

الوعي الصحي لفئة المسنين

Health awareness for the elderly

«al-w'y al-ṣiḥiy lifi ṭ al-musinīn»

¹ بارود نورة

مخبر المرافق العمومية والتنمية، كلية الحقوق والعلوم السياسية جامعة جيلالي ليابس 19 مارس 1962، سيدي بلعباس، الرمز

البريدي: 22000، الجزائر.

¹ BAROUD Nora

Laboratory research: the public facilities and development, College of Law and Political Science Jilali University of Lyabs March 19, 1962, Sidi Bel Abbas, Postal Code:22000, ALGERIA.

 norabaroud1979@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-9072-025X>

² الدكتور: فرعون محمد، المشرف.

مخبر المرافق العمومية والتنمية، كلية الحقوق والعلوم السياسية جامعة جيلالي ليابس 19 مارس 1962، سيدي بلعباس، الرمز

البريدي: 22000، الجزائر.

² DR. FARAOUN Muhammad, the Supervisor.

Laboratory research: the public facilities and development, College of Law and Political Science Jilali University of Lyabs March 19, 1962, Sidi Bel Abbas, Postal Code:22000, ALGERIA.

 maitrefaraoun@hotmail.fr

 <https://orcid.org/0000-0002-3447-5798>

تاريخ النشر: 2021/09/30

تاريخ القبول: 2021/09/ 26

تاريخ الاستلام: 2021/ 06/ 25

لتوثيق هذا المقال: أسلوب إيزو 2010-690

بارود، نورة، فرعون، محمد، سبتمبر 2021. الوعي الصحي لفئة المسنين. مجلة التراث، المجلد 11، العدد 04، من ص01، إلى ص 23.

[E-ISSN 2602-6813 ISSN: 0339-2253]

TO CITE THIS ARTICLE Style ISO 690-2010:

BAROUD, Nora, FARAOUN, Muhammad, September 2021. Full title of the article. AL TURATH Journal. volume 11, issue 04, P 01, P23. [ISSN: 0339-2253 E-ISSN. 2602-6813].

تنبيه:

ما ورد في هذه المجلة يعبر عن آراء المؤلفين ولا يعكس بالضرورة آراء هيئة التحرير أو الجامعة وتخضع كل منشورات للحماية القانونية المتعلقة بقواعد الملكية الفكرية، ويحمل أصحابها فقط كل تبعات مؤلفاتهم.

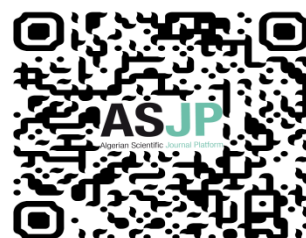


Attention:

What is stated in this journal expresses the opinions of the authors and does not necessarily reflect the views of the editorial board or university. All publications are subject to legal protection related to intellectual property rules, and their owners only bear all the consequences of their literature.

Open Access Available On:

<https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/323>



V.4.0

* المؤلف المرسل: بارود نورة، البريد الإلكتروني: norabaroud1979@gmail.com

تعد فئة المسنين من الفئات التي تعرف تزايداً في الآونة الأخيرة وهي الأكثر حساسية كونها تحتاج الى رعاية واهتمام بالغين لخصوصية هذه المرحلة العمرية في حياة الانسان كونه أقرب الى الضعف من القوة، الهرم، التهميش من الاهتمام وتراكم الامراض المزمنة. بعدما كان منتجا وشريكا فعالا في الحياة بمختلف جوانبها.

فالشخص المسن لا يولي اهتماما كبيرا لنظامه الغذائي ان كان صحيحا او غير صحي وهذا راجع الى غياب واجب الرعاية بالصورة المطلوبة من طرف الاسرة والمجتمع.

مما يستوجب معه مساعدة هذا المسن واکرامه والاعتناء به حتى لا يفقد الشعور بعدم الرغبة من وجوده، وتكون هاته المساعدة عن طريق توعيته وتثقيفه صحيا ونفسيا وحصوله على المعلومات اللازمة والكافية لتوعيته حتى يتمكن من القيام بالخيارات المناسبة للمحافظة على صحته من خلال اختياره لطعام صحي وممارسته للنشاط البدني الذي هجره بدافع المرض او الإحالة على التقاعد.

هنا يجب استخدام كل الطرق والوسائل التي من خلالها يستعيد الشخص المسن ثقته بنفسه ويحسن من حالته الصحية حتى يتمكن من تجنب العديد من الامراض السارية كالضغط، القلب، السكري ومحاوله القضاء عليها نهائيا او الحد من انتشارها. وبهذا نكون امام مسن صحي ونشط.

الكلمات الدالة: فئة المسنين؛ توعية؛ وعي صحي؛ حماية؛ علاج.

تصنيفات JEL: I12- K19- Z13

Abstract :

The elderly are an evolving category of the population and require significant care in this crucial stage of life, as they become more vulnerable to chronic diseases in addition to the marginalisation they experience in their community. Indeed, after being an effective actor in the social community, the elderly no longer pay attention to their health, in the absence of awareness and special protection.

It is therefore essential to assist them to regain their place and dignity within the community and prevent them from feeling useless and losing the desire to continue living decently. This assistance consists of proper health, moral and psychological education to help them maintain good health through healthy diet and physical activity. All means must be used to help the older person regain self-confidence and take care of his or her health in order to avoid many chronic diseases such as high blood pressure, cardiovascular diseases and diabetes. This will enable the elderly person to lead a healthy and active life independently.

Keywords: Elderly; awareness; health awareness; protection; treatment.

JEL Classification Codes : I12, K19, Z13.

Résumé :

Les personnes âgées sont une catégorie en évolution de la population et nécessitent des soins importants à cette étape cruciale de la vie, car elles deviennent plus vulnérables aux maladies chroniques en plus de la marginalisation qu'elles vivent dans leur communauté. En effet, après avoir été un acteur efficace de la communauté sociale, les personnes âgées ne font plus attention à leur santé, faute de sensibilisation et de protection particulière.

Il est donc essentiel de les aider à retrouver leur place et leur dignité au sein de la communauté et leur éviter de se sentir inutiles et de perdre l'envie de continuer à vivre décemment. Cette assistance consiste en une bonne éducation sanitaire, morale et psychologique pour les aider à rester en bonne santé grâce à une alimentation saine et à l'activité physique. Tous les moyens doivent être mis en œuvre pour aider la personne âgée à reprendre confiance en elle et prendre soin de sa santé afin d'éviter de nombreuses maladies chroniques telles que l'hypertension artérielle, les maladies cardiovasculaires et le diabète. Cela permettra à la personne âgée de mener une vie saine et active de manière autonome.

Mots-clés : Personnes âgées ; conscience; Sensibilisation à la santé; protection; traitement.

Codes de classification JEL : I12, K19, Z13.

معظم الأشخاص ينظرون الى الشخص المسن نظرة شفقة، فبعد ان يكون الشخص ذا قوة يصبح ضعيفا بحاجة الى ذات العناية التي تلقاها في الصغر بل وأكثر.

حيث تزداد صعوبة التعامل لتداخل بعض تصرفاته مثل: الحساسية المفرطة وسرعة الانفعال وعدم التركيز والنسيان، فبعض الأفعال والكلمات التي نراها بسيطة أو عادية، يكون وقعها في أنفسهم جارحا قد تسبب لهم جرحا وتجعلهم في كآبة دائمة دون شعور من يتعامل معهم.

الأمر الذي جعل الباحثين النفسانيين يبذلون أقصى جهودهم لإعطاء فئة المسنين مرتبة أو بيئة تليق بهم .

فمختلف دول العالم تتكون من فئات مختلفة، منها فئة المسنين، فكان لزاما على هذه الدول اتخاذ كل التدابير اللازمة لحماية هذه الفئة ومواكبة التغيرات الفيزيولوجية والنفسية لهم ومن بين هذه الدول الجزائر خاصة وأن هذه الفئة في تزايد مستمر وأصبحت تعرف تهميشا كبيرا وواضحا.

لقد اتخذت الجزائر جملة من التدابير لحماية الأشخاص المسنين خاصة وأن المجتمع الجزائري شهد بعد الاستقلال تحولات سريعة مست عدة مجالات: اجتماعية، اقتصادية، ديمغرافية عجلت بتحول المجتمع الجزائري التقليدي إلى مجتمع معاصر، مما أدى إلى تأثر وضعية الشخص المسن داخل مختلف الأنظمة الاجتماعية التي كان يتمتع بها في الأنظمة التقليدية القديمة مثالها:

كان شيخ القبيلة وكبيرها هو الذي يتكفل بحل النزاعات أو النزاعات بين افرادها وحاليا يرفع النزاع إلى القضاء، مما أدى بالشخص المسن إلى الشعور باهتزاز مكانته وفقدانه للاحترام في مجتمعنا الحالي، بل الأكثر من ذلك يتعرض هذا المسن للاعتداء الذي يجعل حياته مهددة بالخطر نظرا لضعف جسمه وعدم القدرة على الدفاع.

ويعد الشخص المسن من الفئات التي تعاني من الأمراض أهمها: الأمراض القلبية، الضغط السرطان، السكري. كون المسن لا يتبع نظاما غذائيا صحيا أو حمية صحيحة ولا يقوم بأي مجهود عضلي أو رياضي في غياب المرافق الرياضية وكذا المساحات الخضراء وهجرانه لممارسة الرياضة خاصة المشي مما أدى إلى تدهور الحالة الصحية لمعظم كبار السن وكذا لتداخل العديد من الظروف والملابسات التي جعلت منها فئة مهملة دون اهتمام من طرف الكثير من الناس.

ففي هذه الحالة يستوجب تدخل الدولة وفرض صرامتها بسن قوانين تحمي هذه الفئة الهشة باعتبارها فئة خاصة واستثنائية.

***مشكلة الدراسة:**

حسب ما تقدم في الورقة البحثية يجعلنا نطرح الإشكالية التالية: ما مدى اهتمام الدولة بالوعي الصحي للمسن، وماهي الآليات والتدابير المتبعة لحماية الأشخاص المسنين في ظل التطورات الراهنة؟

*أهداف الدراسة:

هذه الدراسة الغرض منها إعطاء لمحة عن أهمية هذا الموضوع المتمثل في الوعي الصحي أو ما تعارف عليه بالثقيف الصحي وأهميته في الحياة والمجتمع خاصة بين فئة كبار السن أو ما يعرف بالمسنين هذه الفئة الهشة الضعيفة التي تحتاج الرعاية والاهتمام .

*أهمية الدراسة :

تتمثل أهمية هذه الدراسة فيما يلي :

-العمل على إدراك أهمية الوعي الصحي أو الثقيف الصحي في أوساط فئة المسنين.

-العمل على تحقيق الوعي الصحي من خلال نشر خطواته عبر مختلف الوسائل.

*مصطلحات الدراسة :

نستعرضها كالآتي:

الثقيف الصحي :

عبارة عن مجموعة من التجارب الصحية المدروسة بشكل علمي والمصممة لكي تساعد كلا من الافراد والمجتمعات على تعزيز وضعهم الصحي عن طريق زيادة التوعية الصحية .

الهدف: هو نتيجة نهائية قابلة للقياس والملاحظة عن طريق القيام بمهام معينة خلال فترة زمنية محددة.

النشر: هو العملية التي يتم بمقتضاها توصيل الرسائل الفكرية التي يبدعها المؤلف الى القراء.

توعية: هو التفهيم والتوضيح والإرشاد وهي مأخوذة من الوعي وهو الحفظ والفهم والادراك والعمل.

*الإطار النظري والدراسات السابقة :

هناك العديد من الدراسات التي تناولت موضوع الوعي الصحي رغم حداثة وعدم تداوله بين فئات المجتمع بصورة كبيرة .

لقد تم تناول موضوع الوعي الصحي من طرف عديد المختصين والباحثين في هذا المجال الذين ساهموا ولو بالقليل من بينهم الثقافة الصحية ل: د أحمد محمد بدح-د أيمن سليمان مزاهرة-زين حسن بدران.

النشاط البدني والوقاية من المرض للدكتور طيبي أحمد والدكتور بوساق بدر الدين من جامعة الجلفة -المسيلة في الملتقى الوطني حول: الرياضة والمجتمع يوم 13 ديسمبر 2018.

*منهجية الدراسة:

بناء على ما تقدم سابقا للبحث في الإشكالية المطروحة ودراسة الموضوع اعتمدت على المنهج الوصفي وذلك من خلال إدراج العديد من المفاهيم والاتجاهات الفقهية وما تفتضيه من ملاحظات تثري هذه الورقة البحثية .

*خطة الدراسة:

سنتناول هذه الدراسة على النحو التالي:

مقدمة: تتضمن نبذة عن أهمية الموضوع، الإشكالية، الدراسات السابقة، الخطة، المنهج المتبع .

المبحث الأول: الإطار المفاهيمي للشخص المسن

المطلب الأول: التأصيل المفاهيمي للمسّن

المطلب الثاني: المفهوم القانوني للمسّن

المبحث الثاني: الوعي الصحي لفئة المسنين

المطلب الأول: أهمية الوعي الصحي

المطلب الثاني: خطوات ووسائل نشر الوعي الصحي

خاتمة: تشمل نتائج البحث والتوصيات.

المبحث الأول: الإطار المفاهيمي للشخص المسن

يعتبر الشخص المسن من الفئات العمرية الهشة والضعيفة في أي مجتمع ولقد عرفت هذه الفئة من الأشخاص تزايداً ملحوظاً في الآونة الأخيرة، مما يستوجب علينا التطرق إلى مفهوم الشخص المسن من مختلف الجوانب.

المطلب الأول: التأصيل المفاهيمي للمسن

يمر الإنسان بعدة مراحل في حياته بعد ولادته، حيث يكون حديث الولادة، ثم طفلاً، ثم تأتي مرحلة الشباب والقوة لتتبعها مرحلة الكهولة وهي قمة النضج لتختتم بمرحلة حساسة يطلق عليها مرحلة الشيخوخة وهي المرحلة الأخيرة في حياة الشخص يصبح من خلالها غير قادر على القيام بمهامه، وإدارة شؤونه لوحده وبحاجة لرعاية شخص آخر له.

المسن هو ذلك الفرد الذي تجاوز الستين (60) عاماً فأكثر حتى وإن كان يتمتع بصحة جيدة وذاكرة قوية، ولقد تعددت تعاريف الشخص المسن نظراً لاختلافات وجهات النظر.

الفرع الأول: تعريف المسن لغة

الرجل الكبير في السن، قال ابن منظور: "أَسَنُّ الرجل: كَبُرُ، وكَبُرَتْ سِنُّهُ. يُسَنُّ إنساناً فهو مسن" كما تستخدم العرب ألفاظاً مرادفة للمسن فتقول: (شيخ)، وهو "من استبان فيه السِّنُّ وظهر عليه الشيب" وبعضهم يطلقها على من جاوز الخمسين. وقد تقول: (هَرِمَ)، وهو أقصى الكبر". (1)

وفي مجال سن الرجل في اللغة يرتب كالتالي:

يقال: شاب الرجل، ثم شمتط، ثم شاخ، ثم كبر، ثم توجه ثم ادلف، ثم مج، ثم هذج، ثم ثلب، ثم الموت.

ويقال عن الرجل إذا شاخ وعلت سنه، فهو قحرق وقحب، فإذا ولى وساء عليه أثر وكبر فهو يفن درجح، فإذا زاد عفة ونقص عقله فهو جَلْحَابٌ ومهتر.

وفي مجال ترتيب المرأة عند العرب قيل :

مادامت صغيرة فهي طفلة، ثم وليدة إذا تحركت، ثم كاعب إذا كعب ثديها، ثم ناهد إذا زاد ثم معصر إذا أدركت، ثم عانس إذا ارتفعت عن حد الاعصار، ثم خوذ إذا توسطت الشباب، ثم مسلف إذا تجاوزت الأربعين، ثم نصف إذا كانت بين الشباب والتعجيز، ثم شهلة كهلة إذا وجدت مس الكبر وفيها بقية وجلد ثم شهيرة إذا عجزت وفيها تماسك حيزيون إذا صارت عالية السن، ناقصة القوة، ثم علقم إذا انحنى قدها وسقطت أسنانها.

والمفهوم اللغوي للشخص المسن يشمل الشيخ والعجوز والهرم وكل من بلغ من العمر عتياً.

ولقد جاء في القرآن الكريم ذكر الشيخوخة قوله تعالى ۞هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تَرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُحَرِّجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِيَبْلُغُوا أَشَدَّكُمْ ثُمَّ لِيَكَوُنُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يَتَوَقَّى مِنْ قَبْلٍ وَلِيَبْلُغُوا أَجَلًا مُسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ۚ سورة غافر آية 67.

وجاء أيضا في قوله تعالى ۞وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ ۚ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ ۚ أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ (70) سورة النحل آية 70.

القرآن الكريم وصف مرحلة الشيخوخة بالضعف والشيب. (2)

الفرع الثاني: تعريف المسن اصطلاحا

هناك من اعتمد على المعيار العمري وهناك من اعتمد على المعيار الاجتماعي لتعريف المسن.

يطلق الفقهاء مصطلح الكبر في السن على فئتين :

*الفئة الأولى : عندما يبلغ الفرد مبلغ الشيخوخة والضعف بعد تجاوزه مرحلة الكهولة.

*الفئة الثانية : عندما يراد بالفرد الخروج من مرحلة الصغر والدخول الى مرحلة الشباب فيكون بمعنى البلوغ المصطلح عليه.

وظهر اتجاه اخر ارتأى ان المسن هي حالة صحية وليست مرحلة عمرية، فهو ينظر للمسن على وقف اعراض معينة تظهر عليه، يمكن اعتباره مسنا. فوصف المسن بالمريض الذي لا يرجى براه وميؤوس من شفاؤه. وذهب البعض الى القول ان المسن

"هو كل فرد أصبح عاجزا عن رعاية نفسه وخدمتها بسبب تقدم العمر وليس بسبب إعاقة او ما يشابهها."

كما ذهب بعض الفقهاء الى ان الفرد البالغ من العمر ستين عاما فأكثر بصرف النظر عن ظروفه الصحية والاجتماعية والنفسية يعد مسنا(3).

وهناك من صنف المسن إلى :

01-المسن الشاب من 60 الى 74 سنة.

02-المسن الكهل من 75 سنة الى 84 سنة.

03-المسن الهرم الذي تعدى 84 سنة فأكثر.

وتجدر الإشارة الى أن الدكتور عبد الحميد محمد الشاذلي نبه الى ضرورة عدم الخلط بين مفهوم "كبر السن" أي التقدم في العمر ومفهوم "الشيخوخة" فالأول يعني الزيادة في العمر وأما الثاني فقد يعني الاعراض او التغيرات البيولوجية والفيزيولوجية المصاحبة للتقدم في العمر وقد يعني أحد مراحل التقدم في العمر. (4)

عرفها زهران حامد عبد السلام أنها "مجموعة تغيرات جسمية ونفسية تحدث بعد سن الرشد في الحلقة الاخيرة من الحياة ومن التغيرات العضوية الضعف العام في الصحة ونقص القوى العضلية"

يرى تامير أن "الشيخوخة هي عملية مستمرة وتدرجية حيث تنخفض القدرات المعرفية والادراكية تدريجياً"

وهي ظاهرة طبيعية عادية تظهر في وقتها العمري المحدد ولا يمكن تفاديها أو تجاوزها كمرحلة حياتية متوقع حدوثها ولا يمكن تأخيرها. (5)

الفرع الثالث: تعريف المسن من الناحية العمرية والاجتماعية

تباينت الآراء واختلفت وجهات النظر في تحديد مفهوم الشخص الطاعن في السن فهناك فريق اعتمد على الجانب العمري (السن) وفريق آخر اعتمد على الجانب الاجتماعي.

أولاً: تعريف المسن من الناحية العمرية (السن)

اختلفت الآراء حول تقديم تعريف واحد للشخص المسن بالاعتماد على سنه أو عمره. ومرد هذا الاختلاف إما تأثر صاحب التعريف بالقوانين المتعلقة بالإحالة على التقاعد، ومن ثم فإن المراد بالشخص المسن هو الشخص الذي بلغ من العمر ستين عاماً فما فوق وأحيل على التقاعد لهذا السبب.

وإما بالنظر إلى أن الشخص المسن هو من يندرج ضمن فئة الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين الستين والخامسة والسبعين عاماً أو حتى نهاية العمر.

وقسم فريق من الباحثين الأشخاص المسنين الى فئتين :

الفئة الأولى: مرحلة الشيخوخة المبكرة، وتضم المسنين البالغين من العمر ستين عاماً حتى السبعين عاماً.

الفئة الثانية: وتخص مرحلة الشيخوخة المتأخرة والتي تبدأ بالسبعين عاماً وتنتهي بوفاة الشخص .

والحقيقة التي يمكن أن يصل إليها الباحث من هذه التعريفات أنها لم تقدم جديداً رغم الاختلاف الظاهر بينها، وهي في الحقيقة لا اختلاف بينها إذ أن المسن عند جميع أصحاب هذه التعريفات هو من جاوز الستين من عمره وتنتهي هذه المرحلة بوفاته.

وهذه الحقيقة يعبر عنها الحديث النبوي الشريف، روى الترمذي في سننه من حديث أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "أعمار أمتي ما بين الستين إلى السبعين، وأقلُّهم من يجوز ذلك" الراوي: أبو هريرة | المحدث: الألباني | المصدر: صحيح الترمذي الصفحة أو الرقم: 3550. (6)

وبناءً على هذا التباين في تحديد السن الذي يصل إليه الشخص حتى يصير مسناً خاضعاً لقانون حماية الأشخاص المسنين، أو قانون الإحالة على التقاعد، صنف بعض القانونيين الأشخاص المسنين إلى ثلاثة طوائف أساسية وهي:

. المسن الشاب: وهو الذي يتراوح عمره ما بين الستين عاماً والرابعة والسبعين عاماً.

. المسن الكهل: وهو الشخص الذي يتراوح عمره ما بين الخامسة والسبعين عاماً والرابعة والثمانين عاماً.

. المسن الهرم: وهو الشخص الذي يتراوح عمره ما بين الرابعة والثمانين عاماً، ووفاته.

ومهما تكن طبيعة هذه التصنيفات، فإن المتفق عليه بين هذه الآراء وبعض التشريعات القانونية.

هو أن الشخص المسن هو كل من بلغ الستين من عمره بغض النظر عن الحد الأقصى الذي قد يعيشه

الإنسان في هذه الحياة. (7)

ثانياً: تعريف المسن من الناحية الاجتماعية

يقول أصحاب "نظرية الأزمة (CRISIS theory)" أن قيام الشخص المسن بعمل ما يعد غاية في الأهمية بالنسبة له، حيث يكسبه هذا الدور المهني هويته ويمكنه من وضع نفسه في علاقات مع الآخرين، ويساعده على التوافق الاجتماعي والنفسي.

واعتماداً على محتوى نظرية الأزمة، نجد أن الناحية الاجتماعية للمسن قائمة على معيارين أساسيين: في حاجات هذا الأخير على التغيرات البيولوجية المتمثلة باختلافها، والتغير في المراكز والأدوار التي يؤديها المسن في المجتمع الذي يعيش فيه، الأمر الذي نعمل على إيضاحه فيما يلي:

أولاً: التغيرات البيولوجية

تتأثر التغيرات البيولوجية المصاحبة للتقدم في السن بالعوامل الوراثية والعوامل البيئية المحيطة بالفرد نفسه، وتختلف هذه التغيرات عن التغيرات العضوية التي تحدث في المسن نتيجة إصابته بالأمراض المختلفة، ومن بين هذه التغيرات البيولوجية، تغير القوة العضلية وهذا له تأثير على الجهد الذي يقوم به المسن سواء كان هذا الجهد جهداً بدنياً أو فكرياً، كما يؤثر على العمل اليدوي الذي يقوم به وعملية التنقل لديه فيصبح بذلك المسن عاجزاً عن القيام بشؤونه ويحتاج إلى مساعدة غيره، وهذه حقيقة أكدها القرآن. (8)

قوله تعالى ۞ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً ۖ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ ۖ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ۝ 54 سورة الروم آية 54.

ثانيا: تغير المركز والدور الاجتماعي (التقاعد)

بلوغ الشخص سنا معينة ستون سنة حسب ما هو محدد في أغلب تشريعات العمل (يحال هذا الأخير على التقاعد، مما يترتب عليه تغير نظرتة إلى نفسه وإلى المحيط الذي يعيش فيه، وبذلك يصبح التقاعد من العوامل الضاغطة على الشخص المسن، وفي هذا الصدد يشير كل من "إيكردت" (EKERDT) و "بوس" (BOSS) إلى أن بعض الدراسات قد أكدت على أن الانسحاب من العمل حدث ضاغط على المسن، وأن للتقاعد آثار سلبية على صحته وسلامته الجسدية والنفسية، ويؤدي بالمسن إلى العزلة والإحباط.

يتميز المسن في هذه المرحلة بفقدان العلاقات الاجتماعية والأنشطة والاهتمامات والاعتماد على الآخرين، وغالبا تقتصر علاقاتهم على الأصدقاء القدامى مما يبعث في نفوسهم الملل وانقطاع المسن عن عمله يؤدي إلى قطع صلته بمعظم الزملاء والمعاناة من وقت الفراغ وينخفض لديهم مستوى الطموح وتتسم هذه المرحلة بضعف عام في الجوانب الاجتماعية مما يؤدي على نحو الاضطرابات الاجتماعية حيث ينقرض الأصدقاء والأقارب وزملاء العمل. (9)

ملاحظة:

التقاعد هو تلك المرحلة التي تبدأ بانقطاع الفرد عن عمله نتيجة وصوله للمسن القانونية للإحالة على التقاعد وهي بلوغ ستين عاما كما أقرت بذلك معظم قوانين العمل في مختلف بلدان العالم.

اتفقت الآراء في عمومها على أن المتقاعد هو الشخص الذي بلغ السن التي نص عليها القانون أو التشريع المعمول به وأحيل بهذا على التقاعد، وبناءً على ذلك، يعرف "طومبسون" (TOMPSON) "المتقاعد بأنه كل من يترك وظيفته سواء كان ذلك إجباريا بسبب وصوله السن القانونية، أو كان اختياريا نظرا لظروفه الصحية على سبيل المثال. (10)

المطلب الثاني: المفهوم القانوني للمسن

اهتمت التشريعات بالمسنين وحرصت على ضمان حقوقهم وتوفير الحماية لهم من كل ما من شأنه الإنقاص من قيمتهم أو ظلمهم أو التعدي عليهم خاصة وأنها تعتبر الفئة الهشة من فئات المجتمع.

الفرع الأول: المسن في القانون الدولي

من يراجع المواثيق والتوصيات الدولية التي تناولت مسألة الأشخاص المسنين على المستوى الدولي لا يجد فيها تعريفا لهذه الفئة، بل إن المجتمع الدولي لحد كتابة هذه السطور لم يتوصل إلى إبرام اتفاقية دولية خاصة بالمسنين تكفل لهم الحماية وتضمن لهم حقوقهم التي نصت عليها الإعلانات والتوصيات ذات الشأن بهذا الموضوع.

ومع ذلك نقول إن عدم وضع اتفاقية دولية لحماية الأشخاص المسنين على المستوى الدولي، لا يعني بالمرّة أن المجتمع الدولي لا يعير فئة المسنين أي اهتمام يستحقونه، بل على العكس تماما، حظيت هذه الفئة باهتمام بالغ من قبل المجتمع الدولي، ويتجسد ذلك من خلال إصدار التوصيات والعديد من الإعلانات والقرارات التي حثت على احترام حقوق هذه الفئة وحمايتهم قانونا من كل ما يشكل خطرا. (11)

وأهم التوصيات التي اعتمدها المجتمع الدولي من خلال هيئة الأمم المتحدة، توصية العمل الدولية بشأن العمال المسنين، التي أقرها مؤتمر العمل الدولي في دورة انعقاده السادسة والستين بتاريخ 04 جوان عام 1980 وخطة عمل فيينا الدولية للشيوخوخة لعام 1982 وخطة مدريد الدولية للشيوخوخة لعام 2002 .

ويشير الاتجاه العام في القانون الدولي إلى أن المسنون هم فئة من السكان التي تبلغ ستين سنة فأكثر، والتي ترتبط في أغلب الأحيان ببداية التقاعد الرسمي عن العمل .

الفرع الثاني: المسن في القانون الجزائري

نص المشرع الجزائري على حماية الأشخاص المسنين في أكثر من نص تشريعي، وحددت هذه النصوص كيفية القيام برعاية هذه الفئة وحماية حقوقها وصون كرامتها، وهذا انطلاقا من الدستور الجزائري لعام 1996 إلى قانون الاسرة لسنة 2005 إلى قانون العقوبات وقانون الإجراءات الجزائية وقانون تنظيم السجون وإعادة الإدماج الاجتماعي.

وهذه النصوص وإن أشارت بصورة صريحة أو ضمنية للشخص المسن إلا أنها لم تعرف هذه الفئة من فئات المجتمع تعريفا واضحا يجعلنا نميزها عن غيرها مما يشابهها من الفئات القريبة منها، وعدم ورود تعريف دقيق لفئة المسنين في هذه النصوص ليس عيبا فيها، ولا تقصيرا من المشرع في هذا المجال، لأن المشرع غير مطالب قانونا بتقديم التعريفات فيما يصدر من قوانين، وتبقى مهمة تعريف المسن كما ورد في هذه النصوص من اختصاص الفقه.

وإذا كانت هذه هي القاعدة العامة من حيث أن المشرع ليس عليه واجب تقديم تعريف لكل ما يصدر عنه من تشريع، فإنه استثناء. تحت إلحاح الضرورة. أن يقدم في بعض الحالات تعريفا لمبدأ. (12)

ولقد عرفت المادة 02 من القانون رقم 12/10 المتعلق بحماية الأشخاص المسنين على أنه:

"تطبق أحكام هذا القانون على كل شخص مسن يبلغ من العمر خمسا وستين سنة (65) فما فوق." (13)

وهكذا يكون المشرع الجزائري قد عرف الشخص المسن على أنه الشخص الذي بلغ من العمر خمسا وستين عاما فما فوق، أي الفئة التي بلغت أعمارها خمسا وستين عاما وتستمر إلى غاية وفاتها، وما دون ذلك لا يعد مسنا ولا تسري عليه أحكام القانون رقم 12/10 المتعلق بحماية الأشخاص المسنين.

وتحديد بداية سن الشخص المسن بخمس وستين عاما يدل على أن المشرع الجزائري قد اعتمد المعيار العمري (معيار السن) في تحديد مفهوم الشخص المسن، بغض النظر عن حالته الصحية أو وضعه الاجتماعي، وأعتقد أن اعتماد المشرع الجزائري على معيار السن في تحديد مفهوم الشخص المسن يعد اختيارا صائبا كونه يجنبنا الوقوع في الجدل الذي ينشأ عن اعتماد المعيار الصحي أو المعيار الاجتماعي كونهما معياران فضفاضان يفتحان المجال واسعا لإدخال بعض الفئات الاجتماعية من غير المسنين في فئة المسنين نظرا لضعفهم البدني أو النفسي أو لسوء وضعهم الاجتماعي).

من التدابير التي اتخذتها الدولة الجزائرية في مجال حماية الأشخاص المسنين للحد من الظواهر المأساوية التي تعيشها هذه الفئة الضعيفة نتيجة تخلي أسرها عنها، إصدار القانون رقم 12/10 المؤرخ في 19 ديسمبر 2010 الذي يمثل الإطار القانوني لحماية الشخص المسن وهو أول تشريع خاص يتولى حماية هذه الفئة من فئات المجتمع الجزائري التي عانت وتعاني التهميش

والإهمال، ويعد هذا القانون حافزا للأبناء على الاعتناء بآبائهم ورعايتهم فأقر واجب الرعاية الأسرية في الفصل الثاني منه، وأقر للمسن حقه في الاعانة الاجتماعية من علاج وتجهيزات

وإعانة منزلية، وأعطى المسن الحق في الحصول على منحة مالية تكون عوناً له في مواجهة احتياجاته المختلفة إذا لم يكن لهذا المسن جملة من الأحكام الجزائية إذا أخل القائمون على رعاية المسن بواجبهم وانتهكوا الحقوق المقررة لفائدة المسن في هذا القانون. (14)

المبحث الثاني: الوعي الصحي لفئة المسنين

تعد الصحة اهم أولويات المجتمعات المعاصرة، اين تولي الدول والحكومات اهتماما بالغاً للحفاظ على صحة الفرد والمجتمع.

وأشهر مفاهيم الصحة انها علم وفن، هدفه تمكين الشخص من الحصول على حقه المشروع في الصحة والحياة.

المطلب الأول: أهمية الوعي الصحي

يعتبر مفهوم الوعي الصحي مفهوما ناشئا، يحظى باهتمام بالغ الأهمية من قبل الدول والنظم الصحية لتزويد فئات المجتمع بمعلومات واضحة ودقيقة ذات أهمية، يمكن الوصول اليها بكل سهولة. يعتبر التثقيف الصحي الوسيلة الفعالة والاداة الرئيسية في تحسين مستوى صحة المجتمع ويعتمد على أسس علمية لما لها من دور هام في رفع مستوى الصحة العامة لدى المجتمع عن طريق اكتساب الفرد لمعلومات تتناسب مع مستوى تفكيره.

الفرع الأول: تعريف الوعي الصحي (التثقيف الصحي)

الوعي الصحي هو عملية إعلامية، الهدف منها حث الناس على اتباع نمط حياة وتبنيه وممارسات صحية سليمة، لغرض رفع المستوى الصحي للمجتمع والحد من انتشار الامراض بنشر المفاهيم الصحية السليمة في المجتمع. واعلام المواطن خاصة الشخص المسن بإخطار الامراض السارية وارشادهم الى وسائل الوقاية منها. (15)

أيضا يمكن تعريف الوعي الصحي أو التثقيف الصحي على انه رفع مستوى الثقافة الصحية للأفراد بما يكفل لهم حياة صحية سليمة بعيدة كل البعد عن الإصابة بالأمراض وهدفها الأساسي الحفاظ على صحة المواطنين، وتكفل الثقافة الصحية التخلص من العادات الخاطئة التي تؤدي الى حدوث الاضرار والتركيز على الجوانب التي تفيد الصحة مثل:

وضع نظام غذائي صحي للشخص المسن لتفادي اصابته بمرض من الأمراض السارية (16)

والوعي الصحي مفهوم يقصد به إلمام أفراد المجتمع بالمعلومات والحقائق الصحية واحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم من خلال الممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم والاقتناع لتحويل تلك الممارسات الى عادات تمارس لا شعوريا أو بلا تفكير. (17)

*تعريف الوعي الصحي من قبل المؤتمر الدولي للطب الوقائي بالولايات المتحدة الامريكية:

هو عبارة عن ادخال تغيرات في البيئة حسب الحاجة من اجل تسهيل تبني نمط صحي دائم. وعليه فالتثقيف الصحي يختص بتغيرات وجهات النظر للفرد والمجموعة وسلوكهم لتحسين المستوى الصحي. (18)

الفرع الثاني: أهمية الوعي الصحي والهدف منه

أن الصحة حق أساسي من حقوق الإنسان وهي أمر لا بد منه حتى يعيش الإنسان حياة كريمة خاصة كبار السن

أولاً: أهمية الوعي الصحي

للعوعي الصحي أهمية كبيرة في الحفاظ على سلامة الأشخاص من الامراض والمخاطر وتتمثل أهميته فيما يلي :

- 01- تمكين الأفراد من التمتع بنظرة علمية صحيحة تساعد في تفسير الظواهر الصحيحة وتجعله قادراً على البحث عن أسباب الامراض وعللها بما يمكنه من تجنبها والوقاية منها؛
- 02- عبارة عن رصيد كافي معرفي يستفيد منه الانسان من خلال توظيفه لها وقت الحاجة له في اتخاذ قرارات صحيحة وصائبة إزاء ما يعترضه وتواجهه من مشكلات صحيحة؛
- 03- خلق روح الاعتزاز والتقدير والثقة بالعلم كوسيلة من وسائل الخير وبالعلماء المتخصصين في الصحة؛
- 04- إنه يتولد لدى الفرد الرغبة في الاستطلاع وتغرس فيه حب اكتشاف المزيد من كونها نشاط غير جامد يتسم بالتطور المتسارع؛ (19)
- 05- وجيه عناية الأفراد نحو اتباع العادات الصحية السليمة خاصة الفرد المسن؛
- 06- تحسين الحالة العامة للمواطنين؛
- 07- العمل على تحقيق مقولة "الوقاية خير من العلاج"؛ (20)

ثانياً: الهدف من الوعي الصحي

- الهدف من الوعي الصحي في أي مجتمع من المجتمعات يتضح من خلال ثقافة المجتمع هل سيكون سلوكاً صحيحاً أو لا؟ وعملية نشر الوعي الصحي بين أفراد المجتمع تتضح من خلال إلمامهم بالعناصر التالية :
- 01- فهم واستيعاب افراد المجتمع من خلال ان حل مشكلاتهم الصحية والحفاظ على صحتهم وصحة مجتمعهم هل مسؤوليتهم قبل أن تكون مسؤولية الجهات الرسمية ، عن طريق اتباعهم الارشادات الصحية والعادات الصحية السليمة في كل ممارساتهم لها بدافع من شعورهم ورغبتهم بها؛
 - 02- إلمامهم بالمعلومات المتصلة بالمستوى الصحي في مجتمعهم للمشكلات الصحية والامراض المعدية التي تنتشر في مجتمعهم ومعدل الإصابة بها واسبابها وطرق انتقالها وأعراضها وطرق الوقاية منها؛

-03- تعرف أفراد المجتمع على الخدمات الصحية الأساسية والمساندة في مجتمعهم وكيفية الانتفاع منها بطريقة صحيحة

ومجدية. (21)

ثالثاً: تمييز الوعي الصحي عن النظام الصحي

"يعرف النظام بمجموعة من العناصر المترابطة والتي عندما تعمل مع بعضها البعض ككل متكامل تنتج عن حدوث شيء ما"

وبهذا المفهوم يمكن تعريف النظام الصحي "بمجموعة من العناصر المترابطة والمتفاعلة مع بعضها ضمن شبكة من الاتصالات والتي تعمل معا لتحقيق هدف النظام الصحي والمتمثل بضمان أعلى مستوى صحي ممكن للفرد والمجتمع والمحافظة عليه وترقيته باستمرار. (22)

المطلب الثاني: خطوات ووسائل نشر الوعي الصحي

تشير منظمة الصحة العالمية الى ارتفاع نسبة الافراد المسنين في العالم وذلك يعود الى مؤشرات الصحة العامة عالمياً. والى التحسن الهائل في أساليب الوقاية من الإصابة بالأمراض وعلاجها وذلك باتباع خطوات ووسائل التثقيف الصحي. (23)

الفرع الأول: خطوات رفع الوعي الصحي

الشيخوخة سن يبلغه الانسان يصبح فيه بحالة أقرب إلى الضعف من القوة، وتحدث فيه تغيرات ظاهرية أو باطنية تستدعي التعب وعدم القدرة وتوقف النمو وكثرة الأمراض

الأمر الذي يستوجب معه اتباع خطوات لرفع وعي المسن صحياً :

أولاً: الإشارة الى ضرورة الفحص المبكر للأمراض وأهميته للوصول إلى علاجه أو القضاء عليه؛

ثانياً: التوعية بضرورة الابتعاد عن العادات الضارة واستبدالها بعادات صحية كممارسة المشي والتخلي عن ركوب السيارة أو عادة التدخين التي تسبب العديد من الأمراض وقد تؤدي إلى الوفاة؛

ثالثاً: الاكثار من حملات التوعية بأهمية الصحة في حياة الفرد ويستعان على ذلك بوسائل مختلفة مثل: اللقاءات المفتوحة مع الناس، المحاضرات والندوات وعرض الأفلام التلفزيونية والسينمائية، توزيع النشرات الصحية والكتيبات والمطويات والصحف وغيرها من وسائل الاعلام؛ (24)

رابعاً: نشر الوعي الصحي في أوساط كبار السن بالأمور التي تساهم في الحفاظ على صحتهم ونشاطهم مثاله وضع نظام غذائي يلائم جسمهم، والتحفيز على ممارسة الرياضة والاقلاع عن العادات السيئة حتى نكون أمام شيخوخة نشطة.

الفرع الثاني: وسائل نشر الوعي الصحي

وهي تلك الوسائل المستخدمة لتوصيل المعلومات والخبرات الى جموع الناس، ويتطلب التثقيف والإرشاد الصحي اكفاء ذوي مهارة ودراية بأسس التثقيف الصحي وقادرين على التعبير والايضاح، ووضع الحلول المناسبة للمشاكل التي تطرح عليهم، كما أنه يستلزم توفير وسائل وأساليب يستعملها المثقف الصحي... (25)

تختلف وسيلة نشر الوعي الصحي باختلاف الشخص المتلقي ودرجة وعيه وثقافته كآلاتي :

أولاً: نشر الوعي الصحي عن طريق توعية الأسرة

تعتبر الأسرة الخلية الأساسية لتكوين الفرد وتوعيته صحيا فمنذ ولادة الطفل إلى غاية بلوغه الكبر يكتسب معلومات للقضاء على المفاهيم الخاطئة.

ثانياً: التوعية الصحية عن طريق المدارس

مؤخرا تم استحداث فصول محو الامية وتعليم الكبار الأمر الذي جعل المؤسسة التعليمية تقوم بدور كبير في توعية كبار السن وتثقيفهم صحيا.

ثالثاً: التوعية الصحية بواسطة المساجد

تكون وسائل التوعية الصحية عن طريق المسجد من خلال أئمة وشيوخ المساجد. حتى نكون أمام شيخوخة نشطة. ويقصد بالشيخوخة النشطة هو تعزيز فرص الصحة والأمن. وكلمة "نشط" تشير الى الاستمرار في المشاركة في الشؤون والنشاطات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية وليس فقط القدرة على المشاركة في العمل .

رابعا: نشر الوعي الصحي عن طريق وسائل الاعلام

يكون الوعي الصحي من خلال كافة وسائل الاعلام، التلفزيون، الإذاعة، المطويات الخ. كونها من وسائل الاعلام ذات التأثير والانتشار الواسع بين أوساط المجتمع ويتم إيصال المعلومات إلى المتلقي بطريقة مشوقة

خامساً: التوعية عن طريق الانترنت

يعيش العالم عصر معلوماتي سريع، بحيث يستطيع كل انسان الحصول على المعلومات والأخبار والتحليلات بشكل فوري في وقت حدوثها ...

لقد أحدثت تقنيات الاعلام الجديد قفزة حضارية في التبادل المعرفي، وأثرت على الهوية الفكرية والثقافية والاجتماعية، كما ساهمت في تغيير السلوكيات الصحية ... (26)

خاتمة

تعتبر الشيخوخة حقيقة بيولوجية لها طريقته المعينة في الحدوث خارج نطاق التحكم البشري، ويختلف تعريفها من مجتمع لآخر. فهناك من يعتبر العمر مؤشراً على الشيخوخة، وهناك من لا يأخذ بعين الاعتبار العمر لتحديد شيخوخة الشخص . والشيخوخة الصحية هي قدرة الشخص على القيام بالأنشطة اليومية الأساسية مثل: تناول الطعام، ارتداء الملابس، الاستحمام.... إلخ من الممارسات اليومية دون مساعدة الآخرين لأطول فترة عمرية وللوصول إلى شيخوخة صحية يجب الاستعداد لها في عمر مبكر وذلك من خلال بعض الأمور التي بدورها تساعد على المحافظة على صحته رغم تقدم سنه. فالشيخوخة هي آخر مرحلة من مراحل حياة الحياة، وتعرف بالسن الثالثة وهي السن المرافقة لـ 65 وهو سن التقاعد. أما السن الرابعة فتكون ابتداءً من 80 سنة.

وأهم النتائج المتوصل إليها:

- 1- واجب المحافظة على السلوكيات الصحية كالنظام الغذائي المتوازن؛
- 2- الالتزام بممارسة النشاط البدني المنتظم؛
- 3- ضرورة الإقلاع عن العادات السيئة كالتدخين؛
- 4- ضرورة الابتعاد عن تناول الأدوية المهدئة والمضادات الحيوية دون استشارة الأطباء؛
- 5- واجب القيام بالفحوصات الطبية الدورية بهدف الوقاية من الأمراض المزمنة عبر مراحل الحياة كداء السكري، أمراض القلب والأوعية.

في الأخير نخلص إلى التوصيات التالية:

التوصيات:

- 1 - تفعيل دور وسائل الإعلام في نشر الوعي الصحي بين فئة المسنين؛
- 2 - تشجيع المسنين على المشاركة في النشاطات الرياضية؛
- 3 - العمل على توفير المساحات الخضراء لممارسة الأنشطة والفعاليات الرياضية؛
- 4 - الفحص الطبي المبكر والدوري للكشف عن الأمراض المزمنة ومحاولة تجنبها وإمكانية القضاء عليها؛

5 - محاولة غرس بعض السلوكيات الصحية والصحيحة في أوساط المسنين؛

6- بعث روح التفاؤل والتفاعل من خلال استثمار خبرة وتجربة الشخص المسن؛

7- استحداث ترسانة قانونية تتماشى والواقع المعاش لفئة كبار السن.

التهميش:

- ¹ بن أعراب رحمان العياشي أبو عبد الله، 'رعاية المسنين في الشريعة الإسلامية: فوائد وأحكام'، 2016، www.alukah.net, [accessed 23 March 2021]. <http://www.alukah.net/sharia/0/99355/>
- ² Haifaa Alzubaidi رعاية المسنين في التشريع الاسلامي-الزبيدي هيفاء، 2019 (p. 04), <https://www.researchgate.net/publication/336121870_rayt_almsnyn_fy_alts hry_alaslmy-hyfa>.
- ³ Haifaa Alzubaidi، نفس المرجع، ص05.
- ⁴ ريش عبد الجليل، 'الحماية القانونية للأشخاص المسنين'، 2013، مذكرة ماجستير في إطار مدرسة الدكتوراه فرع الدولة والمؤسسات). جامعة الجزائر-1، كلية الحقوق بن عكنون. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/13302> (p. 07)
- ⁵ دهبني زينب التوافق الاجتماعي النفسي للمسن في الاسرة الحديثة دراسة ميدانية بسكرة جامعة ورقلة علوم اجتماعية وانسانية مع جامعة ملحقة بوزريعة الجزائر، الملتقى الوطني الأول حول الشيخوخة في المجتمع الجزائري واقع وتحديات 2011، ص06 وص 10
- ⁶ ريش عبد الجليل، مرجع سبق ذكره، ص08. p.
- ⁷ ريش عبد الجليل، نفس المرجع، ص09. p.
- ⁸ ريش عبد الجليل، نفس المرجع، ص10. p.
- ⁹ القيق محمد أريج، قلق الموت وعلاقته بالصحة النفسية، مذكرة لنيل شهادة ماجستير، جامعة غزة، سنة 2016، ص32.
- ¹⁰ ريش عبد الجليل، مرجع سبق ذكره، ص11. p.
- ¹¹ قانون رقم 10-12 مؤرخ في 23 محرم عام 1432 الموافق 29 ديسمبر سنة 2010، يتعلق بحماية الأشخاص المسنين 2010، 'SGG Algérie'، العدد 79، <https://www.joradp.dz/HAR/Index.htm> p. 04
- ¹² ريش عبد الجليل، مرجع سبق ذكره، ص12. p.
- ¹³ مجوح مريم، أوهندي فوزية، إقروفة زبيدة. حماية الأشخاص المسنين في القانون الجزائري'، 2017، جامعة عبد الرحمان ميرة بجاية-أبوداو-تخصص: القانون الخاص الشامل مذكرة ماستر p صص 26-27. <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:EKmORn-i2UsJ:www.univ-27-26.bejaia.dz/jspui/handle/123456789/4431+&cd=1&hl=fr&ct=clnk&gl=dz&lr=lang_en%7Cclang_fr&client=firefox-b-d>.
- ¹⁴ المؤلف غير مذكور، 'الوعي' <https://www.facebook.com/beterhealth/posts/575121285863946/>، 2013، 'Publications | Facebook' [accessed 4 March 2021].
- ¹⁵ هايدي مصطفى، 'تعريف الوعي الصحي واهميته'، موسوعة، <https://www.mosoah.com/health/public-health-and-safety/health-2020-awareness/> [accessed 8 March 2021].
- ¹⁶ أحمد محمد بدح-أمن سليمان مزاهرة-زين حسن بدران، 'قراءة كتاب الثقافة الصحية دار المسيرة للطباعة والنشر الأردن - مكتبة الكتب'، 2017، <https://www.pdf-books.org/book/%D8%AA%D8%AD%D9%85%D9%8A%D9%84-2017.doi رقم9789957064945>، p. 15
- ¹⁷ المؤلف غير مذكور، مرجع سبق ذكره.
- ¹⁸ الشلهوب بن عبد العزيز عبد الملك، 'دور الإعلام في تحقيق الوعي الصحي'، بدون تاريخ، ص03-04 <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:HcS4ztDzCAJ:skinandallergy.org/wp-content/uploads/2012/11/12808538211.pdf+&cd=1&hl=fr&ct=clnk&gl=dz&lr=lang_en%7Cclang_fr&client=firefox-b-d>.
- ¹⁹ هايدي مصطفى، مرجع سبق ذكره.
- ²⁰ أحمد محمد بدح-أمن سليمان مزاهرة-زين حسن بدران، مرجع سبق ذكره، ص15
- ²¹ نصيرات توفيق فريد، كلية الأعمال -جامعة الأردنية، إدارة منظمات الرعاية الصحية Management of health care organaizations 'دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة شركة حيف أحمد جمال وإخوانه، الطبعة التاسعة 1439هـ-2018 م، رقم9789957064211 doi

²² العرجان جعفر، (بلا تاريخ). مستوى الوعي الصحي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين في الأردن 02، 2016، p. Recherche Google -

<[²³ علي هادي إيمان، 'الوعي الصحي بتغذية المسنين قسم الاقتصاد المنزلي Recherche Google -

<\[²⁵ أحمد محمد بدح-أيمن سليمان مزاهرة-زين حسن بدران، مرجع سبق ذكره، 21. p.\]\(https://www.google.com/search?q=%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D8%A8%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%86%D8%B2%D9%84%D9%8A+%&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk00e8y6b4pe_xVxktTMmSq-ModJSWg%3A1619253487021&ei=79iDYLRr16DV8A-eibWwAw&oeq=%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D8%A8%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%86%D8%B2%D9%84%D9%8A+%&gs_lcp=Cgdn3Mtd2l6Eaw6BwgjELADECC6BwgAEEcQsANQi3hYy5gBYJupAWgBcAJ4AIAwQKIAfwhkgEFMi0zLjGYAQCGAQKGAQGAQdnd3Mtd2l6yAEJwAEB&scient=gws-wiz&ved=0ahUKEwj0npSvZbwAhVXUBUIHZ5EDTYQ4dUDCA0>.</p>
<p>²⁴ المؤلف غير مذكور، مرجع سبق ذكره.</p>
</div>
<div data-bbox=\)](https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=%D8%A7%D9%84%D8%B9%D8%B1%D8%AC%D8%A7%D9%86+%D8%AC%D8%B9%D9%81%D8%B1.+%28%D8%A8%D9%84%D8%A7+%D8%AA%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%AE%29.+%D9%85%D8%B3%D8%AA%D9%88%D9%89+%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D9%88%D8%B9%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D9%87+%D8%A8%D8%A7%D9%84%D8%B1%D8%B6%D8%A7+%D8%B9%D9%86+%D8%A7%D9%84%D8%AD%D9%8A%D8%A7%D8%A9+%D9%84%D8%AF%D9%89+%D8%B9%D9%8A%D9%86%D8%A9+%D9%85%D9%86+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%81%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%B1%D8%AF%D9%86.>.</p>
</div>
<div data-bbox=)

²⁶ بن عمروش فريدة، Benamrouche Farida، ساكر صباح، دور وسائل الإعلام في نشر الثقافة والوعي الصحي، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، 9.4 (2020)، <<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/134050>> (p. 692) issu 2253-0347.

📖 قائمة المراجع والمصادر:

1. بن أعراب رحمان العياشي أبو عبد الله، 2016 رعاية المسنين في الشريعة الإسلامية: فوائد وأحكام . [www.awlukahnet. مباشر على الإنترنت] .. [تاريخ الوصول 23 مارس 2021]. استرجع في من : <http://www.alukah.net/sharia/0/99355/>

2. العرجان جعفر، 2016... مستوى الوعي الصحي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين في الأردن - . [Recherche Google مباشر على الإنترنت]. استرجع في من : [3. علي هادي إيمان، دون تاريخ. الوعي الصحي بتغذية المسنين قسم الاقتصاد المنزلي Recherche Google - مباشر على الإنترنت\]. استرجع في من : \[3. علي هادي إيمان، دون تاريخ. الوعي الصحي بتغذية المسنين قسم الاقتصاد المنزلي Recherche Google - مباشر على الإنترنت\\]. استرجع في من : \\[ALTJ\\]\\(https://www.google.com/search?q=%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D8%A8%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%86%D8%B2%D9%84%D9%8A+%&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk00e8y6b4pe_xVxktTMmSq-ModJSWg%3A1619253487021&ei=79iDYLRr16DV8A-eibWwAw&oeq=%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D8%A8%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%86%D8%B2%D9%84%D9%8A+%&gs_lcp=Cgdn3Mtd2l6Eaw6BwgjELADECC6BwgAEEcQsANQi3hYy5gBYJupAWgBcAJ4AIAwQKIAfwhkgEFMi0zLjGYAQCGAQKGAQGAQdnd3Mtd2l6yAEJwAEB&scient=gws-wiz&ved=0ahUKEwj0npSvZbwAhVXUBUIHZ5EDTYQ4dUDCA0>.</p>
</div>
<div data-bbox=\\)\]\(https://www.google.com/search?q=%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D8%A8%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%86%D8%B2%D9%84%D9%8A+%&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk00e8y6b4pe_xVxktTMmSq-ModJSWg%3A1619253487021&ei=79iDYLRr16DV8A-eibWwAw&oeq=%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D8%A8%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%86%D8%B2%D9%84%D9%8A+%&gs_lcp=Cgdn3Mtd2l6Eaw6BwgjELADECC6BwgAEEcQsANQi3hYy5gBYJupAWgBcAJ4AIAwQKIAfwhkgEFMi0zLjGYAQCGAQKGAQGAQdnd3Mtd2l6yAEJwAEB&scient=gws-wiz&ved=0ahUKEwj0npSvZbwAhVXUBUIHZ5EDTYQ4dUDCA0>.</p>
</div>
<div data-bbox=\)](https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=%D8%A7%D9%84%D8%B9%D8%B1%D8%AC%D8%A7%D9%86+%D8%AC%D8%B9%D9%81%D8%B1.+%28%D8%A8%D9%84%D8%A7+%D8%AA%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%AE%29.+%D9%85%D8%B3%D8%AA%D9%88%D9%89+%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D9%88%D8%B9%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%AA%D9%87+%D8%A8%D8%A7%D9%84%D8%B1%D8%B6%D8%A7+%D8%B9%D9%86+%D8%A7%D9%84%D8%AD%D9%8A%D8%A7%D8%A9+%D9%84%D8%AF%D9%89+%D8%B9%D9%8A%D9%86%D8%A9+%D9%85%D9%86+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%86+%D9%81%D9%8A+%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%B1%D8%AF%D9%86.>.</p>
</div>
<div data-bbox=)

6%D9%8A%D9%86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7
%D9%82%D8%AA%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%
D9%86%D8%B2%D9%84%D9%8A+&client=firefox-b-
d&sxsrf=ALeKk00e8y6b4pe_xVxktTMmSq-
ModJSWg%3A1619253487021&ei=79iDYLRr16DV8A-
eibWwAw&oq=%D8%A7%D9%84%D9%88%D8%B9%D9%8A+%D8%A7%D9
%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A+%D8%A8%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9
%8A%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%86%D9%8A%D9%
86+%D9%82%D8%B3%D9%85+%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%A
A%D8%B5%D8%A7%D8%AF+%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%86%D8%B2
%D9%84%D9%8A+&gs_lcp=Cgndnd3Mtd2l6EAw6BwgjELADECc6BwgAEecQs
ANQi3hYy5gBYJupAWgBcAJ4AIABwQKIAfwHkgEFMi0zLjGYAQCgAQKgA
QGqAQndnd3Mtd2l6yAEJwAEB&sclient=gws-
wiz&ved=0ahUKEwj0npSnvZbwAhVXUBUIHZ5EDTYQ4dUDCA0

4. أريج محمد القيق، قلق الموت وعلاقته بالصحة النفسية، مذكرة لنيل شهادة ماجستير، جامعة غزة، سنة 2016.

5. الشلهوب بن عبد العزيز عبداللّك، بدون تاريخ. دور الإعلام في تحقيق الوعي الصحي. [مباشر على الإنترنت]. بدون

تاريخ. استرجع في من :
http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:HcS4ztoDzCAJ:skinandallergy.org/wp-content/uploads/2012/11/12808538211.pdf+&cd=1&hl=fr&ct=clnk&gl=dz&lr=lang_en%7Clang_fr&client=firefox-b-d

6. بدح محمد أحمد - مزاهرة سليمان أيمن - بدران حسن زين، 2017. قراءة كتاب الثقافة الصحية - مكتبة الكتب.

[مباشر على الإنترنت]. doi رقم 20179789957064945، استرجع في من-<https://www.pdfbooks.org/book/%D8%AA%D8%AD%D9%85%D9%8A%D9%84-%D9%83%D8%AA%D8%A7%D8%A8-%D8%A7%D9%84%D8%AB%D9%82%D8%A7%D9%81%D8%A9-%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D9%8A%D8%A9-%D9%85%D8%AC%D9%85%D9%88%D8%B9%D8%A9-%D9%85%D8%A4%D9%84%D9%81%D9%8A%D9%86.html/read>

7. نصيرات توفيق فريد ، كلية الأعمال -جامعة الأردنية، إدارة منظمات الرعاية الصحية Management of health care organaizations ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة شركة حيف أحمد جمال وإخوانه،

الطبعة التاسعة 1439هـ-2018م، رقم doi 9789957064211

8. دهيني زينب، 2011. Publication:Bibliothèque Centrale Université de Ouargla.

التوافق الاجتماعي النفسي للمسن في الاسرة الحديثة دراسة ميدانية بسكرة جامعة ورقلة علوم اجتماعية وإنسانية مع جامعة ملحقة بوزريعة الجزائر، الملتقى الوطني الأول حول الشيخوخة في المجتمع الجزائري واقع وتحديات [مباشر على الإنترنت].. [تاريخ الوصول 11 يونيو 2021]. استرجع في من-<http://bu.univ-ouargla.dz/production%20scientifique/natio2011.php>

9. ريش عبد الجليل, 2013. الحماية القانونية للأشخاص المسنين. [مباشر على الإنترنت]. استرجع في من :
<http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/13302>
 غير مذكور, الوعي. [Facebook | Publications - مباشر على الإنترنت]. 6 أغسطس 2013. [تاريخ
 الوصول 4 مارس 2021]. استرجع في من :
<https://www.facebook.com/beterhealth/posts/575121285863946/>
10. قانون رقم 10-12 مؤرخ في 23 محرم عام 1432 الموافق 29 ديسمبر سنة 2010، يتعلق بحماية الأشخاص
 المسنين. [SGG Algérie. مباشر على الإنترنت]. 29 ديسمبر 2010. استرجع في من :
<https://www.joradp.dz/HAR/Index.htm>
11. مجوح مريم, أوهندي فوزية, و إقروفة زبيدة., 2017 : . حماية الأشخاص المسنين في القانون الجزائري. [مباشر على
 الإنترنت]. استرجع في من :
http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:EKmORn-i2UsJ:www.univ-bejaia.dz/jspui/handle/123456789/4431+&cd=1&hl=fr&ct=clnk&gl=dz&lr=lang_en%7Cclang_fr&client=firefox-b-d
12. هايدي مصطفى, تعريف الوعي الصحي وأهميته. موسوعة [مباشر على الإنترنت]. 8 فبراير 2020. [تاريخ
 الوصول 8 مارس 2021]. استرجع في من-
<https://www.mosoah.com/health/public-health-and-safety/health-awareness/>
 ALZUBAIDI, Haifaa., رعاية المسنين في التشريع الاسلامي-الزيدي هيفاء. [مباشر على الإنترنت]. 28
 سبتمبر 2019. P. 04-05-06. استرجع في من :
https://www.researchgate.net/publication/336121870_rayt_almsnyn_fy_altsnry_alaslamy-Hyfa
13. بن عمروش فريدة, Benamrouche FARIDA ساكر صباح, دور وسائل الإعلام في نشر الثقافة والوعي
 الصحي. مجلة علوم الإنسان والمجتمع [مباشر على الإنترنت]. 23 أكتوبر 2020 Vol. 9, 2253-0347 issu
 no. 4, استرجع في من
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/134050>

LIST OF REFERENCES AND SOURCES IN ROMAN SCRIPT

qā'imaṭ al-marāḡi' w al-maṣādir:

- * bin a'rāb raḥmānī al-'ayāṣī abū 'abd al-llah, 2016. ri'āyaṭ al-mūsinīn fī al-ṣarī'aṭ al-'slāmiyaṭ: fawā'd wa aḥkām
- * al-'irjān ja'far, 2016. (bilā tārīḥ). mustawá al-wa'y al-ṣiḥiy wa'alāqatuhu bi-al-ridā 'an al-ḥayāṭ ladá 'ayīnaṭ min al-musinīn fī al-'rduni
- * 'alī hādī 'mān, dūn tārīḥ. al-wa'y al-ṣiḥiy bitaḡḡiyaṭ al-musinīn qism al-'qtiṣād al-manzilī
- * arīḡ muḥamad al-qīqi, qalaq al-mawṭ wa'alāqatuh bi-al-ṣihaṭ al-nafsiyati, muḡakiraṭ linayl ṣahādaṭ māḡistīr, ḡāmi'aṭ ḡazaṭ, sanaṭ 2016,
- * al-ṣalhūbi bin 'abd al-'aziz 'abd al-malik, bidūn tārīḥ. dawr al-'lām fī taḡqīq al-wa'y al-ṣiḥiy
- * badaḥ muḥamad ahmad - muzāhiraṭslīmān ayman- bidrān ḥasan zayn, 2017. qirā'aṭ kitāb al-ṭaqāfaṭ al-ṣiḥiyaṭ - maktabaṭ al-kutub
- * nuṣayrāṭ twfiq frīd, kuliyaṭ al-'māl -jāmi'aṭ al-'rduniyaṭ, 'dāraṭ munaḡamāṭ al-ri'āyaṭ al-ṣiḥiyaṭ dār al-masīraṭ li-l-naṣr w al-tawzī' w al-tibā'aṭ ṣarikaṭ ḥayf ahmad ḡamāl w'ḥwānuhu, al-tab'aṭ al-tāsi'aṭ 1439h-2018 m
- * duhīnī zīnab, 2011. al-tawāfuq al-'ḡtimā'ī al-nafsī lilmusini fī al-'siraṭ al-ḥadiṭaṭ dirāsaṭ maydāniyaṭ bisikraṭ ḡami'aṭ wariqlaṭ 'ulūm ijtima'iyaṭ w ansāniyaṭ ma' ḡami'aṭ mulḥiqaṭ būzarī'aṭ al-ḡazā'ir, al-multaqá al-waṭanī al-'awal ḥawl al-ṣayḥuḥaṭ fī al-muḡtama' al-ḡaza'irī wāqī' wataḥadiyaṭ
- * rīš 'abd al-ḡalīl, 2013. al-ḥimayaṭ al-qānūniyaṭ li-l-aṣḥāṣ al-musinīn
- * ḡayr maḡkurīn, 2013. al-wa'y
- * qanūn raqm 10-12 mu'ariḥ fī 23 muḥaram 'am 1432 al-muwāfiq 29 dīsambir sanaṭ 2010, yata'alaq biḥimāyaṭ al-'aṣḥāṣ al-musanīn.
- * muḡūḡ maryam, 'ūhindī fawziaṭ, w 'iqrūfaṭ zubaydaṭ, 2017. : ḥimāyaṭ al-aṣḥāṣ al-musinīn fī al-qanūn al-ḡaza'irī
- * ḥāydī muṣṭafá, ta'rīf al-wa'y al-ṣiḥiy w aḥimiyatuhu. mawsū'aṭ 8 fibrāyir 2020
- * ri'āyaṭ al-musinīn fī al-taṣrī' al-aslāmī-al-zbīdī hayfā'. 28 sibṭambar 2019
- * bin 'amrūš faridaṭ, sākir ṣabāḥ , dawr wasā'il al-'i'lām fī naṣr al-ṭaqafaṭ w al-wa'y al-ṣaḥī. maḡalaṭ 'ulūm al-'insān w al-muḡtama'. 23 'uktūbar 2020.



V .4.0

JOURNAL INDEXING

مَجَلَّةُ التَّرَاثِ

AL TVRATH Journal (ALTJ)

ثلاثية، دولية، دورية، محكمة، تعنى بالدراسات الإنسانية والاجتماعية

متعددة التخصصات، متعددة اللغات

Trimestral, International, Periodic And Arbitrated Manner, Devoted To Human And Social Studies

Multidisciplinary, Multilingual.

LEGAL DEPOSIT: 2011- 1934

ISSN: 2253-0339

E-ISSN: 2602-6813



TOGETHER WE REACH THE GOAL



Scientific Indexing Services



ScienceGate Academic Search Engine



الكشاف العربي
للإستشهادات المرجعية