**מדד תשתיות פיזיות שמעודדות פעילות גופנית בעיר**

**אסף נאמן, מעיין בוכריס וד"ר גל ח. קרסו רומנו**

לרשויות המקומיות בישראל יש תפקיד מכריע ביצירת סביבה שמעודדת הזדמנויות לפעילות גופנית ואורח חיים פעיל. השתתפותם של בני אדם בפעילות גופנית מושפעת מהסביבה הבנויה, הטבעית והחברתית שבה הם חיים וכן מגורמים אישיים כגון מין, גיל, זמן ומוטיבציה. תכנון עירוני יכול ליצור דחיפה חזקה או להציב מחסום גדול בפני פעילות גופנית. יצירת הזדמנויות לפעילות גופנית צריכה להיות בעדיפות גבוהה של מתכנני הערים שמעוניינים בבריאות הציבור, בסביבה בת קיימא, בחיסכון בעלויות, בלכידות חברתית וביצירתה של עיר ידידותית לבני אדם (ארגון הבריאות העולמי, 2006).

ארגון הבריאות העולמי ממליץ על עיסוק בפעילות גופנית בעצימות מתונה למשך 150 דקות מצטברות בשבוע לפחות או פעילות גופנית בעצימות גבוהה למשך 75 דקות מצטברות בשבוע לפחות. רק כשליש מאוכלוסיית ישראל בגילאי 21 ומעלה עומדים בהמלצות אלו. היעדר פעילות גופנית מוביל לאורח חיים יושבני, אורח חיים שכזה מעלה את הסיכון למחלות כרוניות רבות כולל מחלב לב כלילית, שבץ מוחי, סוכרת, סרטן המעי הגס, סרטן השד ועוד (משרד התרבות והספורט ומ' הבריאות, 2012). לשני גורמי הסיכון העיקריים לתמותה בישראל בשנת 2019, לחץ דם גבוה ורמת סוכר גבוהה, יש קשר מובהק לפעילות גופנית ואורח חיים פעיל (מ' הבריאות והקרן לבריאות וסביבה, 2021). הנטל הכלכלי שנוצר כתוצאה ממחלות כרוניות שנובעות מהשמנה בישראל הוא כ-9 מיליארד ₪ בשנה (מ' הבריאות, 2012). קיים צורך לפתח רשימה של מדדי בריאות וסביבה, לאמוד את נטל התחלואה שנובע מהבעיות הסביבתיות ולהציגו לציבור הרחב (מ' הבריאות והקרן לבריאות וסביבה, 2021).

בדצמבר 2011 התקבלה החלטת ממשלה ליישום תוכנית לאומית לקידום אורח חיים פעיל ובריא והוקצו לטובתו כ-140 מלש"ח (משרד ראש הממשלה, 2011). תוכנית זו התמקדה גם במרחב העירוני באמצעות תוכנית "עיר בריאה ופעילה" ו-"רשת ערים בריאות". כהמשך לתוכנית זו הוקמה בשנת 2018 תוכנית "אפשרי בריא בעיר" שמקדמת אורח חיים בריא ברשויות המקומיות בישראל, כיום תומכת תוכנית זו ב-51 רשויות בהן מתגוררים כ-5 מיליון ישראלים (אפשרי-בריא, 2021). עיר פעילה היא כזו שיוצרת הזדמנויות לפעילות גופנית ומאפשרת לכל תושביה חיים פעילים בשגרת היומיום באמצעות יצירת סביבה מקומית נקייה, בטוחה, נגישה וידידותית לפעילות גופנית. (מ' הבריאות והמרכז לשלטון מקומי, 2012) קיים צורך בישראל לפתח מתודולוגיה ולקבוע מדדים ל'עיר בריאה' (מ' הבריאות והקרן לבריאות וסביבה, 2021).

אנחנו בחרנו להתמקד בקשר שבין הסביבה הבנויה בעיר לבין הפעילות הגופנית שנעשית בשטחה. כדי לענות על הפער שקיים במדדי בריאות וסביבה, ניסחנו מדד שיכול להוות חלק ממדדי 'עיר בריאה'. המדד שפיתחנו בוחן את התשתיות הפיזיות בעיר שמעודדות פעילות גופנית והוא מורכב מארבעה תבחינים: כמות מתקנים (35%), מגוון מתקנים (20%), אורך מסלולי האופניים (15%) ושטחי פארקים (30%). כל התבחינים מחושבים ביחס לכמות התושבים ברשות ובכל תבחין הרשויות מדורגות מ-1 עד 255. ניתן לעיין בקובץ המדד שנשלח במצורף, בקובץ זה רואים את דירוג הרשויות השונות כולל לפי פילוחים של גודל הרשות ומוצגים גם מאגרי הנתונים בהם השתמשנו לצורך בניית המדד.

המדד שניסחנו הוא פשוט, מרכיבים אותו תבחינים אובייקטיביים שיש להם נתונים זמינים ומעודכנים. מטרות המדד הן לסייע למקבלי ההחלטות ומתכנני הערים לקבל החלטות על בסיס נתונים ולסייע בתיעדוף התקצוב של משרד התרבות והספורט לטובת בניית מתקני ספורט ברשויות המקומיות וכך לקדם מדיניות לצמצום פערים בין רשויות מקומיות. בנוסף, באמצעות המדד ניתן ביתר קלות להציג את הנתונים לציבור הרחב ולהגביר את מודעות התושבים לסביבה הבנויה שמעודדת פעילות גופנית בעיר שלהם.

ישנן ארבע המלצות שאנו מציעים לטובת שיפורו של המדד:

* לתת ציון לרשויות לפי ערך מספרי (היחס בין הערך שנמדד לבין כמות התושבים) ולא לפי סכום הדירוגים כי זה יותר מדויק ויאפשר השוואה מהימנה למדדים אחרים.
* לשלב נתונים מהימנים יותר של שבילי האופניים ולהוסיף גם שבילי הליכה.
* לשלב במדד תבחינים שמתייחסים לאיכות, פיזור ונגישות המתקנים.
* שיקוף הנתונים לציבור - להפוך את הנתונים שבקובץ האקסל למפה אינטראקטיבית, דרך תוכנה כמו Power BI או בכל דרך אחרת.

לסיכום, הרשויות המקומיות בישראל אחראיות לתכנון ופיתוח שטח הרשות ושמירה על בריאותם של התושבים. לתכנון המרחב העירוני יש השפעה מכרעת על בריאות הציבור שכן סביבה בריאה משמעה לא רק סביבה נטולת זיהום אוויר, זיהום מים ורעש אלא גם סביבה שמעודדת פעילות גופנית, קהילתית וחברתית (מ' הבריאות והקרן לבריאות וסביבה, 2021) המדד שפיתחנו הוא כלי שבאמצעותו יכולות הרשויות המקומיות לקבל תמונת מצב על התשתיות שקיימות בעיר וכך לקבל החלטות שיקדמו אורח חיים פעיל ובריא וישפרו את מתן השירותים לתושבים.

**ביבליוגרפיה:**

* אפשרי-בריא (2021). למרות הקורונה: אפשרי בריא בעיר עם זינוק ל-54 רשויות ב-2021. ישראל: ירושלים. אוחזר מתוך: <https://www.efsharibari.gov.il/initiatives-and-projects/at-municipalities-2/2021-municipalities/>
* ארגון הבריאות העולמי (2006). קידום פעילות גופנית וחיים פעילים בסביבה עירונית. שוויץ: ז'נבה.
* משרד הבריאות (2012). התוכנית הלאומית לקידום אורח חיים פעיל ובריא. ישראל: ירושלים.
* משרד הבריאות והמרכז לשלטון מקומי (2012). עיר פעילה ובריאה – מדריך לעיר פעילה. ישראל: ירושלים.
* משרד הבריאות והקרן לבריאות וסביבה (2021). בריאות וסביבה בישראל 2020. ישראל: ירושלים.
* משרד התרבות והספורט ומשרד הבריאות (2012). סקר הרגלי הפעילות הגופנית בקרב תושבי ישראל. ישראל: ירושלים.
* משרד ראש הממשלה (2011). החלטות ממשלה: התוכנית הלאומית לקידום אורח חיים פעיל ובריא. ישראל: ירושלים. אוחזר מתוך: <https://www.gov.il/he/departments/policies/2011_des3921>
* רשת ערים בריאות (2015). פרופיל עירוני – כבסיס לתכנון אסטרטגי לפיתוח הבריאות והקיימות. ישראל: ירושלים.