# 2024年健康生活方式指导员培训暨健康家庭评选 实施方案

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-09-12

*2024年健康生活方式指导员培训暨健康家庭评选实施方案为进一步提高居民健康素养水平，认真做好2024年慢病综合防控建设工作，充分发挥非医务人员在慢病防治中的主观能动作用，特制订本方案。一、任务目标在XX个建制乡镇各培养、聘用XXX名健康生活...*

2024年健康生活方式指导员培训暨健康家庭评选实施方案

为进一步提高居民健康素养水平，认真做好2024年慢病综合防控建设工作，充分发挥非医务人员在慢病防治中的主观能动作用，特制订本方案。

一、任务目标

在XX个建制乡镇各培养、聘用XXX名健康生活方式指导员、各评选出XX户健康家庭。为健康生活方式指导员配发指导工具，开展健康家庭创建，在周围人群中开展健康生活方式宣传教育，指导开展健康生活方式活动，提高居民健康行为能力。

县级在此基础上评选出XX户县级健康家庭。

健康生活方式指导员是指掌握了较多健康生活方式知识和技能，能够承担起家庭和社区健康教育、健康生活指导作用的社区成员。

二、组织结构和职责分工

（一）健康生活方式指导员的组织结构见下图：

（二）职责分工

1.卫健委：制定实施方案和工作手册，提供必要的活动经费，组织全县健康生活方式指导员工作的评估和质量控制。

2.妇联：开展健康家庭创建指导、参与评估、验收及其他相关工作。

3.疾控中心及各医共体集团：落实实施方案，负责健康生活方式指导员的协调管理和考核认证，培训乡镇卫生院全科医生参与健康生活方式指导员工作。

4.各乡镇卫生院（社区卫生服务中心）、村卫生室（社区卫生服务站）：培训健康生活方式指导员，与日常的业务工作相结合，为健康生活方式指导员提供业务指导。

5.爱卫办：与已开展的相关工作相结合，促进健康生活方式指导员工作开展。

6.村委会（社区）：组织健康生活方式指导员开展活动，动员广大社区居民积极参与，提供必要的活动场所。

三、健康生活方式指导员的入选

必备条件：1.愿意为乡村居民进行健康生活方式宣传和动员；2.具备较好的交流、表达和书写能力；3.签署“健康生活方式指导员志愿书”。

优先条件：不吸烟、经常锻炼身体、不酗酒、沟通能力强、热爱此项工作；乡镇、村中小学教师、社区内的楼（门）长、村（居）委会干部、社区健身小组组长（或社会体育指导员）、健康自我管理小组组长等均可优先入选。

各社区可成立健康生活方式指导员工作小组，在村委会的组织下，协作分工，共同开展工作。

四、健康生活方式指导员的培养

对健康生活方式指导员开展培训，使其至少掌握以下内容：1.全面健康生活方式行动背景及目的；2.健康生活方式的主要知识和技能；3.常见慢性非传染性疾病的早期发现和预防，以及维持和控制体重、血压、血糖和血脂达标；4.协助开展高血压、糖尿病患者的管理。

健康生活方式指导员培养的方式可以多种多样，相互结合。

培训：以《健康生活方式指导员工作手册》和《健康生活方式核心信息》为主要培训内容，由经过省、县级师资培训合格的医疗卫生服务人员进行系列专题培训。获得认证的健康生活方式指导员每年接受一次能力培训，不断提高健康生活方式知识水平和工作能力。

专题讨论：针对社区居民常见问题组织专题讨论会，聘请有关专家参加，提前通知健康生活方式指导员做好准备。

同伴教育：鼓励健康生活方式指导员之间进行慢性病防治等知识的交流。

自学：利用配发的《健康生活方式指导员工作手册》、《健康生活方式核心信息》或其他相关资料自学。

五、考核与认证

考核方法：由县疾控中心对健康生活方式指导员进行资质认证。并由负责健康生活方式指导员工作的基层医疗卫生服务工作人员（健康生活方式协调员）通过知识技能考试、相关人员询问等方式进行其他方面的考核。

证书发放：给合格的健康生活方式指导员发放XX县“健康生活方式指导员证书”。

质量控制：由县级工作组成员对合格的健康生活方式指导员进行抽查，符合率作为各乡镇健康生活方式指导员项目的考核标准之一。

合格健康生活方式指导员的判定标准：符合健康生活方式指导员的必备入选条件、有可靠的联系方式、掌握《全民健康生活方式行动健康生活方式指导员工作手册》中的主要知识和技能、获得“健康生活方式指导员证书”后，半年内30%以上的村民知道其健康生活方式指导员的身份。

六、健康生活方式指导员激励机制

健康生活方式指导员以志愿为主，鼓励各乡镇根据实际情况对工作优秀的健康生活方式指导员给予一定的物质奖励。

鼓励健康生活方式指导员优先在各自家庭开展健康家庭创建活动，自评合格后逐级报县创建办申请验收。县妇联会同卫健委验收合格后对其中优异者进行表彰。

附件：

健康家庭标准

一、基本内容

（一）家庭和谐，尊老爱幼，邻里团结、互助互爱，积极参与社区活动。

居室环境窗明几净，通风良好，无异味，整洁卫生。

（二）家庭成员不吸烟、不禁烟、不劝烟，教育未成年人不吸烟，无酗酒成员，起居作息规律。

（三）餐具干净卫生，砧板菜刀生熟分开，冰箱内食品生熟分开，垃圾分类定点投放。

（四）防止室内空气污染，提倡简约环保装饰，做好室内油烟排风，提高家居环境水平。

二、基本物品配备

（一）由限盐勺、限油壶、腰围尺等健康支持性工具。

（二）由血压计、体重秤、血糖仪等自测设备。

提倡配备小型、便携、易操作的健身器材。

（三）由与健康相关的书籍、折页等资料。

（四）由常用急救物品、药品储备。

（五）根据家庭成员特点，酌情配备防烫、防滑、防跌倒等保护设备。

三、健康技能

（一）至少有1名家庭成员会正确使用限盐勺、限油壶、血压计等健康支持性工具，掌握健康生活基本知识和技能。

（二）倡导在家吃饭，与家人一起分享食物和享受亲情，家庭主要烹饪者掌握低盐、低油、低糖的3-5个烹饪技巧。

（三）家庭成员每年常规体检1次，儿童按程序接种疫苗。

早晚刷牙、饭后漱口，每次刷牙不少于2分钟，注重口腔检查。

（四）记录家庭油盐糖的使用情况，呈下降趋势。

（五）家庭成员坚持每周体育锻炼3次及以上，每次锻炼时间30分钟及以上，运动强度达到中等及以上。

（六）家庭成员每天接触户外自然光20分钟以上，预防骨质疏松。

（七）每个家庭成员由1-2项日常运动爱好，如跑步、乒乓球、羽毛球等。

（八）合理安全使用网络，抵制网络成瘾，减少孩子的电子产品屏幕使用时间，非学习目的单次使用不超过15分钟，每天累计不超过1小时，定期测视力。

（九）保证新鲜蔬菜、水果、谷物和蛋奶类食品种类及摄入量。

（十）定期换洗寝具洗漱用品，清扫居室内外卫生，家庭成员养成良好的个人健康习惯，履行个人的健康责任。

生病时及时就诊，严格遵医嘱，不滥用药物。

四、扩展内容

（一）至少1名健康生活方式指导员。

（二）家庭成员体重、腰围不超标，血压、血糖、血脂控制良好。

（三）主动参与健康讲座，有家庭成员掌握AED除颤、心肺复苏、海姆立克急救法、止血包扎等常规急救知识并能正确操作。

（四）参与健康自我管理小组等健康促进活动，主动学习健康知识，树立健康理念。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！