

לוקחים אחריות על הבריאות - סדנה לניהול הבריאות ואוריינות בריאותית

מנחה: ד"ר חגית הראל כץ, מרפאה בעיסוק PhD

תכני המפגשים:

תאריך	מפגש מס'	תוכן
7.1.26	1	<ul style="list-style-type: none"> הכרות, הצגת נושאי הסדנה: ניהול הבריאות ואוריינות בריאותית. מה אני יכול לעשות כשמתגלה אצלי בעיה רפואית?
14.1.26	2	<ul style="list-style-type: none"> מעקב אחר סימפטומים ניהול הקשר והתקשורת עם הרופא/איש המקצוע.
21.1.26	3	<ul style="list-style-type: none"> איך מתחילים לעשות שינוי בריאותי? לימוד ותרגול הצבת מטרות בנושא בריאות.
28.1.26	4	<ul style="list-style-type: none"> מעקב אחר יישום מטרות בנושא בריאות. פיתוח חוסן והקשר לניהול הבריאות.
4.2.26	5	<ul style="list-style-type: none"> איך למצוא מידע רלוונטי ואמין לגבי בעיה רפואית והטיפול בה? לימוד ותרגול מובנה של פתרון בעיות בהקשר לבעיות בריאותיות. קבלת החלטות חשובות בנושא בריאות.
18.2.26	6	<ul style="list-style-type: none"> אמצעים טכנולוגיים ואחרים לניהול וקידום הבריאות האישית. סיכום הסדנה עד כה וחשיבה לעתיד
18.3.26	7	<ul style="list-style-type: none"> מעקב אחר יישום תכני הסדנה והמטרות האישיות חזרה על תכנים שנלמדו בסדנה. ניהול הרגשות – איך להתמודד עם רגשות שעולים כתוצאה מהבעיה הבריאותית

מפגש מעקב,
ריענון והמשך
למידה