



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: קידום 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

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

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.