

四川长江职业学院工会委员会

院工委发[2016]1号

关于促进我院教职工积极参加健身锻炼的 实施方案

学院各部门分工会：

为了促进全院教职员工作积极参加健身锻炼，倡导健康向上的生活方式，缓解工作压力，提高工作效率，在我院形成良好的健康锻炼文化氛围，经学院工会研究决定，制定“教职员工作健身锻炼激励计划”，请各部门分工会按计划执行，具体内容如下：

一、学院给予全院教职工每人提供一张五次免费健身卡，教师可以在业余时间凭五次免费健身卡和工作牌到健身房健身，同时享有健身房提供的所有健身服务。本健身卡仅限本人本学期自愿使用。教职工凭免费健身卡和工牌到场健身，需本人签字，方可作为有效记录。

二、免费健身体验后，愿意继续坚持健身的老师，可以在健身房办理学期卡或学年卡，在教职工专属优惠价基础上，学期卡、学年卡学院分别再补助 50 元和 100 元，补助

后的健身卡为 370 元/学期和 600 元/学年。

三、健身房免费给每位参加健身的老师建立体质健康档案，提供教练免费指导，每学期通过跟踪数据，形成年度参加健身老师体质健康分析报告，并反馈给本人。

四、每学期工会针对办理学期卡或学年卡的教职工的工会会员开展“最美健身先生”、“最美健身女士”评选活动，并给予物质奖励。

五、健身房为参加健身的教职工提供专属定制团课，上课时间为每天下午 5:40--6:30。课程内容可以根据教职工的需求安排。所有团课和健身指导老师均有健身房培养的专业健身教练担任。

本方案旨在鼓励全院教职工积极参加健身锻炼，以更好的精神状态投身工作，积极营造长江学院教职工健身文化，“每天锻炼一小时，健康工作一辈子！”。

四川长江职业学院工会委员会



2016年10月

主题词：部门分工会 教职工 健身锻炼 实施方案

四川长江职业学院工会委员会

2016年10月19日印发