

ПЛАН

корпоративной программы по сохранению и укреплению здоровья на рабочем месте на период с 10 октября 2021 г. - 31 декабря 2024 г.

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Ответственный исполнитель
1	2	3	4
I. Организационные мероприятия			
1.1	Проведение анкетирования с целью выявления факторов, влияющих на здоровье.	Февраль-март 2021 г.	Заведующий СРО
1.2	Проведение «Мониторинга здоровья» по распространённым факторам риска в форме опроса сотрудников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.	Март-апрель 2021	Заведующие отделениями
1.3	Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, взаимодействия с социальными партнёрами и пр.	Постоянно	Заведующие отделениями Специалист по охране труда Методист по адаптивной физической культуре
1.4	Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является травматизм и вредные факторы.	1 раз в полгода	Специалист по охране труда

1.5	Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации и иммунизации сотрудников.	Постоянно	Специалист по охране труда
1.6	Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.	Февраль – май 2021 г.	Директор Заведующие отделениями
1.7	Организация физкультурно - оздоровительной работы с сотрудниками и членами их семей.	Постоянно	Заведующие отделениями Специалист по охране труда Методист по адаптивной физической культуре Социальные партнеры
1.8	Культурный досуг сотрудников (посещение музеев, выставок и др.)	1 раз в квартал	Заведующие отделениями
2. Мероприятия по созданию условий для формирования и поддержания здорового образа жизни сотрудников			
2.1	Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	Постоянно	Заведующие отделениями Специалист по охране труда
2.2	Спортивные мероприятия, спартакиады, турниры, спортивные конкурсы.	7 апреля каждого года	Заведующие отделениями Специалист по охране труда Методист по адаптивной физической культуре Социальные партнеры
2.3	Соревнование с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников на постоянной основе.	Подведение итогов в подразделениях 1 раз в квартал	Заведующие отделениями
2.4	Коллективный отдых на свежем воздухе с применением активных игр.	4 раза в год	Заведующие отделениями Специалист по охране труда Методист по адаптивной физической культуре Социальные партнеры
2.5	Культурно-спортивные мероприятия для работников с участием членов их семей.	13 августа каждого года	Заведующие отделениями Специалист по охране труда Методист по адаптивной физической культуре Социальные партнеры
2.6	Занятия спортом на спортивных объектах,	Постоянно	Заведующие отделениями Специалист по охране труда

	на территории учреждения.		Методист по адаптивной физической культуре
2.7	Информирование работников об основах рациона здорового питания: выпуск и размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций.	1 раз в квартал	Заведующий СРО Заведующий ОМО Специалист по охране труда Методист по адаптивной физической культуре
2.8	День здорового питания, посвященный овощам и фруктам. Поделись с коллегой рецептом блюд здоровой пищи.	2 июня каждого года	Заведующие отделениями Специалист по охране труда
2.9	Конкурс информационных бюллетеней на тему «Здоровый перекус», «Правильная тарелка» и пр.	1 раз в год в феврале	Заведующий СРО Заведующий ОМО Специалист по охране труда Методист по адаптивной физической культуре
3. Мероприятия в День отказа от курения.			
3.1	Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья в местах, оборудованных для курения, трансляция видеороликов на данную тематику	Постоянно	Специалист по охране труда ГБУ АО «Белогорский КЦСОН»
3.2	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками запрещающими курение.	Постоянно	Специалист по охране труда ГБУ АО «Белогорский КЦСОН»
3.3	Мероприятия, направленные на борьбу с курением: Кампания «Брось курить и победи»	31 мая каждого года	Специалист по охране труда ГБУ АО «Белогорский КЦСОН»
3.4	Организация возможных здоровых альтернатив вместо перекуров на рабочих местах и в местах общего пользования. Проведение акции «Обменяй сигареты на	Последняя неделя мая каждого года	Специалист по охране труда ГБУ АО «Белогорский КЦСОН»

	витамины» с обменом сигарет на фрукты.		
4. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя			
4.1.	Информирование сотрудников о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	11 сентября по 3 октября каждого года	ГБУ АО «Белогорский КЦСОН» Заведующие отделениями
4.2.	Консультативная помощь по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.	По запросу	Психологи учреждения
4.3	Безалкогольные корпоративные мероприятия с пропагандой здорового образа жизни.	11 сентября по 3 октября каждого года	Заведующие отделениями ГБУ АО «Белогорский КЦСОН»
5. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом			
5.1	Консультации, тренинги, семинары по управлению конфликтными ситуациями.	По запросу	Психологи учреждения
		1 раз в квартал последняя пятница	Психологи учреждения
5.2	Ароматерапия, музыкотерапия, фототерапия	Еженедельно по пятницам	Психологи учреждения
5.3	Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки	Обновление оборудования по мере поступления финансирования	Заведующие отделениями ОСПСиД, СРО, ОРНСоФиУС ГБУ АО «Белогорский КЦСОН»