



קורס: מושגי מפתח בקידום בריאות
שנה"ל תשפ"ד, סמסטר ב', יום חמישי 16:00-18:00
מס' קורס: 286.4301
שעת קבלה: לפי תיאום מראש

סילבוס: מושגי מפתח בקידום בריאות

ד"ר מיקה מורן

מבנה הקורס

קורס זה יסקור מושגי יסוד בקידום בריאות הכוללים את ההתפתחות ההיסטורית של קידום בריאות, אמנות מרכזיות בקידום בריאות, ומודלים תיאורטיים ומעשיים בקידום בריאות. בנוסף, הקורס יסקור נושאים נבחרים שהינם רלבנטיים לעוסקות בקידום בריאות וקיימות, כגון: תזונה, קיימות סביבתית, ותחבורה. הקורס יכלול הרצאות אורחות עם מומחיות מובילות בתחומן, וכן דיונים פעילים בכיתה.

מטרות הקורס

קורס זה יספק לסטודנטים הכרות ראשונית עם התחום של קידום בריאות תוך דגש על היבטים משותפים לקידום בריאות וקיימות. במהלך הקורס, הסטודנטים ייחשפו ל:

- התפתחות היסטורית של קידום בריאות
- גורמים המשפיעים על התנהגות בריאותית ועל בריאות
- מסגרת מושגית ותיאורטית לקידום בריאות
- קידום בריאות ותזונה בת קיימא
- קידום בריאות ברשות המקומית ובמגזר הערבי
- קידום בריאות במעגל החיים
- קידום בריאות ופערים בבריאות.

דרישות, מטלות וציונים

הקורס דורש נוכחות מלאה חובה (80% מהשיעורים לפחות) והשתתפות פעילה בדיונים. **הסטודנטיות/ים נדרשות/ים לפתוח מצלמות בשיעורים. אי פתיחת מצלמה תחשב כהיעדרות. במקרים פרטניים של קושי בפתיחת מצלמה, יש לפנות למרצה הקורס מראש לפני השיעור לקבלת אישור או עזרה.** במהלך הקורס הסטודנטיות/ים ישתתפו במגוון תרגילים אישיים וקבוצתיים (30% מהציון) ויעבירו מצגות (25% מהציון) בנושא לרונטי לבחירתן/ם. מבחן גמר ייערך בכיתה (לא ממוחשב) ויהווה 45% מהציון.



לוח שיעורים

שבוע	תאריך	נושא
חלק I: קידום בריאות – יסודות ומסגרת מושגית		
1	7.3.2024	בריאות וקידום בריאות בראי ההיסטוריה
2	14.3.2024	אבני דרך ומסגרת מושגית בקידום בריאות
3	21.3.2024	מודלים ותיאוריות אודות התנהגות בריאותית
4	28.3.2024	תיאוריות על סביבה והתנהגות בריאותית
5	4.4.2024	קידום בריאות – מודלים מעשיים בקידום בריאות
חלק II: נושאים נבחרים בקידום בריאות בראי קיימות		
6	11.4.2024	קידום תזונה בריאה ובת קיימא: הרצאת אורח (זום)
7	18.4.2024	קידום בריאות וקיימות ברשות המקומית: הרצאת אורח
8	25.4.2024	צמצום פערים בבריאות – חלק א
9	2.5.2024	צמצום פערים בבריאות – חלק ב
10	9.5.2024	קידום בריאות בגילי זיקנה – הרצאה אורח (זום)
11	23.5.2024	קידום בריאות בגילי זיקנה - הפעלה
חלק III: מצגות סטודנטים וסיכום		
12	30.5.2024	מצגות סטודנטיות
13	6.6.2024	מצגות סטודנטיות
14	13.6.2024	מצגות סטודנטיות (זום)
14	20.6.2024	סיכום הקורס והכנה למבחן

* ייתכנו שינויים בסילבוס

ספרות

סילבוס הקורס מבוסס על שני ספרים:

בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. (2016). קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

Naidoo, J., & Wills, J. (2016). *Foundations for Health Promotion-E-Book*. Elsevier Health Sciences.

https://books.google.co.il/books?hl=en&lr=&id=OkHdCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=naidoo+wills+health+promotion&ots=yknACFqNnj&sig=7wLq2NVgUGQk_WoUIZdnc6RvcF4&redir_esc=y#v=onepage&q=naidoo%20wills%20health%20promotion&f=false

מודול I: יסודות

שבוע 1: קידום בריאות בראי ההיסטוריה

1. בראון-אפל, א., דאוד, נ. (2016). פרק 1: ההיסטוריה של קידום בריאות. עמ' 17-27. מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

2. מורן, מ. (2016). פרק 9: סביבות מקדמות בריאות. מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

שבוע 2: אבני דרך ומסגרת מושגית בקידום בריאות



3. דאוד, נ., בראון-אפל, א. (2016). פרק 2: הפיתוח הרעיוני של קידום בריאות: אמנות והצהרות בינלאומיות. עמ' 29-34. מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

4. בראון-אפל, א. (2016). פרק 3: מודלים של קידום בריאות. עמ' 54-51. מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

שבוע 3: מסגרת תיאורטית – תיאוריות ומודלים אודות התנהגות בריאותית

5. בראון-אפל, א. (2016). פרק 3: מודלים ותיאוריות לשינוי התנהגות. עמ' 54-53 (המודל הסלוטוגני). מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

6. בורד, ש., סטרן, כ. (2016). פרק 8: מודלים ותיאוריות לשינוי התנהגות. עמ' 119-121 (מודל האמונות הבריאותיות); עמ' 129-130 (תיאוריית ההתנהגות המתוכננת); עמ' 125-127 (מודל שלבי המוכנות/שלבי השינוי). מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

שבוע 4: מסגרת תיאורטית – תיאוריות על הסביבה והתנהגות בריאותית

7. בורד, ש., סטרן, כ. (2016). פרק 8: מודלים ותיאוריות לשינוי התנהגות. עמ' 132 (תיאוריית עיצוב הבחירה). מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

8. מורן, מ. (2016). פרק 9: סביבות מקדמות בריאות. מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

9. בראון-אפל, א. (2016). פרק 3: מודלים ותיאוריות לשינוי התנהגות. עמ' 58-55 (המודל האקולוגי). מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

שבוע 5: מסגרת תיאורטית – מודלים מעשיים בקידום בריאות

10. בראון-אפל, א. (2016). פרק 3: מודלים ותיאוריות לשינוי התנהגות. עמ' 52-51 (מודל קידום בריאות של דוני וטנהיל). מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.

11. Naidoo, J., & Wills, J. (2016). Chapter 5: models and approaches to health promotion (pp. 75-91). In: *Foundations for Health Promotion-E-Book*. Elsevier Health Sciences.

מודל I: קידום בריאות בראי קיימות
שבוע 6: קידום בריאות ותזונה בת קיימא

11. המדריך לתזונה בת קיימא ולמניעת בזבז מזון. <https://www.tel-aviv.gov.il/Residents/Environment/Documents/%D7%AA%D7%96%D7%95%D7%A0%D7%94%20%D7%95%D7%A7%D7%99%D7%99%D7%9E%D7%95%D7%AA%20-%D7%9E%D7%93%D7%A8%D7%99%D7%9A%20%D7%9C%D7%9E%D7%95%D7%A8%D7%94.pdf>

12. משרד הבריאות (2022). תזונה בריאה ומקיימת. https://www.gov.il/BlobFolder/reports/nutrition-774589922/he/files_publications_units_Nutrition_nut_774589922.pdf

שבוע 7: קידום בריאות וקיימות ברשות המקומית

17. בלאו, א. (2010). עיר בריאה ומקיימת – עקרונות וקווים מנחים ליישון. <http://www.healthycities.co.il/html5/web/16874/46152ImageFile3.pdf>

שבוע 8: קידום בריאות וקיימות במגזר הערבי

18. <https://brookdale-web.s3.amazonaws.com/uploads/2018/01/524-08-HealthPromotion-1.pdf> (לוח 8).

שבוע 9-10: קידום בריאות בגילי זיקנה



12. בן-משה, י. (2016). פרק 19 - קידום בריאות אצל קשישים. (עמ' 347-331). מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.
13. רשת ערים בריאות (2021). סביבות ידידותיות גיל. <http://www.healthycities.co.il/html5/web/16874/46671ImageFile3.pdf>

שבוע 11: קידום בריאות ותחבורה בת קיימא

18. מורן, מ. (2009). תחבורה פעילה: הולכים בשביל הבריאות. קידום בריאות בישראל - כתב עת ישראלי לחינוך וקידום בריאות, כרך א', גיליון מס' 2. <https://www.transportation.org.il/sites/default/files/pirsum/mika-moran-activity.pdf>
19. Martens, K. (2020). A justice perspective on transport and health. In *Advances in Transportation and Health* (pp. 197-221). Elsevier. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128191361000085>

שבוע 12: קידום בריאות בראייה מגדרית

20. Pederson, A., Greaves, L., & Poole, N. (2014). Gender-transformative health promotion for women: a framework for action. *Health promotion international*, 30(1), 140-150. <https://academic.oup.com/heapro/article/30/1/140/2805697>
21. Gelb, K., Pederson, A., & Greaves, L. (2012). How have health promotion frameworks considered gender?. *Health promotion international*, 27(4), 445-452. <https://academic.oup.com/heapro/article/27/4/445/657314>

קריאה נוספת להעשרה:

סוגיות אתיות בקידום בריאות

14. גוטמן, נ. (2016). סוגיות של אתיקה בתקשורת לקידום בריאות. מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.
15. פלד-רוז, מ. (2016). לגיטימות ההתערבות השלטונית והמוסדית בהחלטות של הפרט הנוגעות לבריאות. מתוך: בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולוין-זמיר, ד. קידום בריאות מתאוריה למעשה, הוצאת דיונון.
16. Naidoo, J., & Wills, J. (2016). Chapter 6: ethical issues in health promotion (pp. 93-105). In: *Foundations for Health Promotion-E-Book*. Elsevier Health Sciences.

סטודנטית יקרה

אם יש לך לקות למידה או מוגבלות/בעיה רפואית שעשויה להשפיע על לימודיך, ושביינה אתה/זקוקה להתאמות אנא פנה/י לדיקנאט הסטודנטים למדור נגישות ולקויות למיה:

טל: 04-8249265 | LDA@univ.haifa.ac.il דוא"ל:

ל: לאבחון והתאמות בגין לקות למידה ו/או הפרעת קשב יש לפנות ליה"ל:

טל: 04-8249022 | mhait@univ.haifa.ac.il דוא"ל:

אם יש ברשותך מכתב התאמות מהאוניברסיטה ואתה/זקוקה להנגשה בקורס אנא פנה/י אליי בשעות הקבלה או במייל בסמוך לתחילת הקורס.