

گزارش عملکرد امور زنان و خانواده وزارت نفت در خصوص ارتقا نشاط و تندرستی زنان و دختران با ورزش (طی سال های ۹۷ تا ۹۹)

فعالیت	سال
<ul style="list-style-type: none"> ● پیشنهاد عضویت و معرفی دوتن از زنان متخصص درحوزه ورزش برای عضویت درشورای مرکزی ورزش وزارت نفت ● برگزاری دو نشست آموزشی - فرهنگی (یک روزه) با محوریت آسیب شناسی فقر حرکتی درزنان ● برگزاری المپیاد ورزشی ویژه کارکنان زن بامسئولیت تام زنان ازبرنامه ریزی تا اجرا ● احداث ۹ ورزشگاه مخصوص زنان در مناطق عملیاتی به پیشنهاد این امور ● احصا و تحلیل معاینات شغلی زنان شاغل در سال ۹۶ و ارسال نتایج و راهکار(افزایش فعالیت بدنی) برای شرکتها ● طراحی وبرگزاری سمینارها و کارگاههای آموزشی خودمراقبتی، ارتقا سلامت و کیفیت زندگی، افزایش فعالیت بدنی و... 	<p>مهم ترین اقدامات درسالهای منتهی به سال ۹۷</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● ایجاد سمت سازمانی معاونت ورزش زنان در اداره کل تربیت بدنی وزارت نفت ورئیس امور ورزش زنان درشرکتهای اصلی ● درج مقالات و پمفلت در خصوص ارتقای سلامت ازطریق افزایش فعالیت بدنی و تمرینات ورزشی ● طراحی وبرگزاری سمینارها و کارگاههای آموزشی خودمراقبتی، ارتقا سلامت و کیفیت زندگی، ورزش و 	<p>سال ۹۷</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● پیشنهاد ومشارکت درغربالگری سلامت زنان شاغل مجموعه وزارت نفت ● تهیه مقالات علمی مرتبط با ارتقای سلامت وبهداشت در مناسبتهای خاص ● تهیه طرح "ارتقا سلامت و کیفیت زندگی سالمندان" وارائه به مرجع ذیربط ● برگزاری ویژه برنامه آموزشی-فرهنگی (یک روزه) در هفته تربیت بدنی و روز سلامت زن ایرانی (۹۸/۷/۳۰) در مجموعه ورزشی پژوهشگاه صنعت نفت ،بشرح زیر: ■ تهیه وتحلیل پرسشنامه هفته ورزش و تربیت بدنی، به منظور شناسایی چالشهای موجود در حوزه ورزش نفت و تلاش برای کاهش یا رفع آنها و درج آن در سایت به منظور پاسخگویی همکاران ■ سخنرانی یک متخصص طب ورزشی در خصوص آسیبهای ناشی از فقر حرکتی ■ استفاده همکاران از استخر، باشگاههای بدنسازی (یوگا، بدنسازی، پیلاتس)، سالن ورزشی (والیبال و بسکتبال) به همراه مربی به مدت سه ساعت ■ ارائه تحلیل نظرسنجی انجام شده به اعضای کارگروه سلامت و ورزش امور زنان و خانواده وزارت نفت و مسئولین ذیربط بامحوریت مخاطرت سلامتی زنان شاغل ■ تهیه پمفلتهای آموزشی در خصوص هرم فعالیت بدنی، هفت ستون خودمراقبتی، تغذیه سالم و ارسال از طریق روابط عمومی برای عموم همکاران و درج در سایت زنان نفت 	<p>سال ۹۸</p>

<ul style="list-style-type: none"> ● طراحی ، تصویب شناسنامه آموزشی "ارتقای سلامت و کیفیت زندگی با رویکرد خودمراقبتی" و پیگیری برای اجرای دوره ● طراحی و تصویب شناسنامه آموزشی "آشنایی و پیشگیری از سرطان‌های شایع زنان" و پیگیری برای اجرای دوره 	
<p>به دلیل همه‌گیری کووید ۱۹، ویژه برنامه هفته سلامت زنان ایرانی برگزار نشد. سایر اقدامات:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ارسال پمفلت، کلیپ‌های آموزشی در خصوص همه‌گیری کووید ۱۹ از طریق روابط عمومی برای عموم همکاران و شبکه مشاوران (زنان شاغل) و همچنین درج در سایت زنان نفت شامل: ■ کلیپ‌های ورزش در خانه ■ پمفلت‌های حرکات ورزشی پشت میز کار ■ پمفلت فواید حرکات ورزشی ■ کلیپ‌های تغذیه ورزشی و زندگی کارمندی ■ فایل تصویری فواید پیاده روی ■ کلیپ‌های راهنمای توانبخشی پس از کرونا و ملاحظات ورزشی دوران کرونا ■ کلیپ‌های وضعیت بدنی ■ و ... <ul style="list-style-type: none"> ● آغاز پروژه پژوهشی " طراحی ابزار و تحلیل وضعیت سلامت روان زنان شاغل در صنعت نفت و بررسی سلامت روان مردان شرکت ملی پالایش و پخش فرآورده‌های نفتی و ارائه راهکارهای پیشنهادی برای ارتقای آن" ● چاپ کتاب "علم و هنر خودمراقبتی" ● طراحی، تصویب شناسنامه دوره آموزشی "ارتقای سلامت و کیفیت زندگی در عصر بیماری‌های همه‌گیر" و پیگیری برای اجرا ● معرفی یک عضو جدید (سرکارخانم فرهادی زاد) برای حضور در شورای مرکزی ورزش وزارت نفت ● کسب موافقت وزیر برای حمایت از تیم فوتبال زنان ایلام با همکاری شرکت ملی گاز ● مستثنا نمودن ورزش زنان از مقررات منع بکارگیری مربیان ورزشی از بین کارکنان زن ● طراحی آموزش مجازی و وینار دوره آموزشی: ارتقا سلامت و کیفیت زندگی با رویکرد خود مراقبتی و پیگیری برای اجرای آن 	<p>سال ۹۹</p>