



فرم طرح دوره

نام دوره: سالمندی سالم و فعال	تعداد واحد: ۲ واحد
مقطع: ارشد پرستاری سالمندی	مدت زمان ارائه: ۵۲ ساعت
پیش نیاز دوره: بررسی وضعیت سلامت مددجوی سالمند	
نام استاد/ اساتید: دکتر غفاری	

شرح دوره:

افراد سالمند با مشکلات و چالش های فراوانی مواجه هستند که بسیاری از این مشکلات ریشه در سبک زندگی بهداشتی همچون کاهش تحرک و ضعف مشکلات جسمی و روانی دارند. علاوه بر این تعدادی زیادی از عوامل اجتماعی، جمعیت شناختی و روان شناختی و بیولوژیکی هم وجود دارد که بر وضعیت سالمند فرد سالمند تاثیر می گذارند که در برنامه ریزی های ارتقاء سلامت می بایست مد نظر قرار بگیرند. در این راستا کسب آگاهی و دانش لازم در این واحد درسی در مورد مفاهیم سلامت، سالمندی سالم و فعال (موفقیت آمیز) بصورت دانشجو محوری و بر اساس یادگیری فعال تنظیم شده که منجر به کسب نگرش مثبت در زمینه ارائه راهکار های علمی و عملی در زمینه حفظ و تامین دوره سالمندی با طول عمر همراه با کیفیت زندگی بالا، سلامتی مطلوب، فعالیت و پویایی و شادکامی و موفقیت خواهد گردید. کسب دانش و آگاهی در مورد شرایط، تمهیدات و پیش نیاز های مطرح در خصوص تحقق دوره سالمندی واجد ویژگی های سالم، فعال و موفقیت آمیز به عنوان هدف کلان و راهبردی مورد تاکید سازمان جهانی بهداشت و دیگر مراجع معتبر سیاستگذار ملی و بین المللی در خصوص مسائل بهداشتی اجتماعی سالمندان و نقش پرستاران متخصص در حوزه مسائل سالمندی در تحقق این هدف. این درس منجر به کسب دانش، آگاهی و نگرش مثبت در زمینه امکان ارائه راه کارهای عملی و علمی در زمینه حفظ و تامین دوره سالمندی دارای ویژگی و شاخص های طول عمر همراه با سلامتی، فعالیت و پویایی، شادکامی و موفقیت خواهد گردید. در این درس سبک زندگی سالم به عنوان مهمترین عامل فردی و وظیفه سازمان های سیاستگذاری و متولی امور سالمندان در تحقق این هدف مورد تاکید فرار می گیرد. قابل ذکر است که در این درس فراگیران نسبت به موضوعات ارتقاء سلامت در زمینه کار پرستار سالمندی حساس شده و نحوه انجام طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های ارتقاء سلامت و سبک زندگی سالم را تجربه و تمرین می کنند تا بدین شیوه نحوه برنامه ریزی خدمات بهبود سلامت و کیفیت زندگی سالمند در آنها تقویت شود. این درس در قالب ۲ واحد (۱/۵ واحد نظری - ۰/۵ واحد کارآموزی) برای دانشجویان کارشناسی ارشد پرستاری سالمندی تدوین شده است. انتظار می رود دانشجویان علاوه بر آشنایی با اصول، مفاهیم و دانش مرتبط با مبحث سالمندی فعال و سالم با مطالعه پیگیرانه و مشارکت فعال در بحث ها و انجام به موقع تکالیف تعیین شده، توانایی به کارگیری مطالب نظری را در عمل کسب نمایند.

الف) هدف کلی دوره:

هدف کلی از این درس کسب دانش و آگاهی در مورد شرایط، تمهیدات و پیش نیازهای مطرح در خصوص تحقق دوره سالمندی واجد ویژگی های سالم، فعال و موفقیت آمیز به عنوان هدف کلان و راهبردی مورد تأکید سازمان جهانی بهداشت و دیگر مراجع معتبر سیاست گذار ملی و بین المللی در خصوص مسائل بهداشتی - اجتماعی سالمندان و نقش پرستاران متخصص در حوزه مسائل سالمندی در تحقق این هدف.

ب) اهداف ویژه : (اهداف شناختی، نگرشی، حرکتی)

دانشجو می بایست قادر باشد در پایان دوره :

اهداف شناختی

۱. تعاریف و شاخص های مرتبط با سالمندی سالم، سالمندی فعال و سالمندی موفق (Aging Active, Aging Healthy &)

Aging Successful را تحلیل نماید.

۲. روش های ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان را شرح دهد.

۳. برنامه های فعالیتی و ورزشی ویژه سالمندان را طراحی، اجرا و ارزیابی نماید.

۴. برنامه های تفریحی و سرگرمی ویژه سالمندان را طراحی، اجرا و ارزیابی نماید.

۵. برنامه های آموزشی، هنری و فرهنگی ویژه سالمندان را طراحی، اجرا و ارزیابی نماید.

۶. تشکل های غیر رسمی و داوطلبانه سالمندان با هدف بهینه سازی استفاده از توانایی و ظرفیت های سالمندان و تقویت مشارکت

اجتماعی آنها را شرح دهد.

۷. راههای مقابله با عوامل موثر در کاهش عملکرد ریه سالمندان (سیگار چاقی، عدم تحرک و.....) را شرح دهد.

۸. مشخصات و ویژگیهای مناطق شهری دوستدار سالمند را توضیح دهد.

۹. طرح های تقویت توان اقتصادی و جایگاه اجتماعی سالمندان (طرح تکریم سالمندان، طرح حکمت، کارت نقره ای و غیره) و نقش

وجود بیمه های طولانی مدت برای پوشش هزینه های خدمات بهداشتی سالمندان را اجرا و ارزیابی نماید.

اهداف مهارتی

۱۰. به خانواده مددجوی سالمند در جهت شناخت بهتر و بهبود روابط خود با مددجوی سالمند آموزش های لازم را ارائه نماید.

۱۱. (به سالمند و خانواده وی در جهت تغذیه مناسب در دوران سالمندی آموزش های لازم را ارائه نماید.

اهداف نگرشی

۱۲. ارتباطات معنادار و هدفمند سالمندان بویژه با کودکان و جوانان (در مهد کودک، مدارس، و...) را تقویت نماید.

روش های آموزش:

سخنرانی همراه با بحث و تبادل نظر گروهی، خود آموزی

شرایط اجرا:

امکانات آموزشی : وایت برد و امکانات سمعی بصری (ویدئو پروژکتور)

آموزش دهنده : دکتر غفاری

منابع اصلی دوره:

1. Vincent .John A - The Futures of old age - 2006
2. O'Neill. Patricia A - Caring for the older adult help promotion perspective - 2002
3. Eliopoulos. Charlotte - Gerontological Nursing - 1993
4. Jevon. Philip - Care of the dying and deceased patient a practical guide for nurses - 2010
5. Levkoff. Sue. E - Evidence-based behavioral health practices for older adults – 2006
6. Tolson. Debbie - Evidence informed nursing older people – 2011
7. Lawton. Julia - The dying process patient’s experiences of palliative care – 2000
8. Field. Suzanne D - Clinical in geriatric medicine – 2005
9. Eliopoulos. Charlotte – Gerontological nursing – 2005
10. Kaplan - Rehabilitation of stroke - 2003
11. Mainer. Sue e - Gerontological nursing - 2006
12. Touhy . jett - Gerontological nursing & healthy aging - 2014
13. Brent c. Williams - Hospitalists guide to the care of older patients - 2013
14. Iona Murdoch- Geriatric Emergencies - 2015

شیوه و زمان ارزشیابی دانشجویان در واحد تئوری :

ردیف	معیار	۱۵ نمره
۱	حضور فعال در کلاس و شرکت در بحث های گروهی	۱ نمره
۲	ارائه یک ژورنال کلاب (ارائه کتبی و شفاهی یک مقاله انگلیسی مرتبط با سرفصل درس)	۲ نمره
۳	ارائه شفاهی و کتبی یک سمینار	۶ نمره
۴	آزمون پایان ترم	۶ نمره
۵	کل	۲۰

جدول زمانی ارائه دروس (چهارشنبه ها ساعت ۱۲-۱۰)

مدرس	عنوان	تاریخ	جلسه
دکتر غفاری	سالمندی سالم ، سالمندی فعال و سالمندی موفق را تعریف و شاخص های آنها	۱۴۰۲/۷/۱۹	۱
	مشخصات و ویژگی های مناطق شهری دوستدار سالمند	۱۴۰۲/۷/۲۶	۲
	اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های فعالیتی و ورزشی ویژه سالمندان	۱۴۰۲/۸/۳	۳
	اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های آموزشی ، هنری و فرهنگی ویژه سالمندان	۱۴۰۲/۸/۱۰	۴
	اصول طراحی ، اجرا و ارزشیابی برنامه های تفریحی و سرگرمی ویژه سالمندان	۱۴۰۲/۸/۱۷	۵
	چگونگی تقویت تشکل های غیر رسمی و داوطلبانه سالمندان با هدف بهینه سازی استفاده از توانایی ها و ظرفیت های سالمندان و تقویت مشارکت اجتماعی	۱۴۰۲/۸/۲۴	۶
	چگونگی تقویت ارتباطات معنادار و هدفمند سالمندان بویژه با کودکان و جوانان (در مهد کودک ها و مدارس و ..)	۱۴۰۲/۹/۱	۷
	اصول آموزش به سالمند و خانواده وی در جهت تغذیه مناسب در دوران سالمندی	۱۴۰۲/۹/۱ ۱۳-۱۵	۸
	اصول آموزش به خانواده مددجوی سالمند در جهت شناخت بهتر و بهبود روابط خود با مددجوی سالمند	۱۴۰۲/۹/۸	۹
	اصول آموزش به خانواده مددجوی سالمند در جهت شناخت بهتر و بهبود روابط خود با مددجوی سالمند	۱۴۰۲/۹/۱۵	۱۰
	چگونگی مقابله با عوامل موثر در کاهش عملکرد ریه سالمندان (سیگار، چاقی، عدم تحرک و...)	۱۴۰۲/۹/۲۲	۱۱
	روش های ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان	۱۴۰۲/۹/۲۹	۱۲
	روش های ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان	۱۴۰۲/۱۰/۶	۱۳

فرم گزارش ژورنال کلاب

نام مقاله:		نویسندگان:	
سال انتشار:		نام مجله:	
ردیف	معیار ارزیابی	نمره (۲نمره)	توضیحات
۱	دانشجو قادر به ارائه مقاله مبتنی بر موضوعات مرتبط با سالمندی سالم، موفق و پویا می باشد. (۵/۰ نمره)		
۲	مقاله انتخاب شده در روز آمد نمودن اطلاعات شرکت کنندگان نقش مهم دارد. (۲۵/۰ نمره)		
۳	مقاله انتخاب شده می تواند در بهبود مهارتهای دانشجویان در ارائه خدمات به سالمندان ساکن جامعه و یا سالمندان مراجعه کننده به day care نقش داشته باشد. (۵/۰ نمره)		
۴	دانشجو قادر به توضیح چگونگی استفاده از نتایج مطالعه در برنامه های آموزش به سالمندان و خانواده های آنها و همچنین ارائه دهندگان خدمات سلامت می باشد. (۲۵/۰ نمره)		
۵	مقاله از مجلات معتبر لاتین و جدید انتخاب شده است. (۵/۰ نمره)		
کل			

فرم ارائه سمینار توسط دانشجو

ردیف	معیار ارزیابی	توضیحات
۱	موضوع و محتوا پوشش دهنده هدف است. (۱)	
۲	محتوا را با استفاده از جدیدترین منابع در محدوده زمانی تعیین شده به خوبی پوشش داد. (۲)	
۳	تسلط کافی و بیان شیوا و رسا در ارائه مطالب داشت. (۱)	
۴	توانایی پاسخگویی به پرسش های مطرح شده توسط اساتید و دانشجویان را داشت. (۱)	
۵	ارائه به موقع سمینار کتبی به استاد. (۱)	
کل از ۶ نمره		

جدول زمانی واحد کارآموزی

جلسه	تاریخ	مدرس	ساعت
۱	۱۴۰۲/۱۰/۲	دکتر غفاری	۱۳-۸
۲	۱۴۰۲/۱۰/۳	دکتر غفاری	۱۳-۸
۳	۱۴۰۲/۱۰/۴	دکتر غفاری	۱۳-۸
۴	۱۴۰۲/۱۰/۹	دکتر غفاری	۱۳-۸
۵	۱۴۰۲/۱۰/۱۰	دکتر غفاری	۱۳-۸

شیوه و زمان ارزشیابی دانشجویان در واحد کارآموزی :

ردیف	معیار	نمره
۱	حضور فعال در واحد و شرکت در بحث های گروهی	۱ نمره
۲	ارائه گزارش حاصل از ارزیابی یک سالمند	۴ نمره
۳	کل	۵ نمره

امضا مدیر گروه:

امضا مدرس: دکتر فاطمه غفاری