

התכנית הלאומית לחיים פעילים ובריאים – אֶפְשָׁרִי בְּרִיא

תקציר

גב' לירי פינדלינג אנדי
מנהלת התכנית הלאומית אֶפְשָׁרִי בְּרִיא, משרד הבריאות

רקע

תזונה בריאה ופעילות גופנית מונעות ומפחיתות תמותה ותחלואה ממחלות לב וכלי דם, סרטן וסוכרת, שברי צוואר ירך ומחלות נוספות, מאטות התקדמות מחלות ודמנציה, מועילות לבריאות הנפש ומחזקות קשרים חברתיים וקהילתיים.

יעדי העל הלאומיים

בריאות ואיכות חיים:

- הפחתת תחלואה פיזית ונפשית
- הקשורים בהשמנה והיעדר פעילות גופנית
- שיפור תוחלת ואיכות החיים
- הפחתת שיעור השמנת יתר

התנהגות ואורח חיים בריא:

- העלאת שיעור האוכלים בריא
- העלאת שיעורי העוסקים בפעילות הגופנית

התכנית אֶפְשָׁרִי בְּרִיא

הובלת מאמץ לאומי משותף, חלק ממגמה עולמית, שנועד להביא לשינוי בריאותי וחברתי, לקדם סביבה חברתית, פיזית וכלכלית המאפשרת חיים פעילים ובריאים, הכוללים תזונה בריאה ופעילות גופנית לכל אדם בכל גיל ובכל מקום. התכנית החלה פעילותה בהחלטת ממשלה בשלהי 2011 לישום יעדי בריאות 2020 של משרד הבריאות, בהובלת משרדי הבריאות, התרבות והספורט והחינוך, ושותפים נוספים.

יעדי פעולה/זירות הפעולה

מהלכים אסטרטגיים המשלבים מדיניות וקביעת תבחינים (קריטריונים) והטמעה באמצעות שותפויות ויזמות בין משרדיים ורב מגזריים. להלן זירות השונות של העשייה:

1. ביסוס מנהיגות ומדיניות לאומית התומכת בחיים פעילים ובריאים
2. קידום שוק מזון התומך בבחירת מזונות בריאים
3. סביבה מאפשרת במערכת החינוך
שמירה על סביבה בריאה וחינוך לבריאות הנם חובה בכל מוסדות החינוך
4. רשויות מקומיות: הגדלת מספר הרשויות הפועלות לקידום בר קיימא של חיים פעילים ובריאים
5. סביבה מאפשרת בקהילה
הגדלת מספר מוסדות, מסגרות ושירותים המאמצים נהלים ותכניות בנושא תזונה בריאה ופ"ג
6. סביבה מאפשרת במקומות עבודה
הגדלת מספר מקומות עבודה הפועלים לשימור ולשיפור הבריאות ואיכות החיים של העובדים
7. סביבה מאפשרת במערכת הבריאות
הרחבת השירותים והמסגרות במערכת הבריאות הפועלים בהטמעת חיים פעילים ובריאים
8. הסברה ושיווק חברתי
להפוך את עקרונות החיים הפעילים והבריאים לנורמה חברתית מקובלת ומוערכת
9. פיתוח והנגשה של ידע כלים ותכניות לציבור הרחב ולאנשי מקצוע והערכת התכנית

בהרצאה יינתן דוח קצר על סטטוס התכנית על-פי יעדי הפעולה, בזירות השונות. לצד הצגת מדדי הערכה נבחרים, יועלו האתגרים והחסמים. מהניסיון שנצבר מתכנית זו, ומקידום תכניות דומות ניתן ללמוד על אתגרים של מערכת הבריאות והחברה לקידום בריאות ואיכות החיים של האוכלוסייה.