# 最新养生店合作合同(四篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-06-18

*养生店合同一虽然小寒时节是“进补”的最佳时期，但进补并非吃大量的滋补品就可以了，一定要有的放矢。按照传统中医理论，滋补分为四类，即补气、补血、补阴、补阳。小寒养生粥1、补气主要针对气虚体质如动后冒虚汗、精神疲乏，妇人子宫脱垂等体，宜用红参、...*

**养生店合同一**

虽然小寒时节是“进补”的最佳时期，但进补并非吃大量的滋补品就可以了，一定要有的放矢。按照传统中医理论，滋补分为四类，即补气、补血、补阴、补阳。

小寒养生粥1、补气主要针对气虚体质

如动后冒虚汗、精神疲乏，妇人子宫脱垂等体，宜用红参、红枣、白术、北芪、淮山和五味子等。

2、补血主要针对血虚体质

如头昏眼花、心悸失眠、面色萎黄、嘴唇苍白、妇人月经量少且色淡等，应用当归、熟地、白芍、阿胶和首乌等。

3、补阴针对阴虚体质

如夜间盗汗午后低热、两颊潮红、手足心热、妇人白带增多等体征，宜用冬虫夏草、白参、沙参、天冬、鳖甲、龟板、白木耳等。

4、补阳针对阳虚体质

如手足冰凉、怕冷、腰酸、性机能低下等体征，可选用鹿茸、杜仲、肉苁蓉、巴戟等;阴虚阳盛的体质更宜选用冬虫夏草、石斛、沙参、玉竹、芡实之类，配伍肉禽煲、炖汤水进补。

锻炼

**养生店合同二**

夏至是一年二十四节气中的第十个节气，也是最早被确定的一

《恪遵宪度抄本》：「日北至，日长之至，日影短至，故曰夏

至。至者，极也。」夏至这天，太阳直射地面的位置到达一年的最北端，几乎直射北回归线，北半球的白昼达最长，且越往北越长。如海南的海口市这天的日长约13小时多一点，杭州市为14小时，北京约15小时，而黑龙江的漠河则可达17小时以上。夏至以后，太阳直射地面的位置逐渐南移，北半球的白昼日渐缩短。民间有「吃过夏至面，一天短一线」的说法。

我国古代将夏至分为三候：「一候鹿角解；二候蝉始鸣；三候

半夏生。」麋与鹿虽属同科，但古人认为，二者一属阴一属阳。鹿的角朝前生，所以属阳。夏至日阴气生而阳气始衰，所以阳性的鹿角便开始脱落。而麋因属阴，所以在冬至日角才脱落；雄性的知了在夏至后因感阴气之生便鼓翼而鸣；半夏是一种喜阴的药草，因在仲夏的沼泽地或水田中出生所以得名。由此可见，在炎热的仲夏，一些喜阴的生物开始出现，而阳性的生物却开始衰退了。

「不过夏至不热」，夏至虽表示炎热的夏天已经到来，但还不

是最热的`时候，夏至后的一段时间内气温仍继续升高，大约再过二三十天，一般是最热的天气了。俗话说「热在三伏」，真正的暑热天气是以夏至和立秋为基点计算的。大约在七月中旬到八月中旬，我国各地的气温均为最高，有些地区的最高气温可达40℃左右。

嵇康《养生论》对炎炎夏季有其独到之见，认为夏季炎热，「更宜调息静心，常如冰雪在心，炎热亦于吾心少减，不可以热为热，更生热矣。」即「心静自然凉」，这里所说就是夏季养生法中的精神调养。夏季要神清气和，快乐欢畅，心胸宽阔，精神饱满，如万物生长需要阳光那样，对外界事物要有浓厚的兴趣，培养乐观外向的性格，以利于气机的通泄。与此相反，举凡懈怠厌倦，恼怒忧郁，则有碍气机通畅，皆非所宜。

在起居调养方面，以顺应自然界阳盛阴衰的变化，大抵会晚睡早起，所以中午宜有短暂的休憩，补充体力。夏季炎热，「暑易伤气」，若汗泄太过，令人头昏胸闷，心悸口渴，恶心甚至昏迷。安排室外工作和体育锻炼时，应避开烈日炽热之时，加强防护。合理安排午休时间，一为避免炎热之势，二可减轻疲劳之感。

每日温水洗澡也是值得提倡的健身措施，不仅可以洗掉汗水、污垢，使皮肤清洁凉爽消暑防病，而且能起到锻炼身体的目的。另外，夏日炎热，许多人喜欢将风扇和空调直接对着身体吹，结果导致一时或日后许多疾病发生。我们了解到一个事实，就是身体感到凉爽是由于房间空气能流通，自然就会舒适。故此当暑热难耐，我们可以利用风扇朝人体不到的地方吹，空气流通，「凉效」就达到了。另外，晚间入睡前，可以利用空调把房间温度凉下来，睡前将空调关了，入睡之后，夜间气温也逐渐下降，这样人就能顺其自然美美地睡一个好觉了。

热和极凉相激，很容易引起中暑，或风湿痛等症。虽然年轻时不明显，但中晚年出现症状，就非常难受了。

「夏至三庚数头伏」，在农历夏至后第三个庚日即进入伏天。此时天气炎热，人们食欲不振，开始消瘦，即「枯夏」。可以适当注意饮食补养，北京流行有「头伏饺子，二伏面，三伏烙饼摊鸡蛋」，「冬至饺子，夏至面」的说法。因夏月伏阴在内，饮食不可过寒，冷食不宜多吃，少则犹可，贪多定会寒伤脾胃，令人吐泻。西瓜、绿豆汤、乌梅小豆汤，虽为解渴消暑之佳品，但不宜冰镇食之，寒凉食品均要「食适可，勿过则」。

厨房是艺术的殿堂，在炎炎夏季，可以多做一些凉拌菜品来令人食欲大增。譬如有经验的长者介绍凉拌西红柿，里面配嫩姜，因姜属热性。此菜口感很好，虽是凉拌，但食性互补，可以放心食用。另外，菠萝蜜，加点嫩姜丝，也非常可口。厨房当家人，看到这里，必定也会自行研发，做出好吃的饭菜令到家人身心愉悦。

「东边日出西边雨，道是无晴却有晴。」炎热的夏季，雨水充足，万物蓬勃生长，开花结果，显出一派繁茂丰硕的景象。犹如人生的盛年，创造与收获并举。时光流逝，一日难再。且让我们珍惜眼前这一刻，让生命发挥无限的价值！

**养生店合同三**

小满节气之后更是疾病容易出现的时候。建议人们要有“未病先防”的养生意识，从增强机体的正气和防止病邪的侵害这两方面入手。

小满小麦粒渐满，收割还需十多天。

小满——二十四节气之一收前十天停浇水，防治麦蚜和黄疸。

去杂去劣选良种，及时套种粮油棉。

干旱风害和雹灾，提早预防灾情减。

芝麻黍稷种尚可，春棉播种为时晚。

早春作物勤松土，行间株间都锄严。

稙棉擗杈狠治虫，酌情追肥和浇灌。

麦前抓紧把炕换，炕洞砸碎堆田边。

早修农具早打算，莫等麦熟打转转。

果树疏果治病虫，及时收理桑蚕茧。

畜禽管理加措施，怀孕母畜要细管。

鱼塘昼夜勤观察，做到防患于未然。

养鱼犹如种粮棉，管理得当夺高产。

**养生店合同四**

一、合同有效期限

二、工作岗位及职责要求

2、 职责要求：

(1)乙方必须接受甲方的监督和指挥，按其职位要求及本养生

会所的制度，努力做好工作;

(2)根据工作需要，可以调换乙方的工作岗位;

(3)乙方必须严守本养生会所规章制度。

三、劳动报酬

(1)固定工资\_\_\_\_元/月;

(2)绩效工资\_\_\_\_元/月;

(3)补贴共\_\_\_\_元/月;

(6)所得税或个人收入调节税由乙方负担;

(10)签约起，若未满一年可按比例执行。

四、福利及劳动保险

(1)员工服务满一年，可依下列规定给予带薪年假：

a、工作满一年以上未满三年者：每年 日;

b、工作满三年以上未满五年者：每年 日;

c、工作满五年以上未满十年者：每年 日;

d、工作满十年以上者，每满一年递增一日，但总数不超过 日。

(2)乙方因病，实行计划生育，分娩及婚事、丧事等，按本养生会所制定的具体办法处理。

(3)乙方请事假，须有正当理由及以书面申请和经有关部门主管批准方为有效，甲方不发给事假期间的薪酬。

(4)乙方自行解决当值时的工作餐。

五、续订、变更、解除、终止劳动合同

1、合同期届满即告终止。如经双方协商同意，可以续订合同。

2、如甲方因经营情况变化，调整经营任务，或者乙方因个人原因要求变更合同条款，经合同双方协商同意，可以变更劳动合同的相关内容，并由双方签字(盖章)。如甲方订立劳动合同时所依据的客观情况发生重大变化，致使原合同无法履行，经当事人双方协商不能就变更劳动合同达成协议的，甲方可以解除劳动合同。

3、有下列情形之一的，甲方可解除劳动合同，并不作任何补偿，同时也取消年终奖金。

(1)乙方严重违反劳动纪律及甲方依法制定的规章制度;

(2)乙方严重失职，营私舞弊，泄露商业秘密，对甲方利益造成损害的;

(3)乙方的行为按照国家的法律、法规规定被追究刑事责任的;

(4)乙方不能胜任工作，连续2个月未能完成月度销售任务。

4、不按本养生会所规定的销售方式及违反本养生会所的核定价格进行销售活动。

5、借故不参与本养生会所的大型对外活动，不服从本养生会所的工作安排，工作不合作，损人利已。

6、对外的销售活动中故意损害本养生会所的形象，私自向客户提出本养生会所合约外的任何个人要求。

7、兼任本养生会所外的任何职务及销售本养生会所外的任何产品。

8、不按本养生会所制度定期以书面形式向直属上司如实汇报工作，弄虚作假。

(4)劳动合同约定的解除条件的。

七、本合约期满，如果双方续约，则应另行协商确定续约的条件和支付，以及乙方的工作职责和目标。

(1)甲方为招收录用乙方而直接支付的费用;

(2)甲方为乙方支付的教育、培训费用;

(3)对甲方的生产、经营和工作所造成的直接经济损失;

(4)劳动合同及其附件中约定的押金其他赔偿费用。乙方单方面解除劳动合同，甲方可依约追究其违约责任。

九、保密和不竞争

(2)在本养生会所期内或续约期内，乙方不得直接或间接地参与与甲方业务有竞争关系的业务或组织。作为甲方支付约满酬金的代价，乙方在本合同期满后一年内不得直接或间接与甲方业务竞争。

十、 乙方辞职经甲方批准后或被甲方解雇者，应将本养生会所的一切物品、证件、文件及有关资料及其复印件交回，方可办理离职手续。乙方应以甲方的信誉及利益为重，不得对外泄漏业务上的机密，以及从事有害甲方声誉及业务进展的事项。如乙方给予甲方造成经济损失或工作遭受破坏，乙方应承担赔偿的责任及应负法律的责任。

十一、甲方制定的《易佳能养生会所员工手册》为本合同的附属文件，与本合同有同等约束力。

十二、因本合同履行而引起的或与本合同有关的任何争议，双方首先应友好协商解决。如协商不成，则应将争议提交劳动仲裁委员会仲裁，对仲裁裁决不服，可向肃州区人民法院提起诉讼。

十三、本合同自签订之日起生效，签约双方各执一份。

甲方(公章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_乙方(公章)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找