

חשיבות הטבע העירוני לחוסן הקהילתי

יעל זילברשטיין ברזידה yaelz@spni.org.il
יחידת טבע עירוני





אדם

חוסן
ישראלי

חברה

טבע

סולידריות
ישראלית
וחיזוק
האדם
הטבע
והחברה

טבע שומר אדם שומר טבע

חשיבות תשתיות הטבע העירוני

- תרומה לשמירת המגוון הביולוגי.
- תוכן לפעילות חינוך, תרבות, פנאי ונופש לתושבי העיר.
- חיזוק הקשר לטבע, סיוע להעצמה וחוסן קהילתי ולמיצוב דמותה הייחודית של העיר.
- מיתון מפגעים סביבתיים (רעש, הצפות וזיהום אויר).
- חסכון בעלויות תחזוקה (בהשוואה לשטחים מגוננים).



עפיפונית משוטטת – עפולה



חבצלת החוף – אשדוד



כוס החורבות בקינון – יקנעם עילית



מערה טבעית – טירת כרמל

הטבע המקומי מאפשר שירותי מערכת אקולוגית חיוניים - בחינם



שירותי פנאי ונופש – אקו-פארק גלילות, ת"א



שירותי הדברת חרקים – סנונית רפתות, עפולה



שירותי וויסות נגר – נחל רחביה, ירושלים



שירותי רעייה – צבי ישראל, יער שהם



שירותי טיהור אוויר וויסות אקלים – יער חדרה



שירותי האבקה – זנב-סנונית נאה, יקנעם עילית

טבע עירוני בעידן של שינוי אקלים – פתרונות והזדמנויות

30%
Nature-based
Solutions could
contribute around 30%

of the global mitigation required by 2030/2050 to achieve the 1.5/2°C temperature rise goal agreed to under the Paris Agreement

[Read more](#) →

5 GtCO₂e
Nature-based
Solutions could deliver
emission reductions

and removals of at least 5 GtCO₂e per year by 2030 (of a maximum estimate of 11.7 GtCO₂e per year).

[Learn more](#) →

IUCN (<https://www.iucn.org/our-work/topic/nature-based-solutions-climate>)



<https://climate.nasa.gov/news/>



- Nature 2030
- Our Work
- Our Union
- Resources
- Get involved

Home / [Our Work](#) / Ecosystem-based Adaptation

SHARE: [f](#) [t](#) [in](#) [e](#)

Ecosystem-based Adaptation

Ecosystem-based Adaptation (EbA), also referred to as *Nature-based Solutions for Adaptation*, involves a wide range of ecosystem management activities, such as the sustainable management of forests, grasslands, and wetlands, that increase the resilience and reduce the vulnerability of people and the environment to climate change.



<https://www.iucn.org/resources/issues-brief/ecosystem-based-adaptation>

קורונה קורונה בישראל

מומחים: "חשיפה לטבע חיונית לבריאות בתקופת הקורונה"

החברה להגנת הטבע ואיגוד רופאי בריאות הציבור קוראים לממשלה לאפשר לציבור לצאת ולטייל. בינתיים, החיות חגגו בסוף שבוע בטבע השומם מאדם. נרשמת עלייה באימוץ כלבים

יובל בננו 11:21 19/04/2020 2 דק קריאה



שתפו:

תגיות: טיולים / אימוץ כלבים / בניף הקורונה



פילם: יורג' שאר

24 שעות

"הקורונה גומה לאנשים להעריך מחדש את הטבע. גם אם זו רק חלקה קטנה בתוך העיד"

הם חופרים בשכונות מגורים מעברים תת־קרקעיים למכרסמים חוחלים, מעתיקים כוורת דבורים מאזור שמיועד לפיקניקים לשמורה נפרדת, ומתמודדים עם בעיית חזירי הבר בחיפה: עשרה אקולוגים עירוניים מטעם החברה להגנת הטבע מועסקים בעירויות ובמועצות המקומיות בישראל. תפקידם הוא לשמור על החי והצומח ולהנגיש אותם לתושבים. כתבו יצא איתם לשטח ושמע על הצמח למרחבים פתוחים, דווקא בתוך הערים, שנולד – איך לא – בעקבות משבר הקורונה. "ברגע שסוגרים אותך בבית 24/7, אתה פתאום אומר לעצמך 'וואו, אפילו להריח פרח אני לא יכול'"

איתי אילנאי / צילום: יאיר שגיא

הצבים ועוד ועוד מדגים של בעלי חיים, שמילוא עם את הסכנים המתחים של נגיף, החלו להצטקת, חלק מהמינים הללו נמצא כיום בסכנת הכחדה.

לפני כמה החלה עריית נגיף, בסיוע הרך לטמיה על טיפוחים פתוחים, לחסוך מעבר אקולוגי תחיקתיק מתחת לפרדות בניגורון, חום מתחמטים בו כמחמטים וחוחלים, ושרי פעם תתגלו גם מתנים וביזונים אחרים. 4 מיליון שקלים הוקצו במרוקם, לא כסף קטן, אלא שבי סמכותי מהעניין הם לא רק הלימות והתנאים, טבעת יעקב לנסגן וכבר הלימת את האיוון למערכת האקולוגית. גם בני האדם נתנים מהמבער המטר טהינ' סמכזיח את הטבע בתוך העיר נגיף.

בביתא לתכסול בלתי עברי עור הרביילים,

קער או תרובצו חמסי בן הריעות של חוף חום לבריית הוויף גורלה טמכמאת בלב העיר העצב הריס ציטמ את טטור החמיה את הרביילים חוקטי עליהם להיטג טון ולהווינן, והם לא היו לבה גם אוכלוסית של לטאת טמט טענות השקלה קרפדות החץ קיטור החולות,



מכאן הקורונה אנשים פתאום הבינו למה הטבע חשוב להם, מתלכב עמיד בלבן, מנהל תחום טבע עירוני בחמיה להגנת הטבע, כרבע סטורטס אחר בבית 24/7, או מאטרים לך לצאת למרוחק של קילומטר בלבן, אתה פתאום אומר לעצמך 'וואו, אפילו להריח פרח אני לא יכול', או אתה מנהל סלמרות מכני הארם מנהלים חיים טאר טורדיניים, הטבע הוא עיין חלק בלתי נפרד מהחיים שלהם. זה לא מתחרות, זה צורך חיוני.

המוטג 'טבע עירוני' קשי' להיטמט כמו איקטיטורון, אבל הכוזה קמנה של אנשים פועלת מדי יום כדי להכניח את קומו בישראל, מתריסר אקולוגים עירוניים מועסקים בעירויות ובמועצות סמכותי ברחבי הדינע, והמטרה שלהם היא לטמור על החי והצומח ולהנגיש אותם לחי טבים מכלי לפענץ במינם העירוני ואפילו כרי להקטידי אתנו. זה מסיחק מורכב ועדין טבו בולם מרוויחים – הרביילים ובני הארם.

משמרים את הטבע

לא במקרה בחרנו להתמקד בנגיף. עיר החוף התוססת היא גם העיר הראשונה בישראל שיש עיסיה אקולוגי עירוני במטרה לטאח, כבר לפני יותר מעשור. בטבע עיבר נמכטנו טם כפאקן הולולית, א' וריק טוקף בניינים, עם שלום אקולוגיות עירוניות: טל אלמלית מתנגיה, יעל אלק חויסה וערדה ישאלי ירושלים. לפנישה המטרה טעמת לנגנת הטבע, בלבן ויעל ולברטייניוירוד, מנהלת יחידת סקרי

מטמטי רמטייה טועלים כולם מנוי בלנטסון חוככים טבעים רחבי טוליים, סמט האנשים סמטולנים לנגל טיהו טל חגי טעה על הרגאת הרודור, פרפר טק טוחלף על פנינו כאמכע חסיה בטלב סמרים חוכן בלבן, בחלהמט טל ילה, לעבר טן טל צדעה מסוג סלוחת סתהטוד בוח על נבעול טל אחר חרצים. 'אם הערעה טקעצבת, מברוח', העלין.

לרבייה, הטורונה טנגה חויסה ארייה לתוחם האקולוגיות העירוניות, 'התגלך זהה נמכא רענ לפני הפריצה', הוא מבטיח, ומסתמס בריטיו מעולם העומת, 'ע' קמטיו האקולוגים העירוני טים הרניטו טמם פרח גייה, הבטורה היא טים עומדים להיות פרח כטרה פורח'. סמכינו צומחים מנדלי מנורים לבנים, עצי אלון דתמו וכני טוח, כטלמלסת טל ציטר נוחת על כמפה טל אחת האקולוגיות, בלבן רואה כבר טיסן לכך טמערמכת האקולוגיות מתקפת. הטבע כאן אמנם מחורם אך גם פראי ורובני סמטות טכות טנו טוצמאת כאן רעני טלוחים ילורים בני 12 טללא רוא כיתה כמפנים כבי כמ טכועות ורודים אחרי קרפדה. ו כרוק התוססת היא גם העיר הראשונה בישראל שיש עיסיה אקולוגי עירוני במטרה לטאח, כבר לפני יותר מעשור. בטבע עיבר נמכטנו טם כפאקן הולולית, א' וריק טוקף בניינים, עם שלום אקולוגיות עירוניות: טל אלמלית מתנגיה, יעל אלק חויסה וערדה ישאלי ירושלים. לפנישה המטרה טעמת לנגנת הטבע, בלבן ויעל ולברטייניוירוד, מנהלת יחידת סקרי



תרופת הסבתא של הטבע

זו לא רק תחושת בטן: מחקרים מדעיים מוכיחים ששהייה בטבע יכולה לרפא את הגוף ואת הנפש - ואפילו לא צריך ללכת בשביל זה

התרופה העתיקה ביותר ללחץ וחרדה

אם אחרי שהייה בטבע אתם פתאום מרגישים חיוניים יותר ואופטימיים יותר, דעו שזה לא מקרי. מחקרים מדעיים מוכיחים ששהייה בטבע הוא תרופה לכל דבר, נגישה וזולה יותר, ומשפיעה עלינו פיזיולוגית ומנטלית.

צילום: שאטרסטוק

זמן קריאה: 3 דק'

מאת נועם בוקסנבאום



לשהייה בטבע יש חשיבות עצומה לבריאותנו, הפיזית והנפשית, ולא במקרה – המין האנושי התפתח במשך מיליוני שנים, בסביבה טבעית, החושים שלנו ומבנה הנפש שלנו, מכווננים לגירויים בטבע, ולכן, אפשר להגיד, שהטבע הוא תרופת הסבתא העתיקה ביותר שלנו. בשנים האחרונות, **המדע מוכיח שסבתא טבע צודקת.**

מחקר שפורסם בשנים האחרונות, מצא כי שהות של שעתיים לפחות בשבוע בטבע, מביאה לשיפור משמעותי בבריאות הפיזית והנפשית (ולעצלנים שבינינו, שימו לב – לא חייבים לרכב על אופניים, או לרוץ, אפשר פשוט לשהות בטבע, בכיף).

אחת העדויות הראשונות להיותו של הטבע המרפא הנגיש והזול ביותר, נמצאה במחקר קלאסי משנות ה-80 של המאה הקודמת, דווקא בבית חולים: אנשים שעברו ניתוח התאוששו מהר יותר עם פחות משככי כאבים, אם חלונם פנה לנוף ירוק ולא לקיר של בניין. אך האם סתם נוף ירוק, זה מספיק?



אנשים המתגוררים בשכונות עם יותר ציפורים, שיחים ועצים נוטים פחות לסבול מדיכאון, חרדה ומתח.

אוניברסיטת אקסטר, הקרן הבריטית לצפרות ואוניברסיטת קווינסלנד.

שירת ציפורים מפחיתה חרדה ומחשבות לא רציונליות.

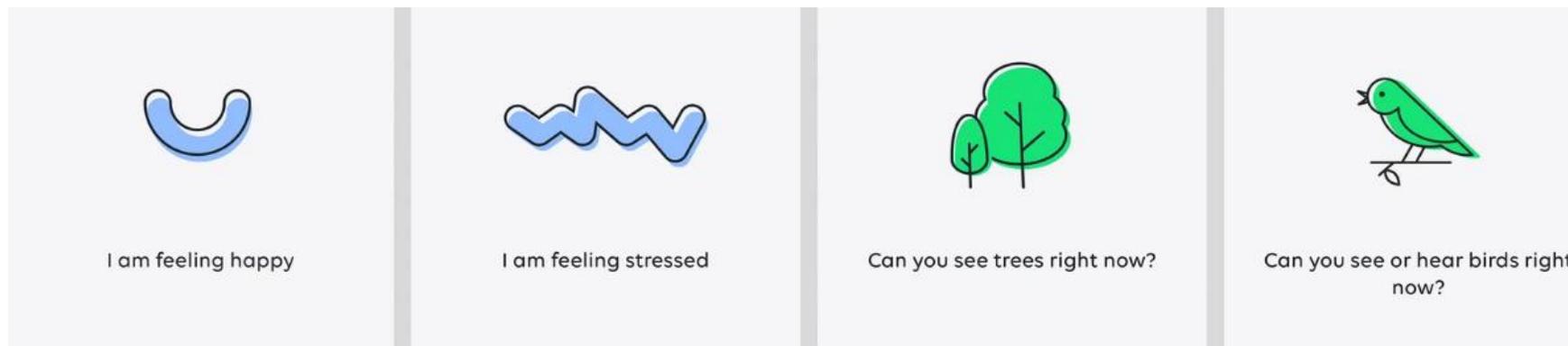
חוקרים ממכון מקס פלנק להתפתחות האדם (UKE) Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

הערכה מבוססת סמארטפון חושפת יתרונות בריאותיים נפשיים מחשיפה לציפורים.

a collaboration between King's College London, landscape architects J&L Gibbons and arts foundation Nomad Projects.

הקשקוש העדין של נחל או קול הרוח בעצים, יכולים לשנות את התודעה ואת מערכות הגוף שלנו ולעזור

לנו להירגע (BSMS) Researchers at Brighton and Sussex Medical School



Listen! Birdsong is good for mental health

Study investigates the influence of birdsong on mood, paranoia, and cognition

OCTOBER 13, 2022

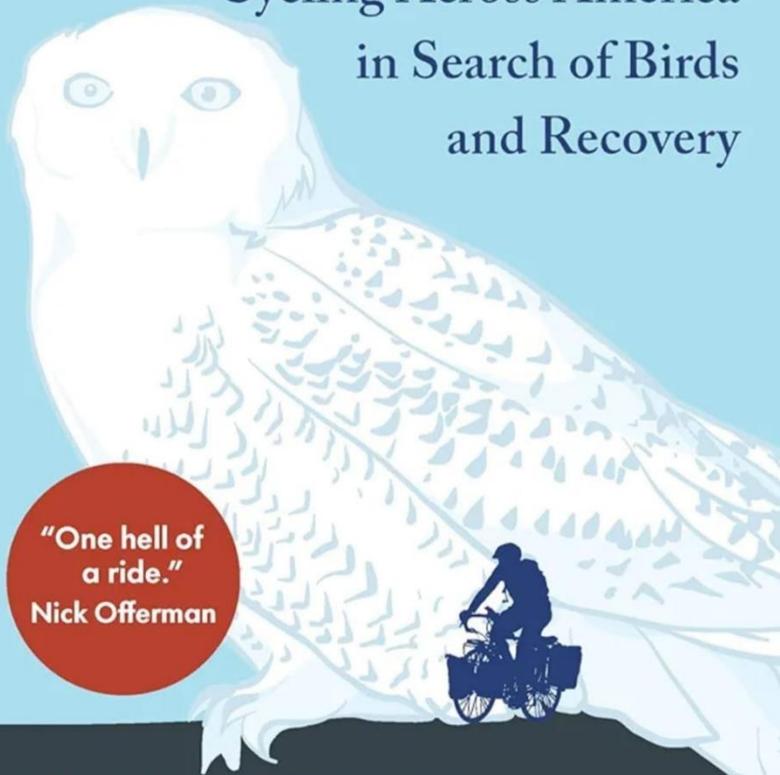
Health

When you next hear cheerful twittering of birds, you should stop and listen. Researchers from the Max Planck Institute for Human Development and the Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) have shown that birdsong reduces anxiety and irrational thoughts. Their findings are published in the journal *Scientific Reports*.



Birding Under the Influence

Cycling Across America
in Search of Birds
and Recovery



"One hell of a ride."
Nick Offerman

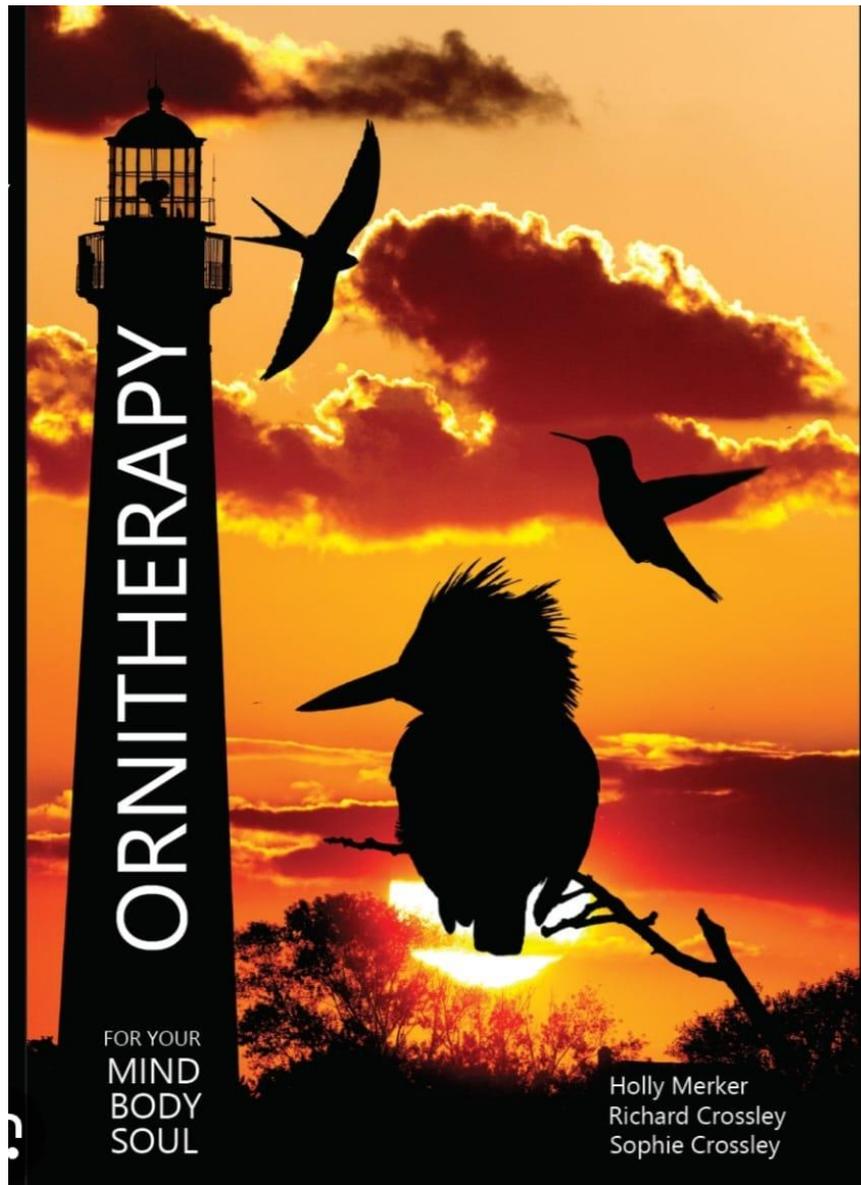
DORIAN ANDERSON

Bird Therapy

Foreword by
CHRIS PACKHAM

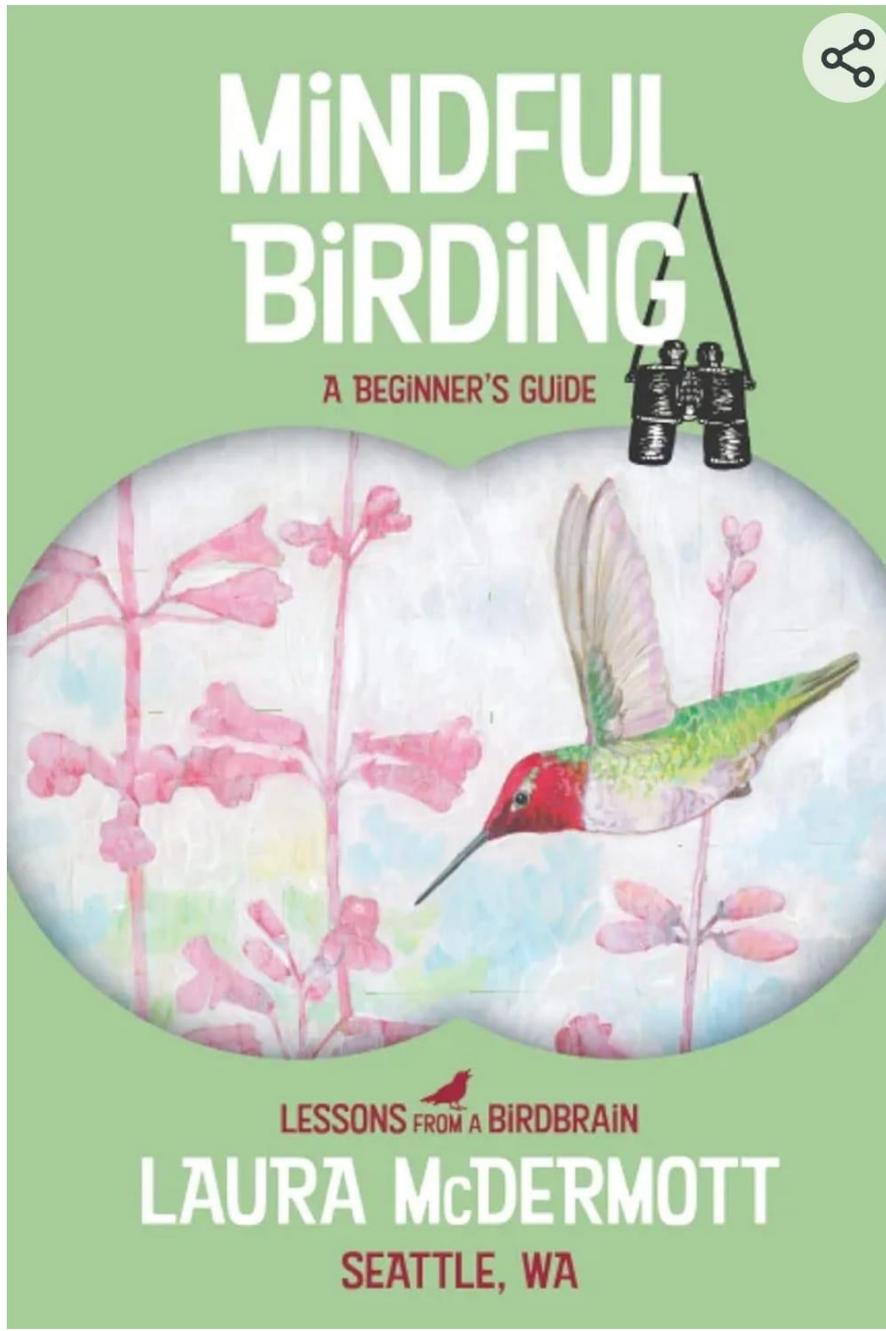


Joe
Harkness



FOR YOUR
MIND
BODY
SOUL

Holly Merker
Richard Crossley
Sophie Crossley



במחקר אחר, על משתמשי פארקים בעיר שפילד בבריטניה, נמצא שמגוון ביולוגי עשיר יותר (מגוון גבוה יותר של צמחים, פרפרים וציפורים) העלה את היכולת לעיבוד חוויות והעצים את החוסן הנפשי של השוהים בפארק. שהות בטבע, נמצאה גם כתחליף נהדר לריטלין עבור ילדים עם הפרעות קשב וריכוז: מינון הריטלין עבור ילדים כאלה, בעת שהות בטבע, **צנח ביותר מפי שניים**, לעומת המינון בפארק עירוני בנוי, כמו מגרש משחקים.

בקיזור – מחקרים מצאו ששהות בטבע, מפחיתה לחץ נפשי, מעכבת תגובות אלימות או אימפולסיביות, מפחיתה סימפטומים של דיכאון, חרדה והפרעות קשב, מעודדת יצירתיות ומעלה את תחושת הערך העצמי והאושר הפנימי באנשים – הן כפרטים, והן ברמת הקהילה והאוכלוסייה.

לכן דווקא בימים כמו אלו, ולמרות שאולי זה קשה – כדאי מאוד לצאת רגע מהבית, לנשום אוויר צלול, לשבת בצל עץ ולתת לטבע לעשות את שלו.



אין צורך בניסיון- לא יקר- אין צורך בציוד- ניתן לעשות בכל מקום



1



רמת גן

2



נתניה

3



ירושלים

4



חיפה

5



תל אביב - יפו

6



באר שבע

7



באר שבע



חיפוש טיול בטקסט חופשי

חפש <

הטיולים שלנו

בתי ספר שדה

שביל ישראל

סימון שבילים

טיולים מומלצים

צפרות

אטרקציות למשפחה

שמירת טבע וסביבה

טבע עירוני

מפת סקרי טבע עירוני

מידע מקצועי

ארכיון סקרי טבע עירוני

ילדים ונוער

פעילות בעיר ובישוב שלי

טיולי ארץ אהבתי

הכשרת מדריכים

משמר התכנון

שנת שירות ושירות לאומי

מוקד טבע - בטיחות בטיולים

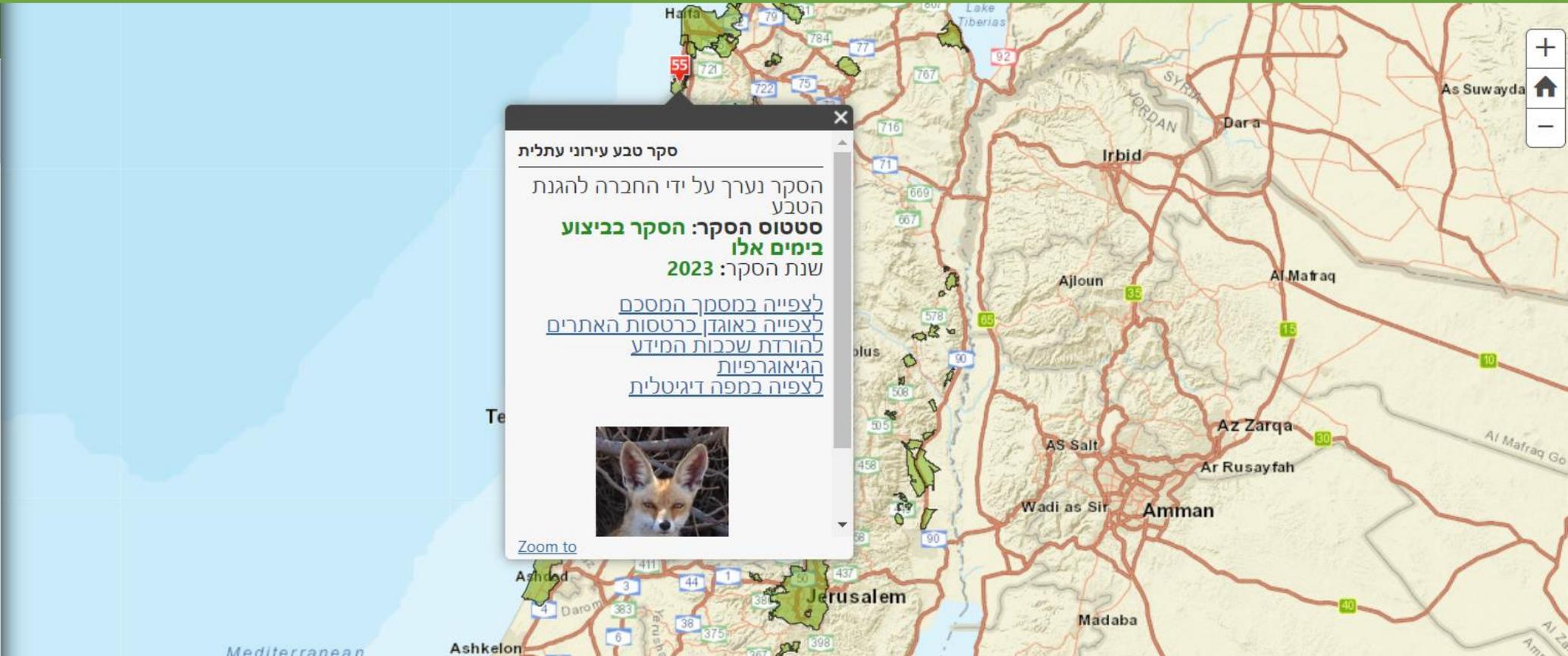
מפתח סקרי תשתיות טבע עירוני

לפירוט נוסף יש לבחור בסקר הרצוי מן הרשימה או ללחוץ עליו על המפה

עתל



עתלית



סקר טבע עירוני עתלית

הסקר נערך על ידי החברה להגנת הטבע

סטטוס הסקר: הסקר בביצוע

בימים אלו

שנת הסקר: 2023

[לצפייה במסמך המסכם](#)

[לצפייה באוגדן כרטסות האתרים](#)

[להורדת שכבות המידע](#)

[הגיאוגרפיות](#)

[לצפייה במפה דיגיטלית](#)



Zoom to



לגלות את הטבע הנפלא של עתלית

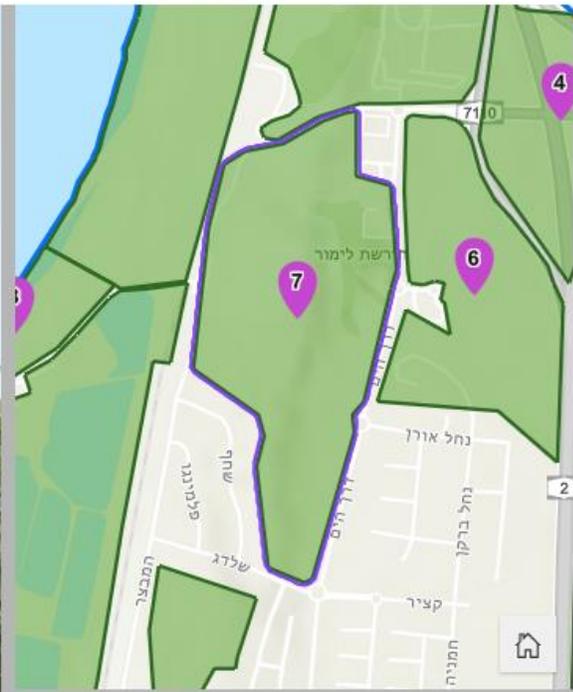
ממצאי סקר טבע שנערך ביושוב



בתמונה: סחלב פרפרני



לחצו לצפייה בכרטיס האתר



חורבת קרתא

רכס כורכר שמור היטב, בין רחובות דרך הים והמבצר וצפונית לשכונת הרכס ובו אתרים ארכיאולוגיים רבים ומבצר חצוב בערוץ נחל אורן, המהווה מוקד משיכה למטיילים ומציע תצפית מצויינת למבצר עתלית. מגוון הצומח כולל צמחיית שיחים, צמחיית נחלים וגיאופיטים רבים, ביניהם ריכוז גדול של חצבים בראש הרכס. מינים אדומים שנצפו: כרכום גיירדו-חופי ואלמוות ארץ-ישראלי ומין קרוב לסיכון: אספסת כדורית. מיני דגל: חצב מצוי, זית אירופי, עירית גדולה, סתונית היורה, כלנית מצויה ורקפת מצויה. כן נצפו מיני בעלי חיים שונים, ביניהם מיני הדגל: חזיר בר, מריון מצוי, בז מצוי, סבכי שחור-ראש, חרדון מצוי, צב-יבשה מצוי, קמטן זנב-סנונית נאה. גישה עיקרית מחניון לימור וגישה משנית מרחוב המבצר. כמו כן קיימת גישה משביל הרכס. רכס כורכר שמור היטב, בין רחובות דרך הים והמבצר וצפונית לשכונת הרכס ובו אתרים ארכיאולוגיים רבים ומבצר חצוב בערוץ נחל אורן, המהווה מוקד משיכה למטיילים ומציע תצפית מצויינת

1	חוף גלים
2	רכס מגדים
3	מחנה המעפילים והמחצבה
4	מחלף עתלית
5	מזרח עתלית
6	מבוא עתלית
7	חורבת קרתא
8	החוף הפתוח
9	מפרץ עתלית
10	בריכות המלח
11	שביל הרכס
12	חוף הבסיס
13	רכס מערבי

החזון - פיתוח רשת אתרי טבע עירוניים-קהילתיים



השמש שוב זורחת, צאו החוצה: פארקים עם מרחב מוגן בתל אביב



בחינם
לכולם!

לוקחים

אוויר

יוצאים

לטייל

טיולים מודרכים
עם החברה להגנת הטבע

דגע של נחל



גם אנחנו כמו הטבע כמהים להזנה, צמיחה והתחדשות

**זוהי קריאה לכם, קהילות נחלים, להתארגן
ולארגן פעילות מקומית, קלילה ומשחררת ליד
הנחל הקרוב אליכם.**

בין הפעילויות שאפשר לעשות: קבלת שבת מודיקלית
בנחל, תפילה משותפת, פעילות בתנועה: יוגו, טי-
צ'י, מינדפולנס, אומנות בנחל או כל פעילות יצירתית
אחרת אשר תתאים לקהילה שלכם וברמתם להנחיות
מיקוד העורף באזורכם.

אנחנו יעל ודורים, עומדות לרשותכם בכל עניין
ודבר, ונשמח ללוותכם בהצמחת הרעיון ובתחשיבות
אקולוגית של סביבת הנחל. **אנחנו נשמור על נחל בריא
והוא ישמור על הבריאות שלנו.**

הקירבה לטבע ולמקורות מים משרה בכולנו החוששה
שייסוה ורועג. אנחנו, ביחידה לשיקום נחלים של
החברה להגנת הטבע מזמינים אתכם לארגן פעילות
קהילתית מחברת בין הקהילה לנחל הקרוב לביתכם.

הציעו רעיון לפעילות יצירתית ברוח התקופה
המיועדת לקהילה המקומית שלכם, ולאורחים
השוהים בימים אלה באזורכם. **הצעות טובות יזכו
בתמיכה כספית וליזוי מקצועי מהיחידה לשיקום
נחלים של החברה להגנת טבע.**

כל רעיון מתאים שיגיע יזכה בתמיכה כספית וליזוי מקצועי.

מזדמנים לפנות לדורים עובדיה: 052-567-9145 | Doris@spni.org.il



הפעם זו לא החברה להגנת הטבע, אלא הטבע להגנת החברה





החוקרות והחוקרים של הטבע: דרך חלון הבית

החברה להגנת הטבע

טבע בבית: הרצאות זום לכל המשפחה

פרטים והרשמה
בהגובה הראשונה

יום ה' 9.11



תהיו חברים

הטבע זקוק לאנשים שישמרו עליו - וכאן אתם נכנסים לתמונה. קהילת החברים להגנת הטבע היא מאז ומתמיד הכוח המניע של ההצלחות הגדולות ביותר שלנו על הנופים, חיות הבר והצמחים.



תצפיות בטבע העירוני

مشاهدات في الطبيعة
الحضرية مع جمعية
حماية الطبيعة

 Edit

Group by החברה להגנת הטבע

תצפיות בטבע העירוני עם החברה להגנת הטבע

 Public group · 1.6K members

