



**מידע בנושא הצהרת בריאות ותעודה רפואית בהתאם לחוק מכוני הכושר (רישוי ופיקוח) (תיקון מס' 2),  
התשע"ה - 2015**

1. ביום 5.8.2015 התקבל בכנסת הצעת חוק מכוני הכושר (רישוי ופיקוח) (תיקון מס' 2) התשע"ה – 2015 (להלן – התיקון).
2. מטרת התיקון היתה לבטל את חובתו של מכוון כושר לקבל מתאמן למכוון כושר רק לאחר שהמציא לו תעודה רפואית, שניתנה לו בידי רופא, המאשרת את כשירותו הרפואית להתאמן במכוון כושר.
3. הניסיון שהצטבר עם הפעלתו של החוק בנוסחו כיום הוכיח, כי תעודות רפואיות כאמור, הנדרשות לפני אימון במכוני כושר, מונעות מאנשים רבים לעסוק בפעילות גופנית וזאת, בלי שהוכח מדעית כי תעודות רפואיות מהוות כלי סינון מתאים. בנוסף נראה כי הנזק מאי קיום הפעילות הגופנית רב מהתועלת בביצוע הבדיקות ואישור רופא.
4. לפיכך ובמטרה להגביר משמעותית את זמינות הפעילות בחדרי הכושר ולסייע בשמירה על בריאותו של הציבור, הוחלט לאפשר למבקשים להתאמן במכוון כושר, להתקבל אליו על בסיס מילוי שאלון רפואי והצהרה בלבד, בנוסח שיקבע השר, בהסכמת משרד הבריאות המאשרים כי הוא אינו סובל מבעיות רפואיות העלולות לסכנו בשעת אימון.
5. במקרה שבו המענה לשאלון הינו חיובי המתאמן יידרש להמציא גם תעודה רפואית שבה רופא אישר כי אימון בחדר הכושר אינו מהווה סיכון לבריאותו של המתאמן.
6. בתאריך 4.11.2015 פורסמו תקנות מכוני כושר (רישוי ופיקוח) (הצהרת בריאות ותעודה רפואית), התשע"ו – 2015, שנחתמו על ידי שרת התרבות והספורט ביום 13.10.15, וזאת לאחר שהמשרד קיים היוועצות עם ועדת החינוך, התרבות והספורט בכנסת וכן היוועצות עם משרד הבריאות וקבלת אישור שר הבריאות לתקנות.
7. בהתאם לתקנות נספח א' קובע את נוסח הצהרת הבריאות, וכולל את השאלות אשר תשובה חיובית על אחת מהן מצריכה הצגת תעודה רפואית. מתאמן אשר השיב תשובה שלילית על כל השאלות, רשאי להתאמן במכוון כושר על בסיס הצהרה זאת, אותה יפקיד בידי המכוון.
8. נספח ב' כולל את נוסח האישור הנדרש מהורה של קטין המבקש להתאמן בחדר כושר.

להלן התיקון לחוק והתקנות כולל התוספות לתקנות.



חוק מכוני כושר (רישוי ופיקוח) (תיקון מס' 2), התשע"ה–2015\*

1. החלפת סעיף 4 בחוק מכוני כושר (רישוי ופיקוח), התשנ"ד–1994<sup>1</sup> (להלן – החוק העיקרי), במקום סעיף 4 יבוא :

4. "כשירות רפואית (א) מכון כושר יקבל מתאמן רק לאחר שהמציא לו שאלון רפואי הכולל הצהרת בריאות חתומה בידו המאשרת שאינו סובל מבעיות רפואיות העלולות לסכנו בשעת אימון במכון כושר (בסעיף זה – הצהרת בריאות); השר, בהסכמת שר הבריאות ולאחר התייעצות עם ועדת החינוך, התרבות והספורט של הכנסת, יקבע את נוסח הצהרת הבריאות, והוא רשאי לקבוע סוגים של מכוני כושר שיהיו פטורים מהחובה לדרוש ממתאמנים הצהרת בריאות.

(ב) השיב המתאמן בחיוב על אחת השאלות בהצהרת הבריאות, יקבל אותו מכון הכושר רק לאחר שהמציא לו גם תעודה רפואית שבה רופא אישר שאין סיכון לבריאותו של המתאמן באימון במכון כושר (בסעיף זה – תעודה רפואית).

(ג) היה המתאמן קטין, תצורף להצהרת הבריאות או לתעודה הרפואית, לפי העניין, הסכמה בכתב של אחד מהוריו לאימון במכון כושר חתומה בידי ההורה; הסכמה כאמור יכולה להינתן לאימון אחד או לסוגים של אימונים.

(ד) מכון כושר ידרוש ממתאמן שימציא לו הצהרת בריאות אחת לשנתיים, ולעניין מתאמן שהמציא תעודה רפואית, ידרוש ממנו מכון הכושר להמציא לו תעודה רפואית אחת לשנה.

<sup>1</sup> התקבל בכנסת ביום י"ג באב התשע"ה (29 ביולי 2015); הצעת החוק ודברי הסבר פורסמו בהצעות חוק הממשלה – 946, מיום י"א באב התשע"ה (27 ביולי 2015), עמ' 990.  
<sup>2</sup> ס"ח התשנ"ד, עמ' 110; התשס"ג, עמ' 50.



(ה) מכון כושר ישמור הצהרות בריאות שמתאמנים השיבו בהן בשלילה על כל השאלות וכן תעודות רפואיות.

(ו) השר, בהסכמת שר הבריאות ולאחר התייעצות עם ועדת החינוך, התרבות והספורט של הכנסת, רשאי לקבוע הוראות בכל עניין הנוגע להצהרת בריאות ולתעודה רפואית, ובכלל זה הוראות לעניין מועד הנפקת תעודה רפואית ולעניין פרק הזמן לשמירת מסמכים לפי סעיף זה.

- |    |   |              |
|----|---|--------------|
| 2. | סעיף 5 לחוק העיקרי – בטל.   | ביטול סעיף 5 |
| 3. | בסעיף 6 לחוק העיקרי, במקום "סעיפים 4 או 5" יבוא "סעיף 4".   | תיקון סעיף 6 |
| 4. | תחילתו של חוק זה 30 ימים מיום פרסומו (בחוק זה – יום התחילה).  | תחילה        |
| 5. | מי שהתקבל כמתאמן קבוע במכון כושר לפני יום התחילה, בהתאם להוראות סעיף 4(א) לחוק העיקרי, כנוסחו לפני יום התחילה, וטרם חלפה שנה ממועד הנפקת התעודה הרפואית לפי אותו סעיף, לא יחולו לגביו הוראות סעיף 4 לחוק העיקרי כנוסחו בסעיף 1 לחוק זה, עד תום שנתיים ממועד הנפקת התעודה כאמור. | הוראת מעבר   |



תקנות מכוני כושר (רישוי ופיקוח) (הצהרת בריאות ותעודה רפואית), התשע"ו - 2015

בתוקף סמכותי לפי סעיפים 4(א) ו-1(ו) ו-8 לחוק מכוני כושר (רישוי ופיקוח), התשנ"ד - 1994<sup>2</sup> (להלן – החוק), בהסכמת שר הבריאות לעניין סעיף 4(א) ו-1(ו) לחוק ולאחר התייעצות עם שר הבריאות לעניין סעיף 8 לחוק ועם וועדת החינוך, התרבות והספורט של הכנסת, אני מתקינה תקנות אלה:

1. הגדרות  
בתקנות אלה -
2. הצהרת בריאות  
נוסח הצהרת בריאות יהיה לפי הטופס שבתוספת.
3. תעודה רפואית  
לעניין סעיף 4(ב) לחוק, מכון כושר יקבל מתאמן שהמציא תעודה רפואית שלא עברו 3 חודשים ממועד הנפקתה.
4. שמירת מסמכים  
מכון כושר ישמור את המסמכים המפורטים בסעיף 4(ה) לחוק לתקופה של שנתיים מיום חתימתם.
5. הסכמת הורה של קטין  
נוסח ההסכמה בכתב של אחד מהוריו של קטין לעניין סעיף 4(ג) לחוק יהיה לפי הטופס שבתוספת השנייה.

<sup>2</sup> ס"ח התשנ"ד, עמ' 110; התשע"ה, עמ' 237.



תוספת ראשונה

(תקנה 2)

טופס הצהרת בריאות למבקש להתאמן בחדר כושר\*

שם ושם משפחה: \_\_\_\_\_

מספר תעודת זהות: \_\_\_\_\_

גיל: \_\_\_\_\_

(האמור בשאלון מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות, אך הוא מיועד גם לנקבה).

חלק א': שאלון רפואי

אנא קרא את השאלות להלן בצורה יסודית ופעל לפי הנחיות אלה:

- א. אם התשובה על אחת או יותר מהשאלות שבחלק א' לטופס זה היא חיובית, אז לצורך קבלתך למכון הכושר עלייך להמציא למכון הכושר גם תעודה רפואית מרופא לפיה הרופא מאשר כי אין סיכון לבריאותך באימון במכון כושר; מכון כושר יקבל מתאמן שהמציא תעודה רפואית שלא עברו 3 חודשים ממועד הנפקתה.
- ב. אם כל התשובות לשאלות שבחלק א' לטופס זה הן שליליות - מלא את ההצהרה שבחלק ב' לטופס זה וחתום עליה.
- ג. בכל מקרה של שינוי במצבך הרפואי, יש להתייעץ עם רופא לגבי המשך פעילות במכון הכושר.

1. האם הרופא שלך אמר לך שאתה סובל ממחלת לב ?

2. האם אתה חש כאבים בחזה -

(א) בזמן מנוחה?

(ב) במהלך פעילויות שיגרה ביום-יום?

(ג) בזמן שאתה מבצע פעילות גופנית?

3. האם במהלך השנה החולפת -

(א) איבדת שיווי משקל עקב סחרחורת? סמן לא- אם הסחרחורת נבעה מנשימת יתר

(כולל במהלך פעילות גופנית נמרצת).

(ב) איבדת את הכרתך?



4. האם רופא אבחן שאתה סובל ממחלת האסתמה ולכן בשלושת החודשים האחרונים -  
(א) נזקקת לטיפול תרופתי?  
(ב) סבלת מקוצר נשימה או צפצופים?
5. האם אחד מבני משפחתך מדרגת קרבה ראשונה נפטר -  
(א) ממחלת לב?  
(ב) ממוות פתאומי בגיל מוקדם? (לפני גיל 55 אם מדובר בגבר, ולפני גיל 65 אם זו אישה)
6. האם הרופא שלך אמר לך ב-5 השנים האחרונות לבצע פעילות גופנית רק תחת השגחה רפואית?
7. האם הינך סובל ממחלה קבועה (כרונית), שאינה נזכרת בשאלות לעיל ועשויה למנוע או להגביל אותך בביצוע פעילות גופנית?
8. לנשים בהריון - האם ההיריון הזה או כל הריון קודם הוגדר הריון בסיכון?

#### חלק ב': הצהרה

אני, החתום מטה, מצהיר כי קראתי והבנתי את כל השאלון הרפואי שבחלק א' לטופס זה וכל התשובות לשאלות בטופס זה הן שליליות; אני מצהיר כי מסרתי ידיעות מלאות ונכונות אודות מצבי הרפואי בעבר ובהווה לפי השאלות שנשאלתי בשאלון האמור.

ידוע לי כי לאחר שנתיים מיום חתימתי על הצהרת בריאות זו, אדרש להמציא הצהרת בריאות חדשה.

שם ושם משפחה: \_\_\_\_\_ תאריך: \_\_\_\_\_

#### חתימה:

\* התועלת הבריאותית של פעילות גופנית סדירה ברורה; חשוב שיותר אנשים יהיו פעילים כל ימות השבוע; ביצוע פעילות גופנית מאד בטוחה לרוב האנשים; השאלון הזה יבהיר לך באלו מקרים עליך להתייעץ עם הרופא ולהביא תעודה רפואית שלך לפני שתתחיל להתאמן במכון כושר.

חשוב להדגיש, מומלץ לבצע פעילות גופנית לאחר קבלת הדרכה ובאופן מדורג, במיוחד אם אתה מעל גיל 45 ובכוונתך לבצע פעילות בעצימות גבוהה ואינך רגיל לעשות זאת.

תוספת שנייה

(תקנה 5)

הסכמה בכתב של אחד מהורי הקטין

מתאמן שלא מלאו לו 18 שנה יצרף להצהרת הבריאות או לתעודה הרפואית, לפי העניין, את ההסכמה מטה, חתומה בידי אחד מהוריו.

אני מסכים/ה כי \_\_\_\_\_

(יש לציין שם, שם משפחה, מספר תעודת זהות)

י/תתאמן בחדר כושר בכל סוג אימון/ בסוגי האימונים המפורטים

להלן: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

שם ההורה

תאריך \_\_\_\_\_ חתימת הורה \_\_\_\_\_