



הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות
החוג לסייעוד ע"ש צ'ריל ספנס
كلية علوم الرفاه والصحة قسم التمريض
Faculty of Social Welfare & Health Sciences
The Cheryl Spencer
Department of Nursing

שם הקורס: יסודות בקידום בריאות
מס' קורס: 290.3105
מועד: יום ושעת הלימודים – סמסטר ב', יום ב' 1400-1600

שם המרצה: פרופ' יורם (יורי) גדרון
דואר אלקטרוני: ygidron@univ.haifa.ac.il
שעות קבלה: בתאום מראש
רמת הקורס: תואר ראשון, שנה ג'
אתר הקורס: אתר הוראה מתוקשבת קורס
מטרות הקורס: הקניית מושגים תיאורטיים, מדעיים ומעשיים בקידום בריאות ומניעת מחלות

מבנה הקורס:

- הרצאות + קריאה עצמית של כמה מאמרים
תוכנית שיעורים:

נושא השעור

חומר קריאה אם רלוונטי

המחלות הפטאליות המובילות בעולם: הימצאות ופתופיזיולוגיה
גורמי-סיכון התנהגותיים של מחלות פטאליות – אורח חיים
מודלים פסיכו-סוציאליים של התנהגות בריאותית
שיטות מחקר לבדיקות קידום בריאות: מדידה ומערכי מחקר
שיטות לקידום בריאות מתוך מודלים פסיכו-סוציאליים
תוכניות קידום בריאות קהילתיות
התוכנית לשינוי אורח חיים של דין אורניש
הראיון המוטיבציוני
חיסון-פסיכולוגי
קידום בריאות נפשית
סימולציית קידום בריאות בקהילה שלכם

Joseph et al

Ornish et al.

Dorling et al

דרישות הקורס: נוכחות חובה, מבחן סוף סמסטר עם ציון עובר - 60% 100
יתכנו שינויים בסעיפים הנ"ל. הודעות על שינויים יימסרו בכתב במהלך הסמסטר

ביבליוגרפיה

Dorling, H., Blervacq, J., & Gidron, Y. (2018). Effects of Psychological Inoculation Versus Health Education on Physical Activity: Two Randomized Controlled Studies. *Journal of Physical Activity and Health, 15*(4), 295-302.

Joseph, RP, Daniel, CL, Thind, H, Benitez, TJ, Pekmezi, D. Applying psychological theories to promote long-term maintenance of health behaviors. *Am J Lifestyle Med.* 2016, 10(6), 356–368.

Ornish, D, Brown, SE, Scherwitz, LW, Billings, JH, Armstrong, WT, Ports, TA, McLanahan, SM, Kirkeeide, RL, Brand, RJ, Gould KL. Can lifestyle changes reverse coronary heart disease? The lifestyle Heart Trial. *Lancet*, 336, 129-33.