

برگزاری جلسه آموزشی با موضوع برنامه ریزی عملیاتی برای خودمراقبتی در سازمانها

به گزارش روابط عمومی معاونت بهداشتی، جلسه هماهنگی و آموزشی برنامه ریزی عملیاتی مشارکتی برای رابطین متخصص ادارات در خصوص اجرای خودمراقبتی سازمانی برای سازمانها ومحیطهای کار در سالن اجتماعات آموزشگاه بهورزی برگزار گردید.

به گزارش روابط عمومی معاونت بهداشتی، جلسه هماهنگی و آموزشی برنامه ریزی عملیاتی مشارکتی برای رابطین متخصص ادارات در خصوص اجرای خودمراقبتی سازمانی برای سازمانها ومحیطهای کار در سالن اجتماعات آموزشگاه بهورزی برگزار گردید.

در ابتدا جناب آقای دکتر رضائیان مسئول محترم آموزش سلامت باعرض خیر مقدم به مدعوین جلسه را شروع کردند. در ادامه جناب آقای دکتر مجتهدی معاونت محترم بهداشتی به سیر بیماریها از غیر واگیر به واگیر اشاره کردند و علت این اتفاق را سبک زندگی امروزی دانستند که سبب افزایش انواع سکته ها، سرطانها، بیماریهای قلبی و عروقی می شود آنها واکسن این مشکلات را خودمراقبتی بیان کردند و اشاره کردند به این پیام که اگر کل نظام سلامت باتمام نیروی بسیج شوند ۲۰٪ قادر به تامین سلامتی مردم خواهند بود و ۸۰٪ بقیه برعهده سازمانهاست.

سپس جناب آقای دکتر رضائیان در خصوص اهمیت اجرای برنامه ملی خودمراقبتی و خودمراقبتی سازمانی که جزئی از آن می باشد اشاره کردند و لازم اجرای برنامه خودمراقبتی سازمانی را تشکیل شورای ارتقای سلامت در محل کار دانستند و توضیحاتی در مورد مزایای آن برای کارکنان و سازمانها ارائه نمودند و حیطه های مختلف سلامت که برنامه های ارتقای سلامت در محل کار بر آنها متمرکز هستند را به شرح ذیل اعلام نمودند:

۱- تغذیه سالم ۲- تحرک بدنی ۳- ترک سیگار ۴- مدیریت استرس

توالی برگزاری جلسات شورای ارتقای محل کار به صورت فصلی مورد انتظار می باشد که هدف از تشکیل این شورا تدوین برنامه عملیاتی مشارکتی برای پیشبرد سلامت کارکنان آن سازمان می باشد.

مرحله اجرای برنامه خودمراقبتی سازمانی شامل ۵ گام میباشد که با جلب حمایت مدیریت، تعیین نیازها و جلب حمایت کارکنان شروع می شود و با ارزشیابی برنامه و اصلاح آن تداوم می یابد نمونه برنامه های ذکر شده شامل موارد ذیل می باشد:

در خصوص تغذیه سالم: انتخاب غذای سالم - امکان دسترسی کارکنان به غذای سالم و میان وعده های سالم

در خصوص فعالیت فیزیکی: پیاده رویهای دسته جمعی - دوچرخه سواری - خرید دستگاه گام شمار

در خصوص ترک سیگار: مشاوره های ترک سیگار و اقدامات تشویقی جهت ترک سیگار

در خصوص مدیریت استرس: برگزاری کلاس کنترل خشم - مشاوره

در پایان جلسه دستور العمل مربوط به راهنمای ارتقای سلامت در محل کار و کتاب خودمراقبتی در ناخوشیهای جزئی و فرمت برنامه ریزی عملیاتی مشارکتی در اختیار رابطین ادارات قرار داده شد و مقرر گردید یک نسخه از صورتجلسه شورای ارتقای سلامت و برنامه ریزی عملیاتی مشارکتی تدوین شده توسط ادارات به گروه آموزش سلامت معاونت بهداشتی ارسال گردد.

لینک مطلب در سایت: <http://mrgums.ac.ir/?MID=21&Type=News&id=353>