



צעד 6, נספח טו: רשימת משאבים אֶפְּשָׁרִיבָּרִיאַ בְּעִיר

כדי למצות את מלוא הפוטנציאל העירוני בתחום קידום בריאות ובפרט בתחום פעילות גופנית תזונה בריאה וסביבה נקיה מעישון, מומלץ לאתר גורמים שונים שיכולים לתרום ידע, הדרכות, ייעוץ, ליווי, ארגון, פעילויות, תמיכה מקצועית, תמיכה כספית ומגוון משאבים נוספים.

לפניכם רשימה חלקית של מקורות תמיכה ושל גופים רבים אשר עשויים לסייע בדרכים שונות. מומלץ לקרוא את המידע שהם מפרסמים ו/או לפנות אליהם בבירורים ספציפיים לגבי שירותים ואפשרויות תמיכה.

אחד הגופים המשמעותיים שיכול להיות לעזר במישורים רבים הוא [מרכז השלטון המקומי](#).

תאריכים מעוררי השראה לפעילויות בתחומי תזונה ופעילות גופנית [ימי בריאות עולמיים](#)

רשימת הגופים מחולקת לקטגוריות הבאות:

- משרדי ממשלה הקשורים לתוכנית – משאבים ותמיכה מקצועית
- משאבים לפי תחומי פעילות: פעילות גופנית, תזונה בריאה, סביבה נקייה מעישון, הנקה
- קידום בריאות
- גורמים מובילים בעולם
- משרדי ממשלה הקשורים לתוכנית

1. משרדי ממשלה הקשורים לתוכנית – משאבים ותמיכה מקצועית

משרד הבריאות	משרד התרבות והספורט
אתר משרד הבריאות	אתר משרד התרבות והספורט
המחלקה לחינוך וקידום בריאות	משרד התרבות והספורט – תמיכות
תוכניות קידום בריאות	אתר מנהל הספורט
המחלקה לתזונה	מנהל הספורט – סיוע לרשויות בתחום מתקני ספורט
המחלקה למניעת עישון ואלכוהול	מנהל הספורט - סל הספורט לרשויות מקומיות
מלב"מ, ICDC - המרכז הלאומי לבקרת מחלות ומניעה בישראל	מנהל הספורט – ספורט תחרותי והישגי
המחלקה לבריאות העובד	המועצה לקידום ילדות, נערות ונשים בספורט.
הזמנת חומרי הסברה של שירותי בריאות הציבור - המחלקה לחינוך וקידום בריאות	מכון וינגייט
	אתנה – הפרויקט הלאומי לקידום ספורט הנשים בישראל



<p>אתנה – פרויקטים ברשויות מקומיות</p> <p>פרויקט אתנה - מכרזים, מלגות וקולות קוראים</p> <p>מכרזים שפרסם משרד התרבות והספורט</p>	
<p>משרד החקלאות</p> <p>קול קורא לגינות עירוניות</p> <p>גינון קהילתי</p>	<p>משרד החינוך</p> <p>אתר משרד החינוך</p> <p>קול קורא לבתי ספר מקדמי בריאות</p>

2. פעילות גופנית – משאבים ותמיכה מקצועית

מינהל הספורט במשרד התרבות והספורט (באמצעות מחלקות הספורט ברשויות המקומיות)

בכל הנושאים המתקשרים לספורט ופעילות גופנית, ניתן לפנות לקבלת תמיכה וסיוע מקצועי [ממנהלי מחלקות הספורט ברשות המקומית](#), העובדים תחת פיקוח ובתיאום עם משרד התרבות והספורט – מינהל הספורט. [פרטי קשר של בעלי תפקידים במינהל הספורט.](#)

ניתן ליצור קשר עם הרשויות המקומיות בישראל דרך הפרטים המופיעים [באתר מרכז השלטון המקומי](#).

[מבחנים לחלוקת כספי תמיכות של משרד הספורט והתרבות בגופים אחרים – סל הספורט לרשויות מקומיות](#)

[אפשרי בריא: מתקני הספורט בישראל – מפה אינטראקטיבית: המפה](#) הוכנה על ידי מנהל הספורט במשרד התרבות והספורט ומאפשרת לאתר את כל מתקני הספורט שנמצאים באזור גיאוגרפי נתון, בחינם או בתשלום, כגון מגרשי ספורט, מכוני כושר, בריכות ועוד. אתם מוזמנים להתחיל לגלול ולטייל במפה ולמצוא את האזור שלכם, אילו פעילויות מתקיימות בו - ולהיות בתנועה, גם קרוב לבית.

אגודות ספורט

ניתן ליצור קשר עם אגודות הספורט בישראל, כדי לקבל מידע על אירועים שבהם ניתן להשתתף בקבוצות או ביחידים באתרי [משרד התרבות והספורט](#), [איגוד הספורט העממי בישראל](#)

בנוסף, ניתן ליצור קשר ישירות עם אגודות הספורט עצמן:

[רשימה חלקית של התאחדויות ואיגודי ספורט \(אתר משרד הספורט\)](#)

[איגוד הספורט העממי](#)

[פטאנק – ליגת המתנ"סים](#) (התאחדות מועדוני פטאנק ישראל ע"ר)

[איגוד האתלטיקה](#)

[איגוד הטריאתלון הישראלי](#)

[איגוד לספורט הניווט בישראל](#)

[עמותת אתגרים – פעילויות ספורט לאנשים עם מוגבלויות](#)

[לרשימת אירועי פעילות גופנית ארציים :](#)

[יום ההליכה הלאומי](#)

[שבוע הספורט](#)

[באפשריבריא בעבודה – יש להעתיק את התוכן תחת עמוד במסגרת אפשריבריא בעיר](#)

3. תזונה בריאה – משאבים ותמיכה מקצועית

[המלצות ומידע בנושא תזונה באתר משרד הבריאות:](#)

[המחלקה לתזונה של משרד הבריאות](#)

[משרד הבריאות – מידע לאנשי מקצוע מתחומי התזונה](#)

[משרד הבריאות – המלצות ומידע בנושא מזון ותזונה](#)

[עמותת עתיד – איגוד כלל הדיאטנים בישראל: לחיפוש תזונאים](#)

[עמותת עתיד - הצעות לכיבוד בריא בעלות מינימלי](#)

[מדריך לתזונה מ.ב.ט.י.ח.ה – רשת ערים בריאות](#)

4. סביבה נקייה מעישון – משאבים ותמיכה מקצועית

[משרד הבריאות, המחלקה לקידום בריאות, צמצום העישון ונזקיו.](#)

[דוח שר הבריאות בנושא עישון](#)

[רשת ערים בריאות, עיר נקיה מעישון.](#)

[המחלקה למניעת עישון וצריכת אלכוהול, משרד הבריאות – מפקדת על אכיפת החוק למניעת עישון במקומות ציבוריים, הכשרת מפקחים וגופים הפועלים בנושא, וכתובת לתלונות בנושא עישון בסביבת העבודה.](#)

[דיווח על הצבה של מכונות אוטומטיות לממכר סיגריות, משרד הבריאות](#)

[האגודה למלחמה בסרטן – פועלת להקטין את התחלואה והתמותה ממחלת הסרטן. האגודה מקיימת הרצאות בנושא נזקי עישון וגמילה מעישון למבוגרים למוסדות ולארגונים.](#)

[משרד החינוך, השירות הפסיכולוגי היעוצי \(שפ"י\). מניעת עישון במשרד החינוך.](#)

[החברה הרפואית למניעה ולגמילה מעישון, ההסתדרות הרפואית בישראל](#)

המיזם למיגור העישון – ארגון חברתי למניעת עישון בקרב בני נוער וצעירים והצלת חייהם

עמותת אוויר נקי – עמותה נגד עישון ועישון כפוי

כמוני. רשת חברתית בנושאי בריאות. קהילה וירטואלית לגמילה מעישון.

ארגון הבריאות העולמי – דוח על מגיפת הטבק העולמית 2017

קופות החולים: כללית, מכבי, מאוחדת, לאומית.

עמותת ארץ ללא בדל, לצמצום לכלוך בדלי הסגריות

5. סביבה תומכת בהנקה – משאבים ותמיכה מקצועית

הזמנת חומרי הסברה של משרד הבריאות בנושא הנקה

הדרכות ורשימת יועצות הנקה מוסמכות - האיגוד הישראלי ליועצות הנקה מוסמכות (עמותה)
הוועדה לקידום הנקה;

חוזר לקידום, הגנה ותמיכה בהנקה בטיפות חלב
זכויות מועסקות וסטודנטיות להניק, לעבוד וללמוד;

הנקה וחזרה לעבודה

מדריך אפשרי בריא בעבודה - הנקה; סרטון עידוד הנקה; חשיבות ההנקה

6. קידום בריאות – משאבים ותמיכה מקצועית

כתב העת קידום בריאות בישראל

קופות חולים

מידע וידע רב בנושאי קידום בריאות ניתן למצוא באתרי הקופות. קופות החולים עורכות סדנאות למבוטחים בנושאי גמילה מעישון, קבוצות לירידה במשקל, קבוצות לפעילות גופנית, קבוצות לחולי סוכרת ועוד. חלק מהסדנאות מסובסדות. אפשר לעודד תושבים להשתתף בסדנאות אלו. ניתן לפנות לקופות החולים ישירות כדי לבחון אפשרויות ועלויות לפעילויות ברחבי הרשות.

שירותי בריאות כללית, מכבי שירותי בריאות, קופת חולים מאוחדת, קופת חולים לאומית

בתי חולים - <https://www.hevra.org.il>

קידום בריאות ורפואה מונעת. ההסתדרות הרפואית.

מרכז המחקר והמידע (ממ"מ), הכנסת: מחקרים בנושאים שונים, למשל - דוגמאות לגישות לשילוב פעילות גופנית בתוכנית הלימודים בבתי ספר במדינות שונות.

החברה למתנ"סים של ישראל

[ביטוח לאומי – סטטיסטיקה לפי ישוב](#)

[ג'וינט ישראל](#)

[האגודה לבריאות הציבור](#)

[טנא בריאות – קידום בריאות יוצאי אתיופיה \(ע"ר\).](#)

[רשת ערים בריאות: אתר רשת ערים בריאות | הצטרפות לרשת ערים בריאות | מדריך לעיר פעילה ובריאה של רשת ערים בריאות | מדריך לתזונה מ.ב.ט.י.ח.ה – רשת ערים בריאות](#)

[מרכז המחקר להערכת תוכניות התערבות לקידום הבריאות אוניברסיטת חיפה](#)

7. גורמים מובילים בעולם – משאבים ותמיכה מקצועית

[WHO - ארגון הבריאות העולמי](#)

[CDC - המרכז לבקרת מחלות ומניעה בארה"ב](#)

[CDC – מדריך אסטרטגי להגברת צריכה של ירקות ופירות](#)

[TAFISA – האיגוד הבינלאומי לספורט לכולם](#)

[WHO – ארגון הבריאות העולמי. היום עולמי ללא עישון](#)

[TAFISA - יום ההליכה העולמי](#)

[The Food Trust – ארגון ללא מטרת רווח, פילדלפיה](#)

[אסטרטגיות סופרמרקט לעידוד אכילה בריאה, The Food Trust](#)

[American Censer Society – האגודה האמריקאית למחלמה בסרטן. קהילות נקיות מעישון](#)