



קידום בריאות: "נשאים עצמאיים" לקידום ושימור בריאות באוכלוסיית הזקנים במסגרת הקהילה

סמטר א

מועד: יום א' בין השעות 12:00-14:00

מרצה: ד"ר יוספה בירתי – ybirati@univ.haifa.ac.il

מטרות הקורס:

1. הבנה של עקרונות ומודלים בקידום בריאות באוכלוסיית הזקנים
2. הערכה, תכנון ויישום תוכנית בקידום בריאות על פי העקרונות באוכלוסיית הזקנים בקהילה

שלבים בתיכנון הפרויקט:

סמטר א'

- א) זיהוי והגדרת בעיית בריאות קיימת או פוטנציאלית באוכלוסיית היעד
- ב) סקירת ספרות על בעיית הבריאות שזוהתה
- ג) אסוף נתונים - מיפוי זיהוי החסמים והמנופים הקשורים לבעיית הבריאות בהקשר של הגורמים התרבותיים, חברתיים, סביבתיים ורמת אוריינות בריאותית של אוכלוסיית היעד.
- ד) תכנון וכתובת תהליך יישום תוכנית ההתערבות
- ה) הצגת אוכלוסיית היעד ותוכנית ההתערבות

דרישות מהסטודנטים:

- א) נוכחות חובה בכל השיעורים והמפגשים הפרטניים
- ב) תיאום לוח זמנים מול מנהל/ות מרכזי היום לקשיש וגורמים רלוונטיים ועמידה בלוחות זמנים שנקבעו
- ג) קיום 5 מפגשים במרכז היום לקשיש אליו משובצת קבוצת הסטודנטים
- ד) הגשת מטלות בזמן

מתכונת הקורס:

- מפגשים של כלל הכיתה
- מפגשים פרטניים של קבוצות הפרויקט
- במקביל לפעילויות מול מרכזי היום לקשיש, סטודנטים לסייעוד



מטלות	סמסטר א			
	שיטת הלימוד	נושא	תאריך	
חלוקה לקבוצות (2-3 סטודנטים)	כיתה	1. הצגת הסילבוס 2. הסבר על הקורס ומטלות 3. חזרה על: • עקרונות בריאות וקידום בריאות • מודלים בקידום בריאות • עקרונות ל תכנון התערבות	15.10.23	1
	כיתה	קידום בריאות ואורח חיים פעיל באוכלוסייה הקשישה	22.10.23	2
	כיתה	תוכנית לאומית לקידום בריאות באוכלוסייה הקשישה	29.10.23	3
	כיתה	בעיות עיקריות באוכלוסייה הקשישה שלבים בבניית תוכנית התערבות	5.11.23	4
איסוף נתונים על מרכז היום מפיגשי* תיאום המשך לאיסוף נתונים פרטניים ל	מרכז יום לקשיש	הכרות ראשונית – מרכז יום לקשיש	12.11.23	5
	מרכז יום לקשיש	מפגשים אישיים	19.11.23	6
הגדרת בעיה נבחרת הגשת שלב 1+2 עד ה 28.11.23	מרכז יום לקשיש	מפגשים אישיים	26.11.23	7
	מרכז יום לקשיש	מפגשים אישיים	3.12.23	8
		חופשת חנוכה	10.12.23	-
הגשת שלב 3 עד ה 19.12.23	מפגש פרטני עם המרצה / עבודה עצמית	תיאור דרכי ותהליכי איסוף הנתונים ואבחון הבעיה / סוגיה לפרויקט הצגת הבעיה סקירת ספרות על הבעיה	17.12.23	9
הגשת שלב 4 עד ה 26.12.23	מפגש פרטני עם המרצה / עבודה עצמית	הצגת הבעיה סקירת ספרות	24.12.23	10
	כיתה	הצגת תוכנית הפרויקט	31.12.23	11
	כיתה	הצגת תוכנית הפרויקט	7.1.24	12
	כיתה	הצגת תוכנית הפרויקט	14.1.24	13

לוח הזמנים יכולה להשתנות בהתאם לקצב התקדמות הפרויקט



הערכה בקורס - סמסטר א' (50% מסה"כ הציון השנתי)

ציון עובר – 70

סמסטר א'	מרכיבים
10%	נוכחות בכיתה ו- במפגשים האישיים והקבוצתיים נוכחות חובה במפגשים בקהילה
10%	
10%	הכנה למפגשים – שליחת טיוטת המפגש שלושה ימים לפני המפגש
20%	הצגת רקע תיאורטי להתערבות
50%	הצגת תוכנית התערבות: (שליבים 1-4) א. רקע (זיהוי האוכלוסיה, אבחון קהילתי והצגת המודל ההתערבותי) ב. סקירות ספרות ג. בניית תוכנית ההתערבות ד. רשימת מקורות

מקורות:

קריאת חובה:

1. Montero-Odasso, M. M., Kamkar, N., Pieruccini-Faria, F., Osman, A., Sarquis-Adamson, Y., Close, J., ... & Kobusingye, O. (2021). Evaluation of clinical practice guidelines on fall prevention and management for older adults: a systematic review. *JAMA network open*, 4(12), e2138911-e2138911
2. Montero-Odasso, M., van der Velde, N., Martin, F. C., Petrovic, M., Tan, M. P., Ryg, J., ... & Masud, T. (2022). World guidelines for falls prevention and management for older adults: a global initiative. *Age and ageing*, 51(9), afac205.
3. Galloway R. D. (2003). Health promotion: causes, beliefs and measurements. *Clinical medicine & research*, 1(3), 249–258. <https://doi.org/10.3121/cmr.1.3.249>
4. Haber, D. (2016). *Health promotion and aging : practical applications for health professionals / David Haber, PhD*. (Seventh edition.). Springer Publishing Company.
5. קידום הבריאות העולמי. אמנת אטווה לקידום הבריאות. (1986). קידום בריאות. <https://www.who.int/teams/health-promotion/enhanced-wellbeing/first-global-conference>
6. בראון-אפל, א., דאוד, נ., ולוין-זמיר, ד. (2016). קידום בריאות – מתיאוריה למעשה. הוצאת דיונון



קריאת רשות:

קידום בריאות עם אזרחים ותיקים:

Wilson, D. M., Harris, A., Hollis, V., & Mohankumar, D. (2011). Upstream thinking and health promotion planning for older adults at risk of social isolation. *International journal of older people nursing*, 6(4), 282-288.

Hsieh, Kelly. "Outcomes of strength and balance exercise program and a walking program among older adults with intellectual disabilities." 141st APHA Annual Meeting (November 2-November 6, 2013). APHA, 2013.

Frost, R., Kharicha, K., Jovicic, A., Liljas, A. E., Iliffe, S., Manthorpe, J., ... & Walters, K. (2018). Identifying acceptable components for home-based health promotion services for older people with mild frailty: A qualitative study. *Health & social care in the community*, 26(3), 393-403.

Berger, S., Escher, A., Mengle, E., & Sullivan, N. (2018). Effectiveness of health promotion, management, and maintenance interventions within the scope of occupational therapy for community-dwelling older adults: A systematic review. *American Journal of Occupational Therapy*, 72(4), 7204190010p1-7204190010p10.

ICF

https://www.cdc.gov/nchs/data/icd/icfoverview_finalforwho10sept.pdf

Cho, S. (2018). Health and multidimensional disability at older age in South Korea: Applying the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) Framework1. *Asia Pacific Journal of Social Work and Development*, 28(4), 221-235.

מודל האמונה הבריאותי Health Belief Model

Janz NK, Champion VL & Strecher VJ (2002). The Health Belief Model. In Glanz, Rimer, & Lewis, *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice*, 3rd Edition. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 45-66.

מודל הפעולה הבריאותית Action Model Reasoned

Montaño DE & Kasprzyk D. (2002). The Theory of Reasoned Action and the Theory of Planned Behavior. In Glanz, Rimer, & Lewis, *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice*, 3rd Edition. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 67-98.

תהליך השינוי בשלבים Stage of Change/Transtheoretical

Ham OK & Yu JB (2009). Mediating effects of self-efficacy in the Transtheoretical Model among adolescent male smokers in Korea. *Asian Nursing Research* 3(1), 15-23.



Prochaska JO, Redding CA & Evers KE. (2002). The Transtheoretical Model and Stages of Change. In Glanz, Rimer, & Lewis, Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice, 3rd Edition. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 99-120.

Tung WC. (2011) Increasing Access to Health Care Among Immigrant Populations: A , 23(2), 152-154. Transtheoretical Approach. Home Health Care Management & Practice

המודל של גרין וקרותר – Proceed-Precede by Green & Kreuter

Gielen AC & McDonald EM. (2002). Using the Precede-Proceed Planning Model to Apply Health Behavior Theories. In Glanz, Rimer, & Lewis, Health Behavior and Health Education: Theory, 436.-Research and Practice, 3rd Edition. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 409

Xin H, Bailey R, Wenhui J, Aronson R, & Strack R (2011). A pilot intervention for promoting multiethnic adult refugee groups' mental health: A Descriptive Article Journal of Immigrant & Refugee Studies, 9,291–303

תוכנית לאומית:

<https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/national-health-promotion-2012.pdf>

https://www.health.gov.il/Subjects/KHealth/National_prog/Pages/default.aspx

<https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/FallPreventionNationalProgram.pdf>

<https://fallprevention.health.gov.il/>

<https://www.gov.il/he/departments/general/fall-prevention-national-program>

https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/Dementia_strategy_Heb.pdf

<https://www.thejoint.org.il/wp-content/uploads/2020/10/AmiteyKidumBriut.pdf>

רפלקציה של סטודנטים

Ferreira, R., Baixinho, C. L., Ferreira, Ó. R., Nunes, A. C., Mestre, T., & Sousa, L. (2022). Health Promotion and Disease Prevention in the Elderly: The Perspective of Nursing Students. *Journal of personalized medicine*, 12(2), 306. <https://doi.org/10.3390/jpm12020306>