

# 人力资源和社会保障部教育培训中心

## 中国养生人才网教育培训中心

### 关于开展全国《养生指导师》 ze 培训工作的通知

倡导健康的生活方式是大众普遍的追求，随着生活节奏的加快，工作压力的增加，人们更加关注自身的健康，要求全面提升健康生活品质。“养生”是指保养身心、健身延寿的综合性保健活动。真正的养生时尚早已在中国这个拥有几千年文化内涵和养生传统的国度应运而生，养生已经成为一种时尚，一种健康生活的标志，成为更多有品质生活人群的必修课程！

为了进一步贯彻落实《全国健康教育与健康促进工作规划纲要》精神，普及基本卫生保健知识，倡导健康生活方式，并根据“卫生事业发展十一五规划”，规范我国养生指导行业，提高我国养生指导行业的服务水平和能力。并结合《国务院关于扶持和促进中医药事业发展的若干意见》推动卫生部、国家中医药管理局启动的中医“治未病”健康工程，促进适合我国国情的养生保健标准服务系统的早日实现。由人力资源和社会保障部教育培训中心、中国养生人才网养生指导师培训处根据国际惯例、结合我国国情、联系行业特点，经过数次专家权威论证，并由北京中医药大学资深教授任教，共同推出了“养生指导师师资”岗位技能培训认证项目。

温家宝总理在十一届全国人大三次会议政府工作报告中指出“我们所做的一切都是要让人民生活得更加幸福、更有尊严，让社会更加公正、更加和谐”。幸福的有尊严的生活自然离不开一个好的身体，而一个好的身体自然离不开合理的饮食习惯。随着我国社会经济的发展，人民物质生活水平的提高，大众更加关注健康和生活品质的提高。“民以食为天”，人们对饮食的要求不仅满足于色、香、味、形，进行配餐，而且要求健康长寿，科学养生。

国家中医药管理局、中国保健协会等国家监管部门和行业协会纷纷表态，必须加强对保健用品和养生服务的监管。而接近产业核心的业内人士向本报透露：中医养生保健技术标准年将出台，与其相伴的将会有一场中医养生保健市场全面整肃风暴，目前正在酝酿的这一系列动作中，还包括相关配套的法律法规建设，以及全面严格的行业准入制度建设。“养生指导师师资”培训更注重将中国传统养生与现代科学养生相结合，深入传授中西医养生知识和传统佛、道、儒、武各流派的养生精髓，为人们提供全面系统的养生指导、全方位的健康教育，以及实效性更强的养生技能培训，并致力于培养出更多有专业技能的养生指导师师资人才。

#### 一、培训对象：

1. 养生机构、康复中心、保健中心、医疗保健机构、美容美体机构、保健食品（药品）从业人员；
2. 社会其他有志从事养生保健事业的人员；
3. 热爱生活、追求健康、热心养生文化的各界人士。

# 人力资源和社会保障部教育培训中心

## 中国养生人才网教育培训中心

### 二、报名条件:

- (1) 具有相关专业本科学历, 连续从事相关行业工作 3 年以上。
- (2) 已经取得养生导师岗位证书的从业人员

### 三、师资特色:

特邀北京中医药大学、首都医科大学、国学的资深专家为执教专家团;  
特邀养生行业资深专家、企业家、职业规划和营销专业讲师执教。

### 四、教学内容:

养生指导服务概况, 健康素质评价与养生指导, 特定人群养生指导及流程管理等, 主要内容包括:  
中医理论基础(中医色诊; 阴阳学说; 五行学说; 脏腑学说); 体质养生(常见九种体质的诊断); 精神养生(情志与脏腑的关系, 情志调摄); 起居养生(时令起居, 作息劳逸, 日常起居养生调养); 饮食养生(四季养生与饮食; 饮食药膳); 运动养生(太极拳; 易筋经; 八段锦; 五禽戏; 六字诀); 中医全息养生技能(刮痧; 耳穴; 足疗; 艾灸); 现代健康管理学(营养学基础及计算; 健康风险评估及健康管理; 养生指导的意义; 养生指导的八大流程)等等; 中国传统文化养生(含国学经典诵读)。

**五、认证方式:** 参加全国统一考试, 经理论和技能操作考核合格后, 由人力资源和社会保障部教育培训中心颁发国家《养生导师师资》岗位证书。目前该证书是全国唯一的养生职业岗位证书, 可以作为从业凭证, 全国通用。并将个人资料录入人力资源和社会保障部教育培训中心网和中国养生人才网人才库。

**六、培训方式:** 养生知识精华讲解、养生课程宣教指导、养生技能实际操作

(赠送: “养生导师”视频教育全套课程+“公共营养师”视频教育全套课程+创业绿色通道)

**七、收费标准: 3860 元** (含教材费、报名费、培训费、考试测评费、岗位证书费等)

**八、报名须知:** 学员需认真填写养生导师考核申请表, 并准备如下资料:

身份证复印件一份、学历证明复印件一份, 蓝底照片两寸 2 张、一寸 4 张。

**九、联系方式:** 中国养生人才网全国养生导师江苏培训处(常州市怡源心理职业培训学校)

**9:00~18:00** 服务电话: 0519-86672581 86685895

**7 × 24 小时** 服务电话: 15295177653 孔老师

地 址: 常州市钟楼区西直街 88 号 A702/704

【周立波】语录

**医生和强盗同样是抢钱!**

**今天不养生, 明天养医生。**

强盗通常只在晚上作案,  
医生却在白天抢钱;  
你把钱交给强盗是为了活命,  
你为了活命把钱交给医生;  
强盗只能抢光你身上的财富,  
医生却能抢光你一生的积蓄直到你生命;  
强盗只会逼你掏钱,  
医生却能逼你借钱;  
碰上强盗作案可以破财消灾,  
遇到医生抢钱却得倾家荡产;  
强盗抢完后, 是他逃跑!  
医生抢完叫你离开医院!  
总之!  
今天不养生, 明天养医生!  
今天不保健, 明天养医院!

