

# קידום בריאות באמצעות תכנון עירוני

## כנס ערים בריאות 2019



המחלקה לתכנון ופיתוח בר קיימא  
עיריית ירושלים  
מירי רייס, מתאמת עיר בריאה

# קשר בין מרחב פיזי לבריאות - רקע

מבוסס גם על מאמריהם של Michael Marmot, Markus Grant ו- Huge Barton :

- סביבת המגורים זוהתה כמי שקובעת את בריאות האדם, הפיזית, נפשית וחברתית וזו שמאפשרת את מיצוי הפוטנציאל האישי והקהילתי.
- קידום בריאות הנוגע לשינוי התנהגות והרגלי בריאות בלבד משפיע על קבוצות קטנות ולא משיג השפעה רחבה ברמה העירונית.
- כדי לקבל השפעה רחבה יש לערוך שינויים חברתיים, כלכליים וסביבתיים יסודיים – **תכנון עירוני הוא מכניזם רב עוצמה המאפשר יצירת שינויים אלו**
- נדרשת התייחסות מולטידיספלינרית כדי שהסביבה הפיזית תביא לידי מיצוי האפשרויות הבריאותיות של האדם

# קשר בין מרחב פיזי לבריאות - עובדות

- הנושאים המשפיעים על הבריאות באופן המשמעותי ביותר



: (The Marmot Review)

– זיהום אוויר

– שטחים ירוקים ופתוחים

– תחבורה

– מזון

– דיור

– השתתפות חברתית/ בידוד חברתי: תעסוקה, חינוך, השכלה גבוהה  
והכשרה מקצועית

- תושבי השכונות המקופחות מתים מוקדם יותר וחולים יותר – בשל חשיפה לתנאים סביבתיים, חברתיים וכלכליים פחות טובים.

(The Marmot Review)

# קשר בין מרחב פיזי לבריאות - עובדות

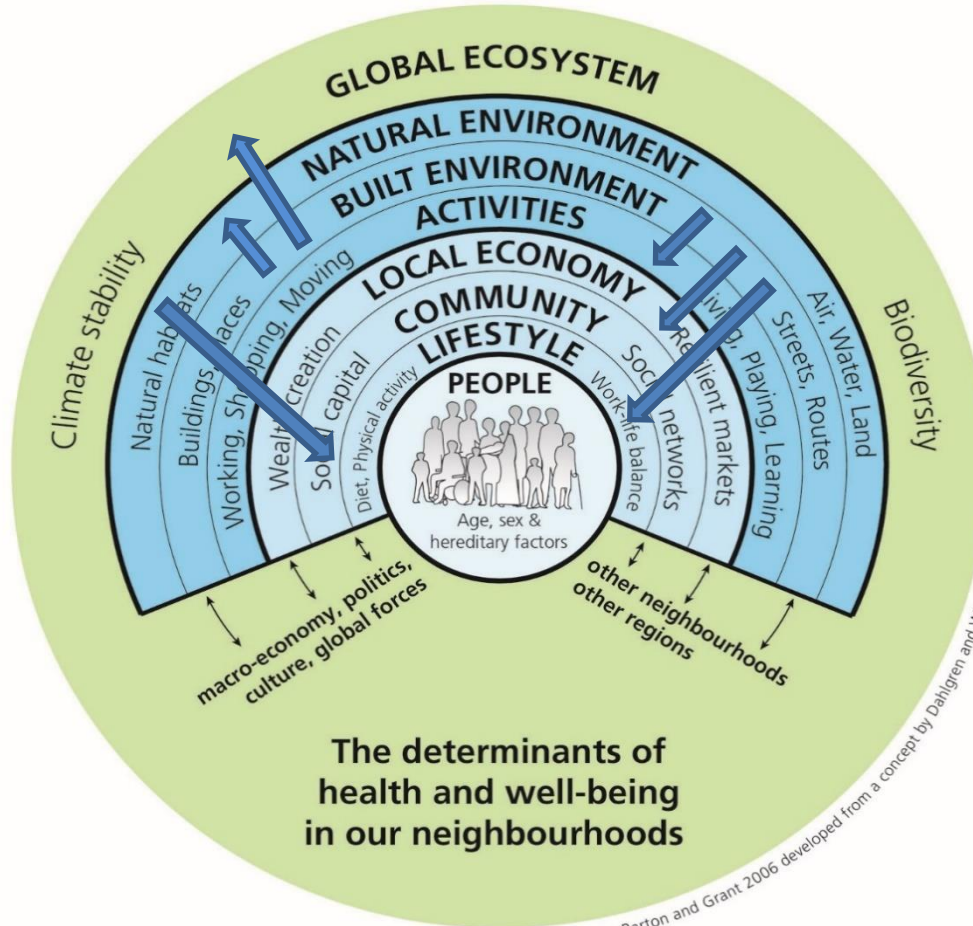
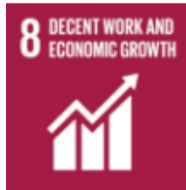
- העלאת כיסוי השטח העירוני בשטחים ירוקים ב-10%, קשורה בירידה בתחלואה ומקבילה להעלאה של חמש שנים בתוחלת החיים. (WHO)
- הגברת ההלכתיות (WALKABILITY), שיפור הקישוריות, התשתיות והבטיחות – מגבירה פעילות גופנית גם בגילאים מבוגרים ומבוגרים מאוד, מעורבות חברתית ושלומות נפשית. מורידה BMI, סיכון לסוגים מסוימים של סרטן, שבץ, סכרת, בעיות שלד שריר ושלומות נפשית. (public Health England)
- תחבורה מקיימת (הליכה, רכיבה ותח"צ) ובטוחה – מגבירה את הניידות, הפעילות הגופנית, מעורבות חברתית – בכל הגילאים ומורידה תחלואה פיזית ונפשית. (public Health England)



דוגמאות נוספות:

<http://eprints.uwe.ac.uk/31390/>

# Human Ecology Model of Settlement



The health map: Barton and Grant 2006 developed from a concept by Dahlgren and Whitehead 1991

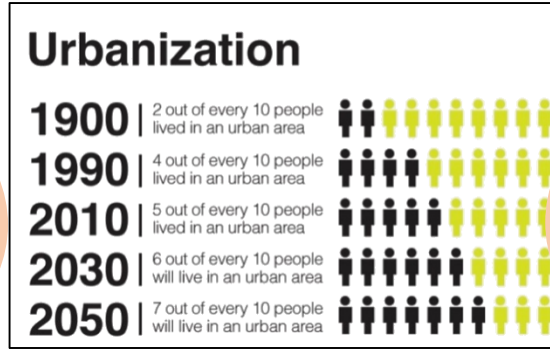
# עקרונות תכנון ותפיסת עולם

- פיתוח בר קיימא – פיתוח העונה על צורכי הדור הנוכחי ללא פגיעה בצרכים של דורות הבאים.
- פיתוח המאפשר מיצוי פוטנציאל פיזי, כלכלי וחברתי של האדם
- שמירה על איכות הסביבה.
- שמירה על השטחים הפתוחים.
- העיר היא הבעיה אבל גם הפתרון – עיר בריאה

# תפיסות תכנון עכשוויות- מהספרות



העיר מחויבת  
להתאים  
למציאות  
המשתנה – לא  
ניתן לתכנן בכלים  
של המאה הקודמת



רוב האוכלוסייה  
בעולם גרה  
בערים והמגמה  
תתחזק

איך יוצרים  
עיר שטוב  
לחיות בה?

"תכנון עבור אנשים! תכנון ערים טובות עבור כולם"

"בריאות היא מצב בו ההיבט הפיזי, הנפשי והחברתי באים לידי ביטוי מלא ומאפשרים הנאה ומימוש מלא לכל אדם ללא הבדל גזע, דת, מעמד כלכלי ומצב חברתי"

**City of Well-being: A radical guide to planning**  
Hugh Barton



# עיר של WELLBEING תשאף לספק, לפתח ולעודד בעיקר:

## זיקה לטבע עירוני

קישור הסביבה הטבעית לעיר מאפשרת לשמר בתי גידול ייחודיים ולעודד פעילות והכרות עם ערכי טבע



## מעורבות אזרחית

השתתפות פעילה יוצרת עירונית טובה וצמיחה כלכלית: נגישות ושימוש במשאבים תרבותיים, צריכת תרבות פנאי, פיתוח ויזמות



## עיצוב עירוני

הסביבה הבנויה משפיעה על אורח החיים והפעילות, זיקה ושייכות למקום, נגישות להזדמנויות, התפתחות לאורך זמן ביחס לצרכים המשתנים



## כלכלה חדשה

פיתוח אפשרויות תעסוקה בדגש על מגוון, רב תחומיות והתחדשות על העיר לספק מגוון הזדמנויות תעסוקה בפריסה רחבה, עידוד יזמות מקומית ועסקים קטנים



## חברתיות

הידוק השייכות והזיקה הקהילתית על ידי עיצוב מרחבים ציבוריים ושכונתיים מעודדי מפגש, היכרות ושהייה משותפת כבסיס לקהילה עירונית בריאה והתגברות על בדידות וניכור



## אורח חיים פעיל

מרחב עירוני המזמין את מגוון קהילות העיר והעוברים בה למרחב חיים בריא בהתאמה לאורח החיים, לתרבות המקומית, למאפייני המקום, תבנית הנוף, המשק המקומי



ולהרחבה והעמקה - City of Well-being: A radical guide to planning

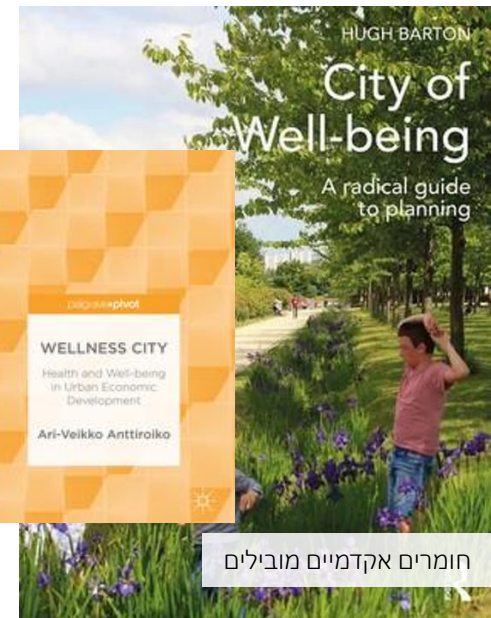
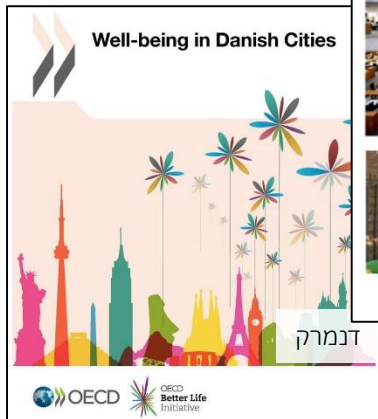






# מגמה כלל עולמית

ערים רבות בעולם מאמצות את Wellbeing –  
בסיס לתכנון העירוני המקומי



<b>ACTIVE LIVING</b>	<b>HEALTHIER EATING</b>	<b>PREVENTING CRIME, VIOLENCE AND INJURY</b>	<b>PLANNING FOR PEOPLE</b>	<b>SOCIAL INCLUSION</b>
Facilitate opportunities for people in the Melbourne municipality to live more active lifestyles.	Advocate for enhanced access to nutritious food in the municipality, so that eating healthy food is an easier choice.	Partner to create an environment that feels safe and minimises harm, including from alcohol and other drug use and violence against women and children.	Provide community and social infrastructure and services to maintain quality of life in a growing and increasingly diverse city.	Facilitate opportunities for all people to participate in the social, economic and civic life of the city, irrespective of ability, background, orientation.



# הליכתיות Walkability

ההליכה היא דרך טבעית, שוויונית, בריאה וסביבתית לנוע במרחב העירוני, היא מרכיב חשוב בהתרחשות העירונית על כלל מרכיביה.

- **בריאותיים** - קידום אורח חיים פעיל מביא לרווחה גופנית עם תמיכה מחקרית הקושרת בין הליכה לירידה בתחלואה קרדיווסקולרית, שני סוגי הסוכרת, סוגים מסוימים של סרטן, שבץ, ירידה במדד BMI ורווחה נפשית.
- **סביבתיים** - צמצום פליטות מזהמות מתחבורה ממונעת בדלקים פוסיליים
- **תחבורתיים** – הקלה על עומס כלי הרכב, בעיקר בתוך שכונות ומרקמי בניה צפופים
- **שיפור ההנגשה את תח"צ** – מרחב הליכתי נוח ונעים אל תחנות תח"צ מעודד את השימוש בו
- **חברתיים** –
- צמצום פערים – מרחב הליכתי מנגיש לכל שכבות האוכלוסייה פעילויות תעסוקה, השכלה, פנאי ותרבות
- קהילתיות - הזדמנות לאינטראקציה בין אנשים

# הליכתיות Walkability

- **קוגניטיביים** - הליכה משפרת את התפקוד הקוגניטיבי ומשפרת את הריכוז
  - **בטיחותיים** – הפחתת תנועת רכבים לצד עלייה בתנועת הולכי רגל מביאה להעדפת הולכי הרגל
  - **בטחון אישי** - ריבוי אנשים ההולכים והשוהים במרחב מגביר את תחושת הביטחון האישי, בעיקר בקרב ילדים ונשים.
  - **כלכליים** – מרחב הליכתי המזמן מעבר ושהייה בו, מגדיל את פעילות הכלכלה המקומית.
- ... ועוד.



# התחדשות מרכז העיר בירושלים פיתוח קו הרכבת הקלה

הפיכת רחוב מרכזי זה...



# התחדשות מרכז העיר בירושלים פיתוח קו הרכבת הקלה למרחב נעים ומזמין להליכה ושהייה



# התחדשות מרכז העיר בירושלים

## פיתוח קו הרכבת הקלה



# Placemaking

**Placemaking is a multi-faceted approach to the planning, design and management of public spaces. Placemaking capitalizes on a local community's assets, inspiration, and potential, with the intention of creating public spaces that promote people's health, happiness, and well being.**

**(Wikipedia)**



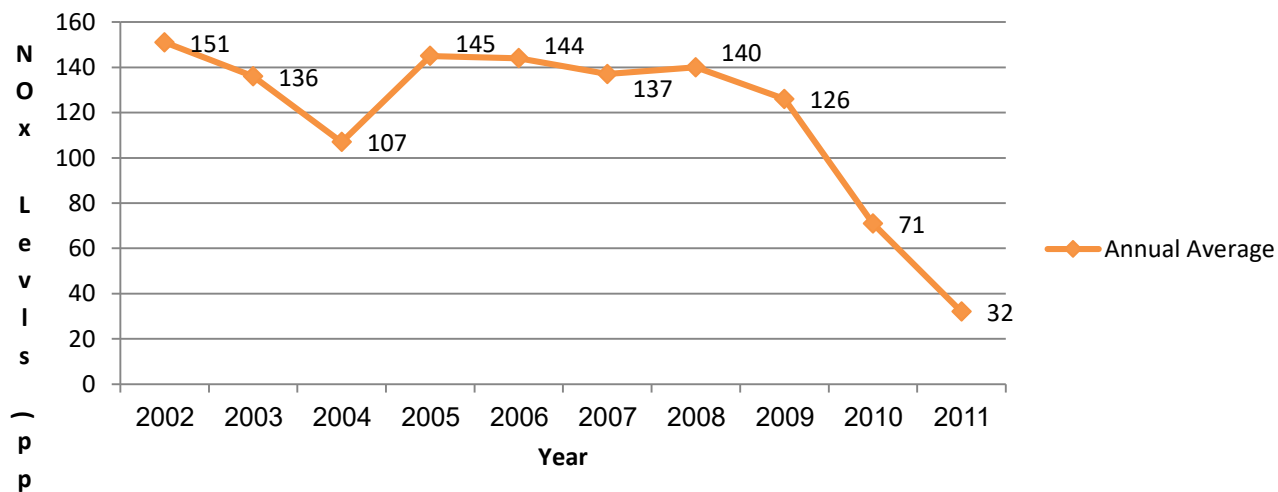
# התחדשות מרכז העיר בירושלים

## פיתוח קו הרכבת הקלה

התוצאה:

ירידה בזיהום האוויר

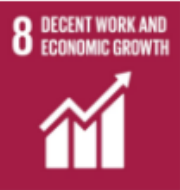
Annual Average NOx Levels - The Davidka Square Air Monitoring Station on Yafo St.







# התחדשות מרכז העיר בירושלים פיתוח קו הרכבת הקלה



## התוצאות:

- הולכי הרגל שבו לעבור ולשהות במרכז העיר
- חזרה תחושת בעלות הקהילה על המרחב הציבורי
- היקף הפעילות העסקית עלה במרכז העיר



# מתחם התחנה הראשונה פיתוח מרכז פנאי, תרבות ונופש

לפני

אחרי





# מסילת הרכבת הישנה

## פיתוח פארק עירוני אורכי



# מסילת הרכבת הישנה פיתוח פארק עירוני אורכי

הפיכת מסילה ישנה ומוזנחת  
לציר הליכה, ריצה, רכיבה



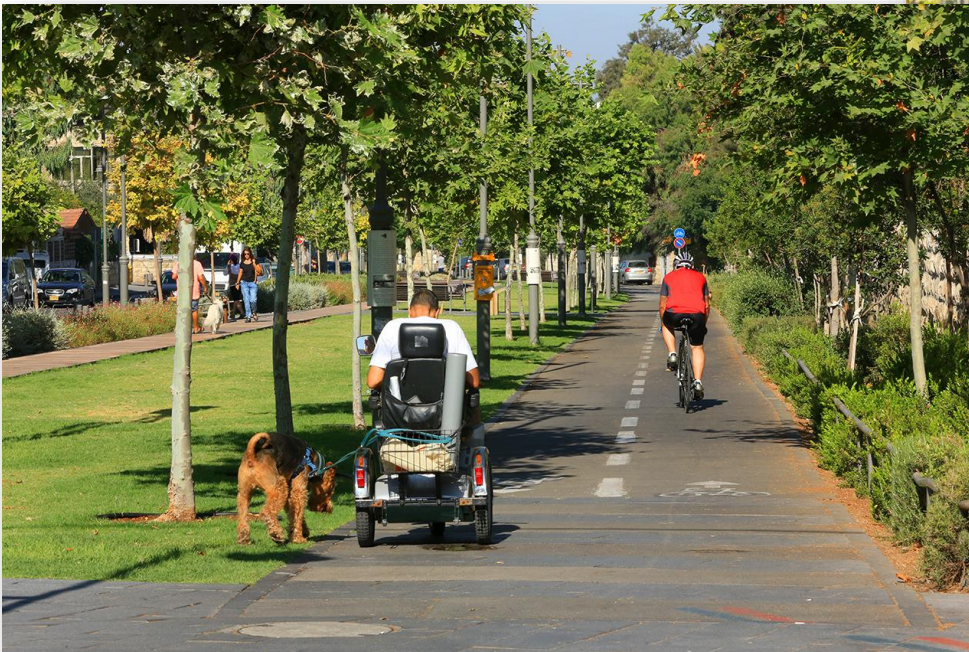
# מסילת הרכבת הישנה פיתוח פארק עירוני אורכי

הפיכת אזור חיץ –  
לציר מקשר בין שכונות ואוכלוסיות



# מסילת הרכבת הישנה פיתוח פארק עירוני אורכי

קידום אורח חיים  
פעיל ובריא



וכיף!



# ספריות השאלה פתוחות בתחנות אוטובוס ישנות

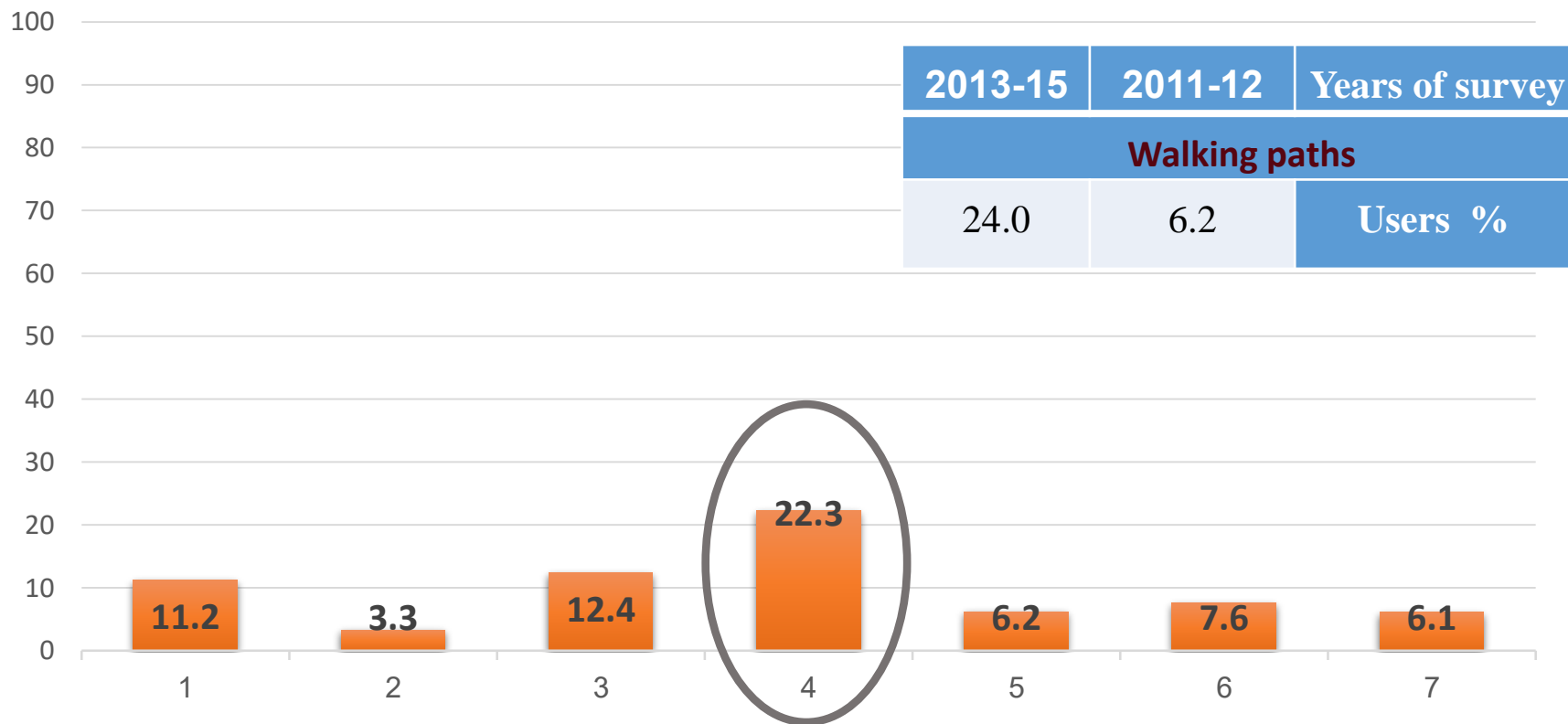


פלאש 90 rights:

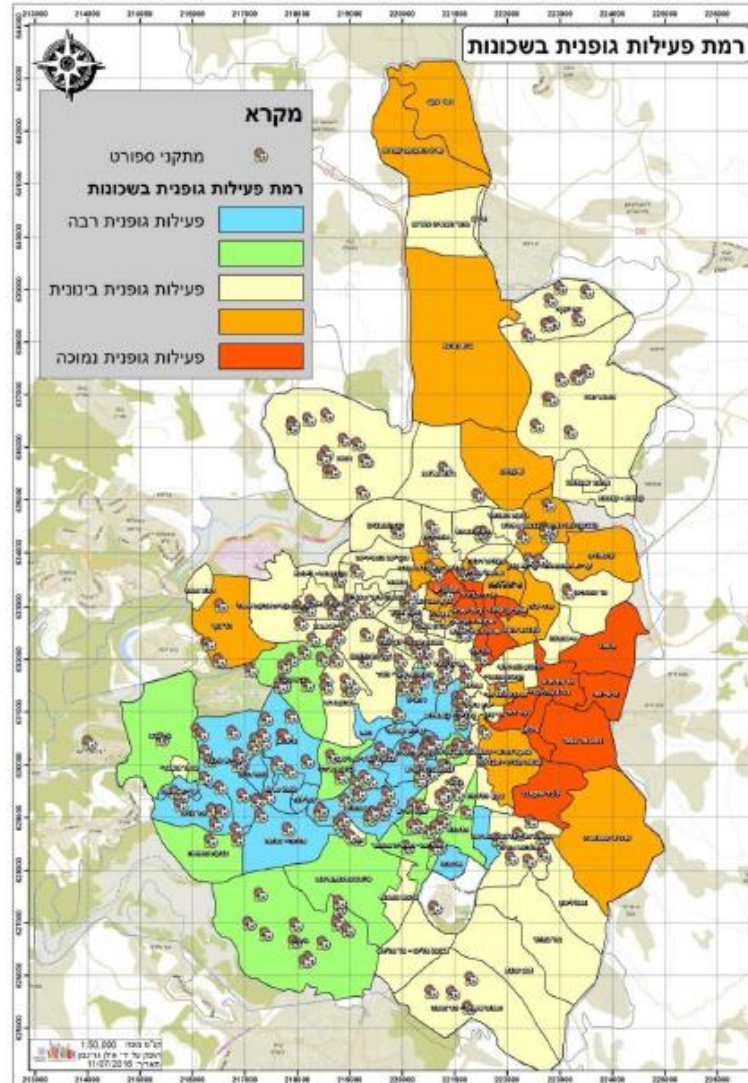


# אחוז הולכי הרגל המשתמשים בשבילי הליכה בחלוקה לאזורים לפי פרופיל הבריאות העירוני

אחוז משתמשים



# הקשר בין התשתית הפיזית ואורח החיים של התושבים מפרופיל הבריאות העירוני



# תפקיד השלטון המקומי

- **עיצוב הסביבה הבנויה: פריסת רחובות, שימושי קרקע, מיקום מתקני נופש, פארקים ובנייני ציבור, מערכת תחבורה:**
- **תכנון מקומות עבודה, מרכזים מסחריים, בתי ספר ומרפאות בתוך שכונות משולבות המקלות על ההליכה והרכיבה על אופניים**
- **לשלב בין אסטרטגית השימוש בקרקע ובין תכנון התחבורה**
- **נגישות נוחה ליעדי מפתח כמו פארקים, מוסדות, שטחים ירוקים, מקומות עבודה וחנויות**
- **מדיניות עירונית המעודדת ומאפשרת פעילות גופנית**
  
- **תכנון מעודד עירוב בין דורי**
- **הוגנות**
- **בטיחות בדרכים ובמתקנים**
- **לספק תמריצים להפיכת מגרשים ריקים ואזורים הרוסים לשטחים ירוקים או פתוחים**

# דוגמא לתכנון עירוני בריא לונדון - Checklist

## ארבעה נושאים שנבדקים:

- דיור בריא
- תחבורה מקיימת – הליכה/ רכיבה
- סביבה בריאה (זיהום אוויר, רעש, מגוון ביולוגי, שטחים פתוחים, חקלאות עירונית, שיטפונות וכד')
- השכונה הטובה (שירותי בריאות, תשתית חברתית, תעסוקה ובריאות במקומות העבודה, גישה למזון מקומי וכד')

## כל נושא נבדק בהקשר של בעיות בריאותיות כמו:

- השמנת יתר ותחלואה הקשורה למיעוט פעילות גופנית
- תמותת חורף
- זיהום אוויר ורעש
- בטיחות בדרכים
- בידוד חברתי

	Air Quality assessment	Biodiversity and ecology report	Code for Sustainable Homes	Design and Access Statement	Flood risk assessment	Landscaping Strategy	Noise impact assessment	Open space assessment	Planning Statement	Regeneration statement	Retail impact assessment	Sustainability statement	Transport Assessment and Travel Plan
Healthy homes			✓	✓					✓	✓		✓	
Active Travel				✓					✓				✓
Healthy environment	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓			✓	
Vibrant neighbourhoods				✓		✓			✓	✓	✓		

## איך משתמשים במודל?

המודל מיועד להציג מתווה עבודה המאפשר שילוב תפיסת ה-Wellbeing בכל תכנית, כחלק בלתי נפרד מתהליך התכנון.

על מנת שתכנון ל-Wellbeing יקבל משמעות תכנונית כוללת, נכון להטמיע בהדרגה את המודל בקרב המתכננים, הפורומים העוסקים בתכנון ירושלים ויועצי התכנון לירושלים – כבסיס להנחיית התכנון, גיבוש תכניות וקבלת החלטות בפורומים הרלבנטיים.

מתקדמים על בסיס שלבי תהליך התכנון:

- **ההערכות (טרום) לתכנון** - מפרט ובחירת צוות תכנון מוטה Wellbeing (פירוט בסוף)
  - **אפיון ומיפוי** - התאמה למגמות תכנון עכשוויות ואפיון האזור והעיר על אתגריה וחוזקותיה
  - **גיבוש החזון, המדיניות, תפיסת התכנון** - התייחסות לסוגיות ערכיות העולות במהלך התכנון
  - **גיבוש הפרוגרמה, המלצות התכנון, התכנית** – שימוש בשאלות מקדמות תכנון ל-Wellbeing – בהתאם ליעדי התכנון
- בכל שלב ניתן להוסיף ולעדכן את המודל. ככל שהמודל יתעדכן יותר כך הוא יהיה רלבנטי ויעיל יותר.

בהמשך יידרש לפתח את מרכיב ההערכה ולשלב אותו כחלק בלתי נפרד מהמודל

תכנון ל-Wellbeing הוא חלק ממגמה עולמית, המכירה בחשיבות פיתוחן של ערים טובות: **בריאות** - במובן הרחב של המושג; **חכמות** - במשמעות הערכית של המונח; **מזמינות** - בהיבט החברתי-תרבותי; **נוחות** - במובן הסביבתי והמקיים - למגוון קהילתי.

ה-Wellbeing מהווה 'מטרייה' לכל אלה - קריאת כיוון לתכנון ואתגר מוביל ל**מנהיגות המקומית** – המקצועית והציבורית.

ירושלים, על כלל מאפייניה, מעמידה אתגרים משמעותיים בפני עולם התכנון ודווקא משום כך ראוי ונכון שתהיה המובילה תכנון ל-Wellbeing בישראל ובעולם התכנון בכלל.

המהלך המוצג מיועד להטמיע בירושלים תכנון המזמן לכלל תושביה והבאים בשעריה – היום ובעתיד, איכויות המתעדכנות לאור המציאות המשתנה ובהתאמה לירושלים.

זהו מהלך המניח תפיסת תכנון רחבה, כוללת, רב תחומית – המשקפת קוד ערכי ומספקת כלים לניהול והובלת התכנון בהתאמה לאורחות החיים העדכניים, למציאות המשתנה ולמאפייני ירושלים.

המודל הירושלמי לתכנון ל-Wellbeing מעמיד את ירושלים בחוד החנית התכנוני, מניע פיתוח ידע ושיח עדכני, פותח הזדמנויות ומעודד שיתופי פעולה, זיקות ויחסי גומלין על בסיס ותוך העצמת המקומיות הירושלמית.

“We shape our buildings; thereafter they shape us.”  
Winston Churchill

תודה רבה!

