



باسمه تعالی

گزارشی از اهم فعالیتهای انجام شده در زمینه ورزش و سلامت کارکنان در بیمارستان آموزشی تخصصی و فوق تخصصی روانپزشکی ابن سینا و بیمارستان دکتر حجازی به شرح ذیل می باشد :

۱. برگزاری منظم ماهیانه جلسات شورای ارتقاء سلامت
۲. تنظیم برنامه عملیاتی در امر ورزش
۳. تنظیم برنامه عملیاتی در خصوص کاهش مصرف دخانیات و تشویق پرسنل به ورزش
۴. انعقاد قرارداد با سالن ورزشی (۴ ساعت در هفته جهت تمرین تیمهای والیبال و فوتسال آقایان)
۵. مکاتبه با آستان قدس رضوی به منظور در اختیار قراردادن اماکن ورزشی جهت استفاده همکاران
۶. شرکت تیمهای ورزشی والیبال و فوتسال در مسابقات هفته دولت و کسب مقام نایب قهرمانی تیم والیبال
۷. شرکت دو نفر از همکاران در مسابقات شنا دانشگاه و کسب مقام نایب قهرمانی
۸. پیگیری و انجام بیمه ورزشی اعضای تیمهای ورزشی
۹. برگزاری مسابقه ورزشی پینگ پنگ جهت آقایان
۱۰. برگزاری مسابقه دarts جهت خانمها و آقایان
۱۱. برگزاری مسابقه فوتبال دستی جهت آقایان و خانمها
۱۲. برگزاری مسابقه طناب کشی جهت آقایان
۱۳. اهدای جوایز به نفرات برتر مسابقات
۱۴. تعیین و خط کشی مسیر پیاده روی و مترابندی مسیر و تشویق همکاران به شرکت در ورزش صبحگاهی
۱۵. برگزاری همایش پیاده روی خانوادگی در محوطه بیمارستان
۱۶. اختصاص یکی از سوله های کاردرمانی به منظور برگزاری کلاسهای پيلاتس، ايروبيک و ... جهت همکاران خانم در شیفت غیر اداری در صورت تامین وسایل مورد نیاز از سوی دانشگاه



شایان ذکر است در صورت تامین اعتبار این مرکز آماده برگزاری مسابقات ورزشی فوتبال گل کوچک ،
داژبال و ... را نیز در شش ماهه دوم سال دارد.

ضمناً با توجه به مرکزیت این بیمارستان در بین بیمارستان خاتم و پژوهشکده بوعلی ، فضا و امکانات ،
این مرکز پتانسیل لازم جهت تاسیس فضاهای ورزشی (خصوصاً ورزشهای سالنی) به منظور استفاده
پرستل هر سه واحد و همچنین بیماران روان در شیفت صبح (با توجه به تاثیر ورزش در روند بهبودی
آنان) را دارد لذا خواهشمند است دستور فرمائید در صورت صلاحدید نسبت به بررسی موضوع (تاسیس
سالن) اقدام مقتضی مبذول فرمایند.