

אפשיבריא בעיר – שומרים על קשר

30 רשויות אפשיבריא בעיר - תמונה למזכרת מהמפגש החגיגי הראשון שהתקיים בתחילת מרץ בירושלים.

פרופ' סיגל סדצקי היא ראש שירותי בריאות הציבור החדשה במשרד הבריאות, ומצטרפת לאחל לכולכם המשך עבודה פורייה ומוצלחת.



בגיליון נסיוני זה תוכלו למצוא:

- 2 עדכונים ותזכורות ממטה אפשיבריא
- 3 לאכול בריא
- 4 ממצאים מתוך מדדי אפשיבריא בעיר
- 5 מפת הבריאות היישובית
- 6 היום הבינלאומי ללא עישון
- 7 מידע וחדשות מהעולם
- 8 שיתופים

עדכונים ותזכורות ממטה אפְּשֵׁרִיבָּרִיא

שימו  תזכורות לביצוע מתוך תנאי הסף ודרישות הקול קורא :

- מפגש הלמידה הבא לרשויות אפשריבריא בעיר יתקיים בתאריך 25/7/2019 פרטים ישלחו בקרוב, ההשתתפות הינה חובה.
- הגשת דוח תכנון מול ביצוע, רבעוני עד 10/5/2019 וחצי שנתי עד 10/7/2019. הדיווח יבוצע בפורמט שנשלח אלכם, שימו לב שעליכם לצרף אסמכתאות: פרוטוקולים של ועדת היגוי, לינק לפרסום באתר, וחשבוניות בגין ביצוע תשלומים לפעילות.
- הגדלת שיעור בתי הספר מקדמי בריאות. שימו לב, [מועד אחרון להגשה](#) בפורטל מוסדות החינוך היה ב- 12.6.19. מומלץ לעודד בתי ספר להגשה לקראת השנה הבאה.
- ועדת היגוי אפשריבריא: רשויות רבות קיימו ברשות ישיבת ועדת היגוי חגיגית עם ראש העיר. להזכירכם, על כל רשות לקיים לפחות שני מפגשים של ועדת היגוי בהרכב המינימלי שנדרש.
- פרסום פעילות לתושבים באתר הרשות עם קישור לאתר התכנית אפשריבריא, זו הזדמנות לבנות פלטפורמות הפצה, ולעדכן במידע עדכני ויישומי.
- אנו עומלים על הוצאת קול קורא אפשריבריא בעיר לרשויות - פרטים יפורסמו בקרוב.

בכל שאלה מוזמנים לפנות לנסיים עאסי nasimahealth@gmail.com

לאכול בריא

- חם מהתנור, [הנחיות התזונה החדשות](#) כבר באתר, שימו לב שיש גם [מתכונים](#) טעימים, ואת כל הטוב הזה מומלץ להנגיש לתושבים בכל דרך המתאימה לכם, בלינקים, בטקסטים ובסרטונים מתוך [מאגר הכלים והפרסומים](#). אתם יותר ממוזמנים...

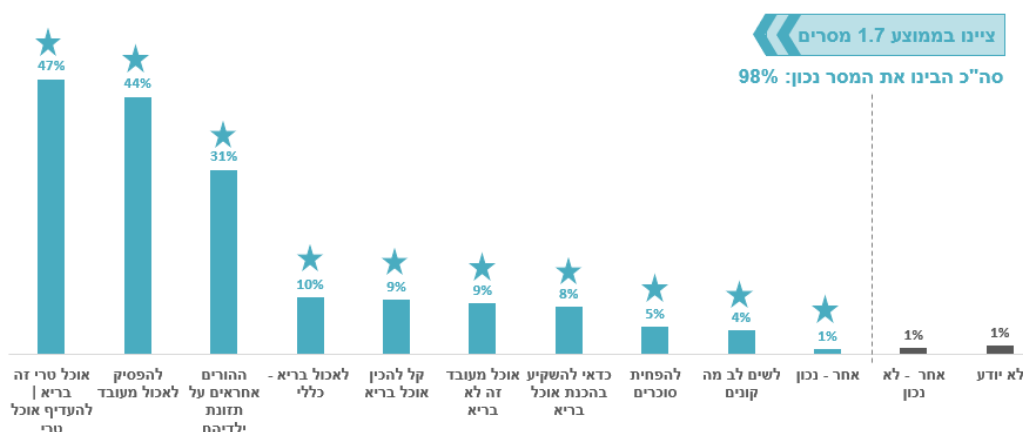
- מתוך קמפיין "מעובד שמים בצד":

הקמפיין 'מעובד שמים בצד' עלה לאוויר לפני שלושה חודשים ונחל הצלחה רבה, למעלה מ- 2 מיליון צפיות ביוטיוב ומאות אלפי צפיות בפייסבוק ובאינסטגרם.

ממצאי הסקר המלווה לקמפיין מלמדים אותנו כי התשדיר היה מובן מאוד - 98% הבינו מסר נכון, וכי- 87% מאלו אשר נחשפו לתשדיר ציינו כי אהבו אותו, רובם בעוצמה חזקה. מוזמנים להשתמש במסרים ולהפיצם בפלטפורמות המקומיות אצלכם.

ממצאי סקר מלווה לקמפיין:

הבנת המסר – 98% הבינו מסר נכון. בנוסף, המסרים העיקריים שצינו הם אוכל טרי זה בריא ולהפסיק לאכול מעובד.



ממצאים מתוך מדדי אפְּשָׁרִיבָּרִיא בעיר

בשנת 2018 הוכרו 30 רשויות "אפְּשָׁרִיבָּרִיא בעיר" שבהם מתגוררים 3.5 מיליון תושבים המהווים כ- 40% מאוכלוסיית ישראל (על פי נתוני למ"ס בסוף שנת 2017).

משרד הבריאות מרכז את נתוני המדידה הראשונה לתוכנית אפְּשָׁרִיבָּרִיא בעיר - מדדי רשויות אפְּשָׁרִיבָּרִיא. מקורות הנתונים הם: נתונים מתוך שאלון מדדי אפְּשָׁרִיבָּרִיא שנערך באוגוסט 2018 (שמולא במסגרת דרישות תנאי הסף של הקול קורא) ומתייחס ל- 29 רשויות. בנוסף נתונים של מדדים לאומיים מתוך פורטל מפת הבריאות היישובית של משרד הבריאות ונתוני משרד החינוך. מדדים אילו מהווים נקודת ייחוס לפעילויות ומדידות עתידיות. אנו ממליצים שכל רשות תעקוב אחר מדדים אילו ואחרים כך שתוכל להציג נתונים עירוניים.

נתונים מניתוח המדדים ברמה הארצית:

מתאם הבריאות והתשתית הניהולית:

- מחצית מהרשויות מעסיקות מתאם בריאות בהיקף של 100%, וכמחצית מרשויות המתאם הוא בהיקף של 50% משרה ומעלה.
- בלמעלה מ- 85% מהרשויות קיימת מחלקת בריאות, יחידת בריאות, או אגף בריאות, וב- 90% מרשויות אפְּשָׁרִיבָּרִיא בעיר מועסק מנהל אגף/ מחלקת ספורט ב- 100% משרה.
- ועדת היגוי בתחום קידום בריאות התכנסה פעמיים בשנה ב- 48% מהרשויות, ויותר מפעמיים בשנה ב- 52% מהרשויות.
- 26 רשויות מתוך רשויות אפְּשָׁרִיבָּרִיא בעיר חברות ברשת ערים בריאות.

מדיניות ופעולות בנושא פעילות גופנית ותזונה בריאה:

- בפעילות גופנית כ- 69% מהרשויות מדווחות שיש מדיניות שמושמת באופן מלא בנוגע להקמת מתקני ספורט והקצאת משטחים לפעילות, 69% סבסוד חוגי ילדים, 52% הקמת שבילי אופניים והליכה
- בתזונה בריאה כ- 41% מדווחים על מניעת פרסום מזון מזיק באירועים בהם משתתפים ילדים והבטחת הגשת מזון בריא ובטוח במסגרות עירוניות שבאחריות הרשות
- כ- 90% מהרשויות מדווחות שיש להן פעילות המתמקדת בילדים ונוער, 83% באזרחים ותיקים, ו- 79% במשפחות, לעומת זאת רק 24% מתמקדים במיעוטים ו- 21% בעולים.

מדיניות ופעולות במסגרות חינוכיות:

- הממוצע הארצי של בתי ספר מקדמי בריאות בכלל הרשויות המקומיות בישראל עומד על 27%, ברשויות אפְּשָׁרִיבָּרִיא בעיר יש כ- 29% ממוסדות החינוך עם כוכב אחד, 35% מהמוסדות עם שני כוכבים, 35% מהמוסדות עם שלושה כוכבים ו- 34% מהמוסדות עם כוכב מתמיד.
- רשויות המדווחות על עמידה בהנחיות בנושא תזונה במוסדות חינוך: בכל גני הילדים והצהרונים כ- 48%; בכל בתי ספר יסודיים כ- 35%; בכל מוסדות החינוך בנוגע להנחיות החוק בנושא היצע מזון בקיוסקים ומכונות אוטומטיות לממכר מזון ושתייה כ- 21%.

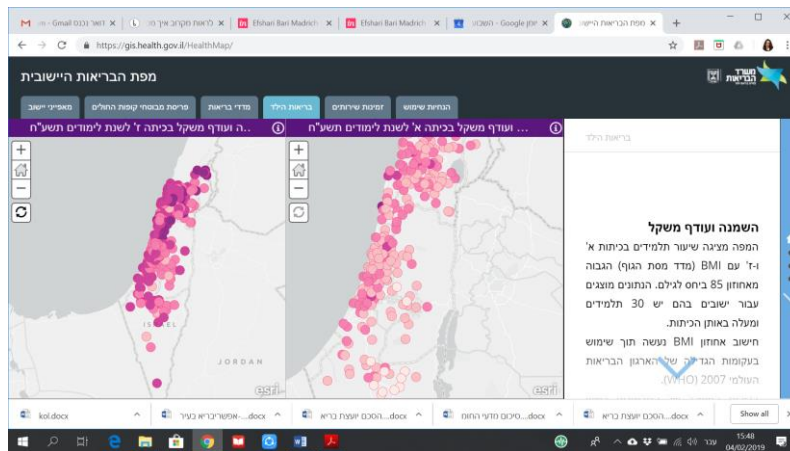
הסברה

- באוגוסט 2018 רק ב- 25% מהרשויות היה קישור באתר הרשות, לאתר אפְּשָׁרִיבָּרִיא.
- ב- 64% היה קישור לעמוד עם פרסום פעילויות בפעילות גופנית.
- ב- 36% היה קישור לעמוד עם פרסום פעילויות בתזונה.

מפת הבריאות היישובית

מפת הבריאות היישובית הינה פורטל אינטרנטי המאפשר לכם להיחשף למידע על מצב הבריאות ופריסת שירותי הבריאות השונים ברשות. למי שעוד לא ניסה זהו כלי עוצמתי לעבודת מתאם הבריאות ברשות. המידע יכול לסייע לפיתוח תהליכים והתערבויות ממוקדות לקידום בריאות התושבים ברשות. המערכת מציגה מידע רב אודות מצב הבריאות ביישובים השונים וכוללת מידע אודות תחלואה בסרטן, סוכרת, השמנה, זמינות שירותים ועוד משתנים רבים. מוזמנים להיכנס, להתרשם ולהשתמש!

אנו פועלים להעשרת המידע במדדים נוספים ורשימת רשויות אפשריבארי תיכנס כמובן לפורטל הארצי!



היום הבינלאומי ללא עישון

נושא היום הבינלאומי ללא עישון השנה היה טבק ובריאות הריאות והוא התקיים ב 31.5.19 הקואליציה למניעת עישון הכינה ערכה לשימושכם, הערכה כוללת מסרים והצעות לפעולה ברשויות המקומיות http://www.healthycities.co.il/upload/infocenter/info_images/06052019073024@manual2019.pdf#page=

בהזדמנות זו אנו מברכים את עיריית הרצליה על החתימה על אמנת 'עיר נקיה מעישון' – יישר כח! כמובן שנעשו פעילויות ברשויות רבות, ובתמונות דוגמאות מפעילות בירושלים, בבאר-שבע, ברמת-גן.

מאחלים פעילות פוריה ועוד הרבה ערים נקיות מעישון!



מידע וחדשות מהעולם

אפריל 2019. ארגון הבריאות העולמי, הסניף הארופאי, מפרסם מסמך על תפקידן של רשויות בניהול מחלות כרוניות במסגרת הגישה הממשלתית הרב מערכתית.

הדו"ח המתייחס להשפעה המכרעת שיש לאורבניזציה על תושבים המתמודדים עם מחלות כרוניות ולתפקיד החשוב שיש לרשות המקומית בשיפור ואיזון הגורמים המשפיעים על הבריאות במיוחד בקרב תושבים הסובלים ממחלה כרונית ובני משפחותיהם.

לדוגמא, בנושא של פעילות גופנית, המשפיעה מאוד על מניעה של מחלות כרוניות כמו גם על שיפור איכות החיים, תכנון עירוני בריא ואזורים ירוקים משפיעים מאוד על ההיתכנות לביצוע פעילות גופנית בפועל על ידי התושבים. מרחבים ירוקים ופטרונות טבעיים במרחב העירוני משמעותיים מאוד לשיפור אזורי המחיה המקדמים אורח חיים בר-קיימא ועל ידי כך מגבירים את בריאות התושבים. פארקים, גינות משחק וגינות קהילתיות הינם גורמים מרכזיים שמרכיביהם יכולים להבטיח הזדמנות טובה לתושבים לנגישות לטבע, שמירה על השונות הביולוגית של הסביבה, הפחתת גורמים מזיקים כגון זיהום אויר ורעש, מיתון ההשפעה של אירועי מזג אויר קיצוניים, שמירת איכות החיים העירונית ושיפור הבריאות הפיזית והנפשית של התושבים.

הדוח סוקר גם דוגמאות הקשורות לסביבה נקייה מעישון ולתזונה בריאה ומדגים בעזרתם את ההשפעה הגדולה של העיר הבריאה על בריאות התושבים ובמיוחד על מניעה ואיזון מחלות כרוניות.

מוזמנים לעיין בדוח המלא בקישור:

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0007/397789/Cities-and-NCDs.pdf?ua=1



שיתופים

אתר אפְשָׁרִיבְרִיאָ החדש עלה לאוויר!

לפני מספר ימים השקנו את האתר החדש של התוכנית הלאומית אפְשָׁרִיבְרִיאָ לאורח חיים בריא. הקמת האתר כללה תהליך מעמיק של אפיון ומחקר קהלי יעד ונועדה לתת מענה לקהל הרחב ולאנשי המקצוע בתחומי הבריאות, החינוך, השלטון המקומי, ארגונים ומקומות עבודה אחרים. האתר מאפשר ניווט מהיר וחלוקה לתכנים לפי נושאי עניין או לפי סביבה (בבית ובפנאי, בחינוך, בעבודה או ברשות המקומית). האתר כולל את התכנים המעודכנים ביותר בתחומי התזונה, הפעילות הגופנית ואורח חיים בריא וכן כלים יישומיים להורדה כמו תבניות למצגות, קבצים להורדה, מערכי שיעור, סרטונים וכלים נוספים רבים.

בשבועות הקרובים האתר יפעל במתכונת 'הרצה' במהלכה נאתר ונפתור תקלות ובאגים שונים. לאחר מכן מתוכנן לעלות בשפה הערבית ובשפה האנגלית במהלך שנת 2019.

[אתר אפְשָׁרִיבְרִיאָ](#) וכל החומרים המוגשים בו, [עמוד הפייסבוק](#) של התוכנית, וגם [האינסטגרם](#) - כל אלו לשרותכם, לשימושכם ועל מנת להנגיש את המידע והפעילויות לתושבים.

נשמח מאוד לשמוע על דברים שמתחדשים אצלכם, על פעילויות ותכניות מומלצות וחומרים שעשויים לסייע לכולנו, קבוצת הווטצאפ שלנו מאפשרת עידכון הדדי ולמידת עמיתים ואתם מוזמנים לשלוח כמובן גם במייל.

פתחנו [תיבת הצעות](#), אשר נועדה ללמידה ללמידה הדדית.

נשמח לקבל הצעות מהרשויות להמלצות לקראת השנה הבאה, נשמח לשמוע מכם מה יכול לעזור מבחינתכם בכל הרמות, תכנים/מפגשים/עדכונים וכו'.

