



יוזמת קיץ בריא ובטוח

למתאמי/מקדמי בריאות
ולבעלי תפקידים נוספים
ברשויות מקומיות

הקיץ בפתח והוא מביא עמו שפע של אירועים בחוץ ובילויים בחוף הים, בבריכה, בפארקים עירוניים ובטבע.

יחד עם ההנאה מהבילויים חשוב להיות ערים לסכנות כגון טביעה, התייבשות, חשיפה לזקי השמש ועוד.

אנו קוראים לכם להצטרף ליוזמה לקיץ בריא ובטוח בהובלת משרד הבריאות - התוכנית הלאומית לבטיחות ילדים, רשת ערים בריאות, האגודה למלחמה בסרטן וארגון בטרם לבטיחות ילדים.
הפעילות תגיע לשיאה בשבוע הראשון של יולי 2025, באירועים קהילתיים.

כיצד תוכלו לקחת חלק ביוזמה?

- להפיץ מידע מציל חיים לתושבים ברשתות החברתיות, במסגרות החינוך והבריאות
- לקיים הרצאות לקהלים שונים: הורים, בני נוער ואנשי מקצוע
- לקיים אירועי שיא קהילתי עם פעילויות ועמדות הסברה בנושאים השונים
- להשפיע על מדיניות עירונית בנושאים כגון הארכת שעות פעילות המצילים בחופים, קיום שיעורי שחיה לתלמידי כיתות ב', הרחבת האזורים המוצלים בחופים ובמרחב הציבורי.

מומלץ ליזום שיתופי פעולה עם גורמים נוספים כדי לייצר הד משמעותי ולחשוף את הנושא לקהל גדול, ככל שהפעילות תכלול שיתופי פעולה רבים יותר, כך תוכלו להגיע לחשיפה משמעותית ולקדם בריאות ובטיחות ילדים ונוער.

שותפים פוטנציאליים נוספים: מד"א, תנועות נוער, בתי ספר לגלישה, עסקים מקומיים, ספורט ימי, ארגונים לאיכות הסביבה.

אנחנו כאן לפרטים נוספים ויציאה משותפת לדרך ...

להסברה בנושא מניעת טביעות ילדים:

גליה שפיר-ציונוב, מנהלת מרחב צפון, ארגון בטרם - 052-4368911, galiasz@beterem.org

אורלי לביד-ברזל, מנהלת מרחב מרכז, ארגון בטרם - 052-4368922, orlylb@beterem.org

שחר חברון, מנהלת מרחב דרום, ארגון בטרם - 054-4281852, shaharh@beterem.org

להסברה בנושא התנהגות חכמה בשמש:

לינוי בר חן, מקדמת בריאות, האגודה למלחמה בסרטן - 054-3045155, Linoiyk@cancer.org.il

להזמנת הדרכות בנושא חכם בשמש:

<https://cancer.formtitane.com/Lectures-Request>

מקי חשיפה לשמש:

השמש היא מקור האור והחיים, אבל היא גם עלולה להזיק לנו. קרינת השמש (קרינה אולטרה סגולה - UV) מהווה את אחד הגורמים העיקריים להתפתחות סרטן העור. השמש גורמת למגוון מזיקים, בריאותיים ואסתטיים. חלקם מופיעים בזמן החשיפה לשמש (כמו כוויה), וחלקם מצטברים במשך השנים.

לכן, בכל פעם שאתם נמצאים בפעילות בחוץ עם הילדים (בים, בבריכה, בפארק, בגינה וכו') חשוב לשמור על כללי התנהגות חכמה בשמש®: חיפוש צל, כובע, משקפי שמש, ביגוד מתאים, שעות בטוחות, מסנן קרינה ושתייה מרובה, והכי חשוב, להימנע מחשיפה לשמש בשעות בהן הקרינה הכי מסוכנת, בין 10:00 - 16:00.

למידע נוסף בנושא התנהגות חכמה בשמש -

<https://prevention.cancer.org.il/skin-cancer>



טביעות

טביעה היא הסיבה השנייה לתמותת ילדים מהיפגעות בלתי מכוונת. ממחקר שערך ארגון בטרם אודות תמותת ילדים מטביעה בישראל, עולה כי בין השנים 2019-2023 81 ילדים ובני נוער טבעו למוות.

המחקר גם זיהה הבדלים במקומות שבהם ילדים בגילאים שונים טבעו:

תינוקות ופעוטות עד גיל 4 טובעים בעיקר בבתי פרטיים (בריכה/אמבטיה/גינת/דלי).

ילדים בני 10-14 טובעים בעיקר בים ובבריכות ציבוריות.

בני נוער בני 15-17 טובעים בעיקר בים ובנחלים.

טביעת ילדים מתרחשת

בשקט - ילד טובע לא יכול לקרא לעזרה!

במהירות - 2-6 דק' איבוד הכרה עד מוות

במים רדודים - שעומקם 5-10 ס"מ (מכסים את האף והפה)

בדיוק ברגע של חוסר תשומת לב



התנהגות בטוחה בסביבת מים יכולה להציל חיים!

למידע נוסף בנושא בילוי בטוח בחוף הים - <https://did.li/B4Qaa>