

שמחה רבה, אביב הגיע פסח בא

מזג האוויר האביבי, ריח הפריחה באוויר והירוק בעיניים מזכירים לנו שאנחנו זקוקים למרחב הפתוח כמו אוויר לנשימה. הוא חשוב לבריאות הפיזית והנפשית שלנו.

החלונות הסגורים התאורה המלאכותית מסך הטלוויזיה או הטלפון החכם המכוננית כל אלו הם נחלת החורף

במסגרת קמפיין 'צאו החוצה' של היחידה האזורית לאיכות הסביבה בשרון, מעודדים ילדים ומבוגרים לבלות את שעות הפנאי מחוץ למסכים ובמרחבים הפתוחים.

הפעילות במרחב פתוח מאפשרת פעילות גופנית, הזדמנות לאינטראקציה, מרחב למידה, הבעת סקרנות, חיבור למקום, תחושת ביטחון ושייכות.

אפשר להתחיל מהגינות הקרובות לביתכם, ולצאת כמעט לכל מקום. בהוד השרון, עדיין ישנם שטחים פתוחים וטבעיים סמוך לשכונות המגורים, שיכולים להיות גם הם מקום מהנה לטיול ופעילות בחוץ. כדי להעשיר את החוויה מומלץ לצאת ביחד, לצלם, לקרוא סיפור מתחת לעץ, לערוך פיקניק, לאסוף אבנים, לטפס על עצים וסלעים, לשוטט, לחפש פינות נסתרות.

אז צאו החוצה עולם שלם מחכה מחוץ למסך