

שנת הלימוד: תשפ"ד 2023-2024

דוא"ל: Ricky.cohen83@gmail.com

שעת קבלה: בתיאום מראש

קורס מספר: 290.3105

מרצה: ד"ר ריקי ביטון כהן

מועד הקורס: סמס' א', קורס מקוון באופן מלא

סילבוס - "יסודות בקידום בריאות"

רקע:

קידום בריאות הינו תהליך המאפשר לבני אדם להגביר את שליטתם על בריאותם ולשפרה. תחום זה מהווה מרכיב חשוב בעבודתם של אנשי מקצוע העוסקים במגוון מקצועות הבריאות, החינוך והרווחה ובפרט בקרב אחים ואחיות. הקורס יפתח צוהר לעולם קידום בריאות הכולל אסטרטגיות מגוונות לשיפור התנהגויות בריאות, יקנה מושגי יסוד לצד למידה של תאוריות ומודלים עליהם מתבסס המקצוע המהווים תשתית להבנת תכנון ויישום של תוכניות התערבות לקידום בריאות הלכה למעשה.

מטרת העל של הקורס:

הקניית ידע, תפיסות ומיומנויות בסיסיות בקידום בריאות של הפרט והאוכלוסייה.

מטרות ספציפיות של הקורס:

- הכרת הרקע ההיסטורי והפיתוח הרעיוני של מקצוע "קידום בריאות"
- הבנת הגורמים המשפיעים על בריאות, תחומי הפעולה והעקרונות עליהם מושתת מקצוע קידום בריאות
- הגדרת מטרות לתכנון ופיתוח תוכניות לקידום בריאות
- חשיפה למסגרות וסביבות מקדמות בריאות והתוכנית הלאומית "אפשרי בריא"
- הכרות עם יעדי פיתוח בר קיימא וחפיפתם לתחומי הפעולה בקידום בריאות
- הכרות עם סקרים, תוכניות לאומיות לקידום בריאות בישראל ומערכות BI
- הכרות עם מגוון מודלים ותיאוריות לשינוי התנהגותי ואסטרטגיות לקידום בריאות בתחומים שונים
- הכרות עם כלי השיווק החברתי כאסטרטגיה לקידום בריאות וניתוח קמפיינים בבריאות

מבנה הקורס ומתודולוגיה:

הקורס הינו מקוון באופן מלא ומכיל 11 יחידות לימוד הכוללות סרטוני הרצאות ומטלות אינטראקטיביות מגוונות שיסייעו בתהליכי הלמידה ויישום תכני הקורס. סרטוני ההרצאות להקניית הידע וחומרי הקורס הינם קצרים (נעים בין 3-8 דקות סה"כ) על כן לא מצורפות מצגות באתר הקורס. במהלך הצפייה בסרטוני ההרצאה, מומלץ לסכם את תוכן.

אופן הלמידה בקורס:

- הקורס יפתח במודל מתאריך 15.10.23, עם תחילת הסמסטר.
- קצב ההתקדמות בקורס הינו אישי ומותאם לפי מספר שבועות הלמידה. למען הסדר הטוב- ממליצה על ביצוע יחידת הוראה אחת בכל שבוע.
- ביצוע כלל מטלות הקורס הינו חובה ולציון.
- מטלות הקורס יסגרו למענה בתאריך 16.1, עם סוף הסמסטר, אך חומרי הקורס יישארו פתוחים ללמידה לקראת המבחן הסופי ותוכלו אז לצפות בתשובות הנכונות במשובי כלל המטלות. היות וחומרי הקורס ומטלותיו זמינים עבורכם מתחילת הסמסטר, לא תינתן הארכה בהגשת המטלות מעבר לתאריך זה.

- משובי מטלות:

-תרגילים עם משוב אוטומטי וציון שתקבלו מיד לאחר הגשתם
-תרגילים שבהם תתבקשו לענות בפורום/לוח פתקיות לצפות ולהגיב לפרסום עמיתים וכנסו להערכה כללית של סך הקורס.

יצירת קשר מתאפשרת בדרכים הבאות:

1) פנייה אישית במייל 2) בפורום של אתר הקורס שפתוח לטובת העלאת שאלות ודיונים שוטפים של כל משתתפי הקורס והמרצה, כך כולנו יכולים להיתרם וללמוד מהשאלות שתעלו. תשובות ותגובות ממני יינתנו עד 48 שעות מכתובת הפנייה.

הערכה בקורס:

- תרגילים במודל - 30% מהציון הסופי
- מבחן סופי (בקמפוס) - 70% מהציון הסופי
- ציון עובר בקורס: 60

אני וצוות הפיתוח של הקורס עמלנו רבות על מנת שהקורס יכיל את מיטב הנושאים שהם חלק מהבסיס והתשתית של מקצוע קידום בריאות ויפתח בפניכם. צוהר קטן לעולם גדול ומרתק. כולי תקווה שמלבד ערכו האקדמי של הקורס, תמצאו בו ערך אישי ככאלה שמיועדים להיות האחיות והאחים הבאים בישראל.

רשימה ביבליוגרפית:

בר און אפל, א., ניהאיה, ד., דיאן לוין, ז. (2016). קידום בריאות מתאוריה למעשה. תל אביב: דיונון מבית פרובוק בע"מ.

[המרכז הלאומי לבקרת מחלות. \(2017\) סקר בריאות לאומי בישראל 2013-2015 INHIS-3 . ממצאים נבחרים. ירושלים: משרד הבריאות.](#)

[המרכז הלאומי לבקרת מחלות. \(2021\). ידע, עמדות והתנהגויות בריאות בישראל - 2017. ירושלים: משרד הבריאות.](#)

[סיבות מוות בישראל, 2017](#)

["אפשריבריא", התכנית הלאומית לחיים פעילים ובריאים. 2020. ירושלים: משרד הבריאות.](#)

[סקר סימון תזונתי התשע"ח-2017. 2020. שירות המזון הארצי, משרד הבריאות](#)

[אישור צו המיסוי על משקאות ממותקים, דצמבר 2021](#)

[WHO- Determinants of health](#)

[Social Determinants of Health: Know What Affects Health](#)

Arshad, A., Shaheen, F., Safdar, W., Tariq, M. R., Navid, M. T., Qazi, A. S., ... & Garti, H. K. (2022). A PRECEDE-PROCEED model-based educational intervention to promote healthy eating habits in middle school girls. *Food Science & Nutrition*.

Hagger, M. S., & Weed, M. (2019). DEBATE: Do interventions based on behavioral theory work in the real world?. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16(1), 1-10.

[The 1st International Conference on Health Promotion, Ottawa, 1986](#)

[O'donoghue, G., Perchoux, C., Mensah, K., Lakerveld, J., Van Der Ploeg, H., Bernaards, C., ... & Nazare, J. A. \(2016\). A systematic review of correlates of sedentary behaviour in adults aged 18–65 years: a socio-ecological approach. *BMC public health*, 16\(1\), 1-25](#)

Spencer, G., Corbin, J. H., & Miedema, E. (2019). Sustainable development goals for health promotion: a critical frame analysis. *Health promotion international*, 34(4), 847-858.

Fortune, K., Becerra-Posada, F., Buss, P., Galvão, L. A. C., Contreras, A., Murphy, M., ... & de Francisco, A. (2018). Health promotion and the agenda for sustainable development, WHO Region of the Americas. *Bulletin of the World Health Organization*, 96(9), 621.

Rundle-Thiele, S., David, P., Willmott, T., Pang, B., Eagle, L., & Hay, R. (2019). Social marketing theory development goals: an agenda to drive change. *Journal of Marketing Management*, 35(1-2), 160-181.

Gesser-Edelsburg, A., Abed Elhadi Shahbari, N., Cohen, R., Mir Halavi, A., Hijazi, R., Paz-Yaakobovitch, G., & Birman, Y. (2019). Differences in perceptions of health information between the public and health care professionals: nonprobability sampling questionnaire survey. *Journal of Medical Internet Research*, 21(7), e14105.

[Zarocostas, J. \(2020\). How to fight an infodemic. *The lancet*, 395\(10225\), 676.](#)