SỞ Y TẾ TỈNH KON TUM **TRUNG TÂM Y TẾ ĐĂK GLEI**	**CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc**
Số: 276 /KH-YTĐL	*Đăk Glei, ngày 23 tháng 02 năm 2021*

KẾ HOẠCH
Tăng cường vận động thể lực trong Ngành y tế

Căn cứ Chỉ thị 06/CT-BYT ngày 14/5/2019 của Bộ Y tế về việc tăng cường vận động thể lực trong ngành Y tế;

Thực hiện Công văn số 1615/SYT-NVY ngày 27/5/2019 của Sở Y tế tỉnh Kon Tum về việc tăng cường vận động thể lực trong ngành Y tế,

Trung tâm Y tế huyện Đăk Glei xây dựng Kế hoạch tăng cường vận động thể lực tại đơn vị cụ thể như sau:

1. Mục tiêu

Nhằm góp phần phòng, chống bệnh tật, nâng cao sức khỏe, tầm vóc, tuổi thọ và chất lượng cuộc sống.

Triển khai tập thể dục cho toàn thể công chức, viên chức và người lao động trong đơn vị.

2. Các hoạt động chủ yếu:

2.1. Tổ chức phát động và triển khai tập thể dục cho toàn thể cán bộ, công chức, viên chức và người lao động phù hợp với đặc thù công việc của từng bộ phận trong đơn vị, bao gồm tập trong lúc giải lao của các buổi họp, giao ban; tập lúc giải lao buổi sáng, buổi chiều trong giờ làm việc. Bài mẫu gợi ý tập thể dục giữa giờ (thời lượng 3 phút) đã được Bộ Y tế và Tổ chức Y tế thế giới khuyến cáo và đăng tải trên trang web của Trung tâm Truyền thông giáo dục sức khỏe Trung ương, Bộ Y tế theo địa chỉ: *http://t5g.org.vn/*.

2.2. Vận động cán bộ, công chức, viên chức và người lao động tích cực thực hiện vận động thể lực với các hình thức phù hợp như đi bộ 10.000 bước chân mỗi ngày hoặc luyện tập thể dục, thể thao và các hình thức vận động khác tối thiểu 30 phút mỗi ngày.

2.3. Đẩy mạnh tuyên truyền, vận động, hướng dẫn người dân tăng cường vận động thể lực với các hình thức phù hợp cho sức khỏe.

2.4. Tổ chức cung cấp các dịch vụ tư vấn sức khỏe, dinh dưỡng và vận động thể lực cho người bệnh tại Trung tâm Y tế và người dân tại cộng đồng, đặc biệt là đối với người có nguy cơ cao và người mắc các bệnh mạn tính.

2.5. Bảo đảm các điều kiện về cơ sở vật chất, trang thiết bị cho cán bộ, công chức, viên chức và người lao động tham gia vận động thể lực tại cơ quan, đơn vị; kiểm tra, đôn đốc việc thực hiện đồng thời động viên khen thưởng kịp

thời các tổ chức, cá nhân gương mẫu và tích cực tham gia thực hiện tại cơ quan, đơn vị và cộng đồng.

2. Thời gian

- Tập thể dục cho toàn thể cán bộ, công chức, viên chức và người lao động trong các ngày làm việc tại đơn vị:

+ Sáng từ 9h00 phút đến 9h03 phút.

+ Chiều từ 15h00 phút đến 15h03 phút.

- Ngoài thời gian tập giữa giờ tại đơn vị như trên cán bộ, công chức, viên chức và người lao động trong đơn vị tích cực thực hiện vận động thể lực với các hình thức phù hợp như đi bộ 10.000 bước chân mỗi ngày hoặc luyện tập thể dục, thể thao và các hình thức vận động khác tối thiểu 30 phút mỗi ngày.

3. Địa điểm

Trung tâm Y tế huyện Đăk Glei, phòng khám đa khoa khu vực và các Trạm Y tế.

4. Đối tượng: Toàn thể cán bộ công chức, viên chức và người lao động của Trung tâm Y tế Đăk Glei.

5. Công tác kiểm tra, giám sát: Phòng Kế hoạch-Nghiệp vụ, phòng TC-HC tăng cường công tác kiểm tra, giám sát việc triển khai thực thực hiện Kế hoạch tăng cường vận động thể lực của Trung tâm Y tế Đăk Glei tại các bộ phận trực thuộc.

6. Công tác báo cáo: Phòng Kế hoạch-Nghiệp vụ tham mưu lãnh đạo báo cáo kết quả triển khai thực hiện Kế hoạch tăng cường vận động thể lực về Sở Y tế và đơn vị tuyến tỉnh đúng quy định.

Trên đây là Kế hoạch tăng cường vận động thể lực của Trung tâm Y tế Đăk Glei./.

Nơi nhận:
- Như trên;
- Lưu: VT, KH-NV.

GIÁM ĐỐC

SỞ Y TẾ TỈNH KON TUM
TRUNG TÂM Y TẾ HUYỆN ĐĂK GLEI

Đinh Thị Ái Nhung