Утверждаю
Главный врач: Н.Б.Абрамов

«_____» _____ 2021г

Утверждаю
Председатель профсоюзной организации:
Витютнева К.В.

«_____» _____ 2021г

ПЛАН
корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников
«Здоровье на рабочем месте»

Срок реализации программы: 2021 год.

№	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный исполнитель	Отметка об исполнении
1. Организационные мероприятия					
1.1	Создание рабочей группы (оргкомитет) по реализации программы	март		И.В.Миронова	
1.2	Разработка графика реализации мероприятий программы	март		И.В.Миронова	
1.3	Разработка системы поощрений сотрудников за достижения по изменению образа жизни	Март-апрель		К.В.Витютнева	
1.4	Проведение оценки условий для формирования и поддержания здорового образа жизни	Март декабрь		Л.И.Кравцова	

	сотрудников: - по организации питания; - увеличение количества проведения спортивных мероприятий и охвата сотрудников для участия в них; - увеличение количества среди сотрудников, отказавшихся от курения; - сокращение количества лиц среди сотрудников с избытком массы тела; - сокращение количества лиц среди сотрудников, находящихся на диспансерном учете по соматическим заболеваниям;				
1.5	Проведение инструктажа персонала в каждом структурном подразделении, с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которой является производственный травматизм и вредные факторы.	февраль		С. Новожилова Т.Н. Павловская Зав. отделениями	
2. «Оцени риски своего здоровья»					

2.1	Организация и проведение анкетирования сотрудников: - поликлиника - стационар - детское отделение - УБ, ФАПы - отделение лучевой диагностики - лаборатория - АХО	 март- апрель март- апрель март- апрель март- апрель март- апрель март- апрель март- апрель	 поликлиника стационар детское отделение УБ, ФАПы отделение лучевой диагностики	 Л.М.Плешакова Е.М.Федоренко Е.М.Федоренко Е.М.Федоренко Е.М.Федоренко Е.М.Федоренко Е.М.Федоренко	
2.2	Определение наличия поведенческих факторов риска по результатам анкетирования	март- апрель		Л.И. Кравцова	
2.3	Направление к узким специалистам сотрудников при выявлении факторов риска для необходимого обследования и возможного лечения.	март- апрель		Л.И. Кравцова	
3. «В движении жизнь свою ведем!»					
3.1	Проведение производственной гимнастики	постоянно	на месте работы	Е.М.Федоренко	
3.2	«Неделя физической активности»	Июль,август, сентябрь	стадион	К.В.Витютнева	
3.3	Участие в спартакиадах, (в том числе семейных), игровых видах спорта (волейбол, футбол, баскетбол и другие); в	По плану КЗ ВО		К.В.Витютнева	

	спортивном марафоне, спартакиадах медицинских работников				
3.4	Провести соревнование с использованием гаджета «шагомер»	июнь		К.В.Витютнева	
4. «Здоровое питание – основа процветания»					
4.1	Акция «День здорового питания»	Еженедельно по понедельникам		Е.М. Федоренко	
4.2	Проект «Игра на похудение»: - сбор заявок на участие в проекте; - формирование группы участников проекта; - проведение организационного собрания с участниками проекта; - организация индивидуальных консультаций с ГВС КЗ ВО эндокринологом, диетологом (при необходимости)	май		К.В.Витютнева Е.М. Федоренко	
4.3	Провести конкурс облагороженных (уже созданных) специально оборудованных мест для приема пищи сотрудниками структурных подразделений;	август		К.В.Витютнева Е.М. Федоренко	

4.4	Провести конкурс организация конкурсов здоровых рецептов, «Дни здорового питания», «Витамины для здоровья» среди структурных подразделений.	сентябрь		К.В.Витютнева Е.М. Федоренко	
4.5	В рамках акции «чистая вода» обеспечить бесперебойную поставку бутилированной воды в установленные куллеры.	В течении года		С.С. Новожилова	
5. «Дыши легко!»					
5.1	Исключить «места для курения»	апрель		С.С. Новожилова	
5.2	Принять участие в проекте «Время бросить курить»: - сбор заявок на участие в проекте; - формирование группы участников проекта; - проведение организационного собрания с участниками проекта; - организация индивидуальных консультаций с ГВС КЗ ВО наркологом, специалистами ГКУЗ «ВОКНД» (при необходимости)	По плану КЗ ВО		Л.М. Плешакова	

6. «Управляй стрессом!»					
6.1	Провести тренинги, семинары, консультации по управлению конфликтными ситуациями, технологиям выработки эмоциональной устойчивости, способам управления стрессом на эмоциональном и физическом уровне, предупреждение синдрома эмоционального выгорания.	ежеквартально		штатных психологов	
6.2	Проведение психологической гимнастики	ежемесячно		штатных психологов	
6.3	Выезда на базы отдыха	август		К.В. Витютьнева	
7. «Азбука здоровья»					
7.1	Обновление на сайте раздела «Мы и ЗОЖ»	март		Л.М. Плешакова Д.А. Сухинин	
7.2	Создание на сайте виртуальной «Школы здоровья для сотрудников»	апрель		Л.М. Плешакова Д.А. Сухинин	
7.3	Провести конкурс среди сотрудников об своем участии в различных мероприятиях, направленных на оздоровление, формирование здорового образа жизни у своих родных и друзей, в виде рассказов, фоторепортажей и	октябрь		К.В.Витютнева Е.М. Федоренко	

	видеороликов с хештегом «ЖИВИ ЗДОРОВЫМ»				
7.4	Использовать мотивационные плакаты для пропаганды ЗОЖ, в том числе используя электронную рассылку	в течение года ежемесячно			
8. Медицинские мероприятия					
8.1	Проведение профилактического медицинского осмотра	в течение года	поликлиника	И.Ю.Гончарова Т.С.Колесникова	
8.т	Проведение иммунизации сотрудников в соответствии с календарем профилактических прививок.	в течение года		С.В. Глинянова	