
דלק			
אחזקת רכב ותיקונים			
ביטוח (חובה ומקיף)			
טסט			
קופת גמל			
תוכניות חיסכון			
הלוואות			
עמלות וריבית			
מספרה			
עיתונים			
נסיעות לחו"ל וחופשות			
מסעדות			
שמרטף			
מתנות (משפחה, אירועים)			
תמיכה בבני משפחה			
הוצאות ריפוי			
סיגריות / תרומות			
מזומן ללא מעקב			



www.amichai-marx.co.il marx@amichai-marx.co.il 054-2372417

שומרים על ההורים. דואגים לילדים. נשארים בבית!

3. דחיית תשלומי משכנתא

בין השינויים הרבים שהקורונה גרמה בשגרת היומיום, ניתן למצוא את חוסר הוודאות הכלכלית ואי הידיעה מה יהיו ההכנסות בחודשים הקרובים. לעומת זאת וודאות החזר תשלומי המשכנתא נשארה ללא שינוי וכאן נחלצו הבנקים לעזרה והודיעו שיתנו אפשרות להקפאת משכנתא למספר חודשים.

החזר המשכנתא הוא מכשול חודשי ובלתי נמנע ונשאלת השאלה מה יעשה מי שהכנסותיו נפגעו בעקבות הקורונה. בין אם מדובר בעצמאי שהלקוחות נוטשים אותו לטובת עיון בלתי נשלט ברשימת תסמיני הקורונה, שכיר בעבודה בלתי נדרשת שמנסה לברוח מהמציאות במרתונים של פורטנייט או מישו שאינו מצליח לעבוד מהבית כי קבוצת ילדיו משמידה את הסלון והשפיות, כולם עדיין צריכים לשלם משכנתא וכולם לא מרוויחים החודש ואין להם שמץ ידיעה מה יקרה להכנסתם בחודשים הקרובים.

מי שיש לו חסכונות עדיף שימשיך לשלם את החזרי המשכנתא, וזו בהחלט ההמלצה הטובה ביותר שאפשר לתת, כיוון שכל דחיית תשלום גוררת הגדלה של החזרי המשכנתא בעתיד. כל תשלום שלא שילמתם יתפזר על החזרי המשכנתא הבאים ויגדיל אותם, בצירוף ריבית מוגדלת. מעבר לכך, המשך התשלומים תורם ליציבות הכלכלית של כלל המשק. מי שאינו יכול לעמוד בהחזרי המשכנתא יכול לפנות לבנק שלו בבקשה לדחיית תשלומי משכנתא.

דחיית תשלומי משכנתא – תנאי הקפאת משכנתא בשל הקורונה

הבנקים הגדולים הבינו את המצוקה והציעו לבעלי המשכנתאות הזקוקים לכך הקפאת משכנתא. בקשה להקפאת משכנתא היא אפשרות שכל בעל משכנתא יכול להשתמש בה גם בימים רגילים, ואינה יחודית לתקופת קורונה. בדרך כלל אפשרות זו מוסתרת ואינה מפורסמת בקולי קולות, אך הפעם הבנקים יצאו בהצהרה לתקשורת שבעלי משכנתאות הנזקקים להקפאה יכולים לפנות אליהם ובנוסף לא תגבה עמלת ההקפאה שבדרך כלל נגבית. אולי אפשר לקרוא לזה "הטבת קורונה". בנוסף, **ב-15.3.20 החשב הכללי הורה לכל הבנקים להאריך את תקופת הקפאת המשכנתא משלושה חודשים ל-4 חודשים.** בכך הוא האריך את תקופת ההקפאה האפשרית לכל הבנקים, חוץ מבנק מזרחי טפחות שמראש מאפשר הקפאת משכנתא ל-4 חודשים. פרט לכך, תנאי וכללי הקפאת המשכנתא הם ללא שינוי ולפי נהלי הבנק הרגילים – כל בנק ונהליו.

המלצות למקפאי משכנתא

אם החלטתם להקפיא את המשכנתא, רוב הבנקים יאפשרו לכם דחיית תשלום קרן וריבית משכנתא. בכל זאת, אם ביכולתכם להמשיך לשלם את הריבית, שלמו אותה והקפיאו רק את תשלום הקרן, החזרי המשכנתא העתידיים שלכם יגדלו פחות.

קראו את טופס דחיית תשלומי המשכנתא והאפשרויות המוצעות בו ודונו עם נציג הבנק או בדקו בעצמכם במחשבון משכנתא איזו אפשרות תעלה לכם פחות כשתחזרו לשלם את המשכנתא. יכול להיות שעדיף רק להקטין את החזרי המשכנתא בתקופה הקשה ולא להקפיא אותם כליל.

נסו להגיע להסדר טוב יותר עם הבנק מאשר הקפאת משכנתא, כמו למחזר חלק ממסלולי המשכנתא, או לקחת הלוואה חדשה בתנאי ריבית ופריסת תשלומים שיכבדו פחות מהסכום אליו יגיעו החזרי המשכנתא כשתחזרו לשלם אותם. קראו עוד הסברים והמלצות מאת מנכ"ל פריים ניהול משכנתאות בהמשך המאמר.

שינויים בתקשורת עם הבנק

יחד עם הקפאת המשכנתא גם הדרך להתקשר עם הבנק השתנתה בעקבות עומס הפניות והחשש מהדבקות בקורונה ויש דגש והעדפה לאמצעי תקשורת שאינם כוללים קבלת קהל.

הבנקים מעדיפים שתפנו אליהם באמצעים דיגיטליים – אתרי אינטרנט וטפסים מקוונים וכחות באמצעות שיחות טלפון ארוכות הגורמות לקריסת מערך שירות הלקוחות.

במסגרת ההגבלה על התקהלויות והתכנסויות, סניפי הבנקים נערכו להגבלת קבלת קהל וסגירת רוב הסניפים. כל בנק מפרסם בעמוד הראשי את רשימת הסניפים בהם תהיה קבלת קהל ואת ההנחיות לתיאום קבלת קהל מראש. רוב התקשורת עם הלקוחות תהיה מרחוק, אם כי הימים האחרונים הראו עומס רב מידי על המוקדנים הנותנים שירותים טלפוניים ובציטים.

הרחבת שירותי שליחים כדי למנוע הגעת לקוחות בבנקים ולסייע ללקוחות הנמצאים בבידוד.

הגשת בקשה לדחיית תשלומי משכנתא בבנקים השונים

בנק לאומי טלפון 6062*

"לאור התפשטות הקורונה, בלאומי למשכנתאות מציעים לכם להקפיא את תשלומי המשכנתא עד 3 חודשי דחייה (כולל הקרן, הריבית וההצמדה), ולקבל פטור מלא מעמלה בגין ההקפאה". תוכלו להקפיא את כל מסלולי המשכנתא או חלקם. לתשומת ליבכם: תשלומי המשכנתא שיידחו יתפרסו בצירוף ריבית והצמדה על פני יתרת תקופת ההלוואה וגדילו את סכומי החזר המשכנתא הבאים.

האותיות הקטנות כוללות הצהרה שזכות הבנק להחליט על הקפאת משכנתא לפי תנאיו וכי ההקפאה לא חלה על תשלומים נלווים כמו עמלות או ביטוח משכנתא או הלוואות שבפיגור.

בנק הפועלים טלפון 2401*

כרגע רק דרך היישומון או במענה הקולי שקורס מעומס פניות.

בנק איגוד 3215*

מקריאת הטופס עולה שניתן להקפיא את תשלומי המשכנתא עד 3 חודשים והדחייה תעלה לכם בריבית נוספת של $p=0.5$ על התשלומים. בנוסף, דחיית תשלום מעל 30,000 ש"ח תגרור העלאת מחיר ביטוח המשכנתא שלכם. מומלץ לדבר עם נציג של הבנק לפני החלטה זו.

בנק דיסקונט 2009*

את הבקשה יש להגיש באמצעות מילוי הטופס ושליחתו לכתובת מייל: Change.mashkanta@dbank.co.il או לפקס' מס': 03-7108525 הגשת הבקשה וביצוע הקפאת התשלום אינם כרוכים בעמלה

בנק מזרחי טפחות 8860*

בנק מזרחי טפחות מאפשר 4 חודשי הקפאת משכנתא, כולה או חלקה, ללא עמלה כדי להקל על ההתמודדות עם משבר הקורונה. מלאו את טופס **בקשה לדחיית תשלומי הלוואה** ולאחר המילוי שלחו לכתובת הדואר האלקטרוני המופיעה בדף. הפניה תטופל תוך 5 ימים, ותאושר או תדחה לפי נהלי הבנק.

שאלות על הקפאת משכנתא

מה זו הקפאת משכנתא?

עצירת החזרי משכנתא למספר חודשים, נקראת גם "דחיית תשלומי משכנתא". ניתן לבקש הקפאה למספר חודשים ולשלם רק ריבית או לא לשלם בכלל.

מה נותנת הקפאת משכנתא והאם היא כדאית?

כדאי רק למי שממש חייב כי היא מעניקה הקלה מיידית בהוצאות החודשיות של הבית אבל זה בוודאי לא כדאי מבחינת העלות הכלכלית בחודשים שלאחר ההקפאה.

מה המחיר וההוצאות של הקפאת משכנתא?

החזר חודשי גבוה יותר בהמשך: ההחזר החודשי של המשכנתא יגדל משום שאת כל מה שלא שילמתם בתקופת ההקפאה יעמיסו על החזרי המשכנתא הבאים.

אפשרות של כגינה בדירוג אשראי: משנת 2019 הנהיגו בישראל דירוג אשראי לכל אחד, ברגע שאתם מקפיימים משכנתא יתכן והדירוג שלכם ירד מכיוון שזוהי פעולה שמעידה על קושי. כמובן שחשוב להחריג את משבר הקורונה מקושי רגיל ולכן **חשוב מאוד לתעד את ההתנהלות מול הבנק** על מנת שבעתיד תוכלו להוכיח מה היתה הסיבה והדירוג שלכם לא יפגע.

שימוש בפעם היחידה שניתן להקפיא משכנתא לכל אורך חיי המשכנתא: כשחתמתם על הסכם המשכנתא עם הבנק חתמתם גם על סעיף אשר מאפשר לכם להקפיא את המשכנתא פעם אחת בחייה, אם תנצלו זאת עכשיו לא תהיה לכם אפשרות לעשות זאת שוב בהמשך ולכן רצוי לשמור את האופציה הזו לימים שממש חייבים.

שומרים על ההורים. דואגים לילדים. נשארים בבית!

מה תוכלו לעשות כדי להימנע מהקפאת משכנתא

- יש מספר אפשרויות להקל על ההוצאות של משק הבית לפני שמקפאים משכנתא, למשל:
- להקפיא את ההלוואות אחרות שלקחתם במקום להקפיא את המשכנתא או לסגור הלוואות כאלה
- אפשר למחזר את המשכנתא לטווח ארוך יותר אבל קחו בחשבון שהריביות על המשכנתא עולות עכשיו ולא בטוח שזה משתלם.
- לצמצם בהוצאות בצורה דרמטית.

הנחיה לחבוש מסיכת פה ואף במרחב הציבורי ובעבודה

יחד ננצח את נגיף הקורונה



3. במרחב הציבורי ובעבודה
חייבים לחבוש מסכת פה ואף,
בבית אין צורך



2. מסכת פה ואף מצמצמת
את הסיכוי להדביק ולהידבק



1. נגיף קורונה עובר בטיפות



7. חשוב שהמסכה תהיה
צמודה לפה ולאף



5. למסכה ביתית מומלץ,
בד כותנה ארוג בצפיפות ולא
נמתח, לדוגמא בד של סדין
מסוג פרקל או סאטן מקופל
ל-3 שכבות



4. סוגי המסכות המומלצות
לציבור: מסכה רגילה
או מסכה ביתית מבד



זכרו:

- ☒ מסכה בלויה, לא מגינה עלינו
- ☒ בדקו כי המסכה אינה גורמת לקושי בנשימה.
- בחולים עם מחלות לב או ריאה יש לנקוט משנה זהירות
- ☒ רחצו ידיים לאחר נגיעה במסכה על מנת למנוע העברת הנגיף



משרד
הבריאות

לחיים בריאים יותר





תתייעץ



תחשוב



תנשום

הזדמנות לחשב מסלול מחדש

המנע מהליכי גבייה קיצוניים • עלויות הלוואה כבדות
סחרור חובות



משרד העבודה הרווחה
והשירותים החברתיים
חוסן חברתי לישראל



"נושמים לרווחה במרכז עוצמה"

מערך המענים והסיוע למשפחות החיות בעוני

شركة
المراكز الجماهيرية
الإنسان - جمهور - مجتمع

החברה
למתניסים
אדם - קהילה - חברה



איחוד הצלה
اتحاد الانتقاذ
UNITED HATZALAH
רשת המנדבים להצלת חיים



לב אחד
قلب واحد
ONE HEART
הרשת הלבית הלבית
מאגדת את כל הלבבות
One Heart - United Hearts



1221



מגיעים לכל אחד
מוקד ארצי לסיוע הומניטרי

בסיוע הקרן המשפחתית של ענבר ומריוס נכט