Министерство социальной политики Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Комплексный центр социального обслуживания населения
«Малахит» Орджоникидзевского района города Екатеринбурга»

Программа формирования здорового образа жизни сотрудников учреждения «Здоровый сотрудник - успешный коллектив»

Екатеринбург 2015 год

Содержание

1. Пояснительная записка……2

2. Нормативно-правовая база ……..6

3. Участники программы ……..…7

4. Сроки реализации …..……7

5. Цель, задачи программы……8

6. Основные направления деятельности…….....8

7. Используемые формы, методы и технологии …….……9

8. Ресурсы ……11

9. Ожидаемые результаты……..13

10. Оценка эффективности……16

11. Календарный план мероприятий……17

Пояснительная записка

Проблематика:

Здоровье – неоценимое счастье для каждого человека, условие его активной полноценной и долгой жизни, успешности во всех сферах жизнедеятельности, а также основа для процветания и развития своей страны. По данным ВОЗ в 60 % случаев неинфекционные заболевания являются причиной нетрудоспособности, инвалидности и смерти человека.

Пропаганда здорового образа жизни (ЗОЖ) и профилактики неинфекционных заболеваний (НИЗ) постоянно находятся в поле зрения международных и национальных организаций, ответственных за здоровье и благополучие населения.

Факторами, способствующими развитию хронических неинфекционных заболеваний, связанных с образом жизни человека являются: низкая физическая активность, нерациональное питание, избыточная масса тела, курение, злоупотребление алкоголем, неумение справляться со стрессами. Данные факторы поддаются управлению, через систему мероприятий, направленных на формирование ответственного отношения человека к собственному здоровью, повышение мотивации к здоровому образу жизни и ответственности за сохранение собственного здоровья.

В «Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года», обозначены основные направления государственной политики РФ в сфере охраны здоровья населения. В п. 1 «Общие положения» Стратегии отмечено «вклад профилактических мероприятий, направленных на уменьшение распространенности факторов риска, обуславливает не менее 50% успеха значимого снижения смертности населения. Увеличение числа граждан, приверженных здоровому образу жизни, создание необходимых условий для снижения факторов негативно влияющих на здоровье, коррекция поведенческих факторов риска приводят к существенному снижению индивидуального и популяционного риска неинфекционных заболеваний».

Деятельность учреждений социальной сферы направлена но оказание социальной помощи и социальное обслуживание населения. Категории обслуживаемого населения различны, это граждане пожилого возраста, лица, находящиеся в зоне социального неблагополучия, кризисной или тяжелой жизненной ситуации, дети оставшиеся без попечения родителей, инвалиды, лица БОМЖ. Работа с данными категориями граждан связана с высоким уровнем психо-эмоциональных перегрузок, частыми контактами с больными людьми. Профессия «социальный работник» - стоит в группе риска по

восприимчивости к синдрому эмоционального выгорания, наряду с медицинскими и педагогическими работниками. Учреждение социального обслуживания несет ответственность за создание условий, обеспечивающих сохранение здоровья сотрудников. Но кроме этого сами сотрудники учреждения обязаны владеть теоретическими и практическими знаниями в области здоровьесбережения, т.к. опосредовано они также участвуют в решении проблем общественного здоровья в качестве «учителя» для получателей услуг.

Центр «Малахит» является организацией нового типа в сфере социального обслуживания населения. Он создан путем объединения четырех социальных учреждений для оказания социальных услуг населению в трех формах социального обслуживания (стационарное, полустационарное, надомное). Качество социального обслуживания зависит от многих факторов, среди которых наиболее важным является хорошее физическое здоровье и позитивный эмоциональный настрой работников. Поэтому, обеспечение условий для формирования здорового образа жизни сотрудников является одним из основных приоритетов корпоративной ответственности нашего учреждения. Среднесписочная численность сотрудников учреждения составила в 2016 году – 364 человека (в 2015 году – 365,6 человек, в 2014 году 345 человек). Заработная плата в 2016 году (данные на конец декабря) составила 6837,30 тыс.руб., аналогичные периоды 2015 года – 8050,3 тыс.руб., 2014 года – 7277,3 тыс.руб.

Задачи развития учреждения определены основной действующей программой «Социальный район», миссия которой заключается в создании дружественной социальной среды на территории деятельности и устойчивое эффективное взаимодействие со всеми заинтересованными сторонами, в том числе с сотрудниками.

С 2014 года в учреждении внедрена Система менеджмента качества и система менеджмента социальной ответственности, в соответствии с международными стандартами. Данные системы определяют стратегии в отношении факторов, влияющих на формирование здорового образа жизни сотрудников, в том числе повышение их стрессоустойчивости, жизнестойкости, целеустремленности.

Руководство учреждения поддерживает идею здорового образа жизни и заинтересовано в развитии диалога с сотрудниками, через их вовлечение в мероприятия, поддерживающие их физический тонус, развитие двигательной активности, а также направленных на укрепление корпоративных связей и сплочение коллектива.

Трудовой коллектив состоит из сотрудников, каждый из которых является личностью с определенным образовательным уровнем, жизненным опытом и личностными ценностями. Совместно с медицинским персоналом учреждения были выявлены потенциальные факторы риска (эмоциональное выгорание, низкая физическая активность и прочее), разработаны целенаправленные рекомендации по здоровьесбережению сотрудников, что и нашло свое отражение в программе **«Здоровый сотрудник – успешный коллектив».** Программная миссия **«сделать кредо здоровьесбережения личным кредо каждого сотрудника!»**

Программа разрабатывалась в течение двух лет, для ее реализации в учреждении была подготовлена материально-техническая база, проведены опросы сотрудников, для определения их потребностей и выявления интересов в физическом развитии, а также их подверженности вредным привычкам, заинтересованности участия в корпоративных мероприятиях.

С целью профилактики социально опасных заболеваний, просвещения сотрудников, управления в сфере трудовых отношений, был разработан Свод практических правил по вопросам ВИЧ/СПИД) в котором определены основные подходы по первичной профилактике в организации труда сотрудников.

Мероприятия Программы разработаны с учетом порядка финансирования государственных учреждений, которое определяется в рамках сметы (субсидий) на социальное обслуживание граждан и не предусматривает дополнительных средств на проведение дополнительных медицинских осмотров, спортивный инвентарь, проведение корпоративных мероприятий и пр. Возможность реализации коммерческих проектов ограничена законодательной базой, а рынок социальных услуг находится в стадии становления. В связи с этим руководство учреждения рассматривает заинтересованные стороны, деятельность которых направлена на развитие спорта и укрепления здоровья сотрудников, как определенный потенциал для реализации мероприятий Программы.

На данном этапе сотрудничества с заинтересованными сторонами установлен обмен информацией, составлена интер-активная карта «Спорт и отдых в шаговой доступности». Карта размещена на информационных стендах и сайте, она информирует сотрудников о возможностях занятий активными видами спорта и оздоровительными техниками, в местах близкого расположения к работе и дому.

Со многими социальными партнерами заключены соглашения, в рамках которых проводятся мероприятия по пропаганде ЗОЖ и совместной

деятельности в данном направлении. В дальнейшем планируется разработка механизма предоставления льготных абонементов сотрудникам учреждения и часов для проведения корпоративных мероприятий на благотворительной основе.

В учреждении имеется опыт реализации проекта по вовлечению сотрудников в корпоративные мероприятия -разработан и реализован проект «Добрыми шагами», - создание эстетической среды и благоприятных условий отдыха сотрудников во вне рабочее время. Проект реализован силами сотрудников, с привлечением социальных партнеров, в том числе предпринимателей и получателей социальных услуг.

Программа разработана в соответствии с основными документами, определяющими политику в области формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний.

Нормативно-правовая база:

Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"
Проект «Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года».
закон РФ “Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан”
закон РФ «О физической культуре и спорте»
Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года
Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) (Принят в г. Нью-Йорке 22.07.1946). - URL: http://base.consultant.ru
Глобальные рекомендации Всемирной организации здравоохранения по физической активности для здоровья: Рекомендации от 6 февраля 2012 г.- URL:http://www.minzdravsoc.ru/docs/mzsr
Российская Федерация. Конституция (1993). Конституция Российской Федерации: офиц. текст - М.: ООО «ВИТРЭМ», 2001. – 48 с.
Российская Федерация, Законы, О качестве и безопасности пищевых продуктов: федер. закон от 02.01.2000 № 29-ФЗ (ред. от 19.07.2011) // Российская газета. - 2011. - 22 июля.
Российская Федерация, Законы, Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: федер. закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ// Собрание законодательства РФ. - 2011. - № 48. - ст. 6724.
Российская Федерация, Законы, О медицинском страховании граждан в Российской Федерации: федер. закон от 28.06.1991 № 1499-1 (ред. от 24.07.2009) // Ведомости СНД и ВС РСФСР. - 1991. - № 27.
Российская Федерация, Приказы Минздравсоцразвития РФ, О мерах, направленных на формирование здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака: от 16.03.2010 N 152н // Российская газета. - 2010. - № 81. - с. 7.
Российская Федерация, Приказы Минздравсоцразвития РФ, Об организации деятельности центров здоровья по формированию ЗОЖ у граждан РФ, включая сокращение кофе и табака (в ред. Приказов Минздравсоцразвития РФ от 08.06.2010 № 430н, от 19.04.2011 № 328н, от 26.09.2011 № 1074н) // Российская газета. - 2011. - № 273. - с. 5.

Задача формирования здорового образа жизни сотрудников, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний носит комплексный, характер и не может быть решена в пределах одного года, поэтому ее первый этап рассчитан на период с 2016 по 2018 годы. При разработке Программы использован программно-целевой подход достижения поставленных задач.

Метод предполагает комплексную разработку мероприятий и их взаимосвязь, дальнейшую системность развития направления, выбор индикаторов для оценки эффективности реализации мероприятий, направленной на удовлетворение реальных потребностей сотрудников, в том числе через получение «обратной связи».

Участники программы:

- сотрудники и руководство учреждения;

- социальные партнеры.

Сроки реализации:

Срок реализации Программы 2016 – 2018 г.г.

Цели и задачи Программы:

Цель Программы: содействие здоровьесбережению сотрудников учреждения.

Основные задачи программы:

1. Вовлечение сотрудников в корпоративные мероприятия спортивной направленности, формирование и развитие коммуникативных компетенций, навыков командообразования, проведение корпоративного спортивного мероприятия «Малахитовая Спартакиада».
2. Содействие здоровьесбережению сотрудников, через организацию регулярных занятий физической культурой.
3. Информирование сотрудников, повышение уровня их знаний по снижению рисков заболеваний и последствий вредных привычек, пропаганда здорового образа жизни.
4. Разработка проекта по профилактике отказа от вредных привычек «Если хочешь, значит сможешь!».
5. Разработка модулей социальной технологии «Ступени здоровья».
6. Профилактика эмоционального выгорания и профессиональных стрессовых ситуаций у сотрудников, укрепление стрессоустойчивости, обучение основам навыкам самообладания и рефлексии.
7. Мотивация сотрудников к участию в программных мероприятиях.

Основные направления деятельности

- Организация мероприятий по поддержке здорового образа жизни сотрудников: проведение корпоративных спортивных мероприятий, организация информирования сотрудников, организация активного отдыха сотрудников, организация занятий физкультурой и оздоровительной гимнастикой (на рабочем месте, в тренажерном кабинете, в кабинете ЛФК).
- Организация базовых условий для поддержания здоровья: профилактика социально-опасных заболеваний ВИЧ/СПИД, гепатит, туберкулез, проведение вакцинации, обеспечение горячим питанием и качественной питьевой водой.
- Пропаганда здорового образа жизни: информационные лекции - беседы, раздача материалов, оформление стендов, размещение видеоматериалов на сайте, в корпоративном издании.
- Мотивация и вовлечение сотрудников в мероприятия направленные на формирование здорового образа жизни.

Используемые формы, методы и технологии

Для адаптации практического опыта по формированию ЗОЖ, который был почерпнут из многочисленных источников, учитывая специфику сферы деятельности, возрастной состав коллектива учреждения и его особенности, которые сформировались за годы совместной работы, а также с целью определения *оптимальных способов регулирования процесса изменения отношения сотрудника (формирования его ответственности) за собственное здоровье*, была разработана модель привлечения сотрудников к участию в мероприятиях по формированию здорового образа жизни «Ступени здоровья». Данная модель будет использована для разработки социальной технологии, запланированный срок сентябрь-октябрь 2017 года.

Модель по формированию здорового образа жизни сотрудников учреждения «Ступени здоровья»

1 модуль ИНФОРМАЦИОННО-мотивационный

- содействие уменьшению поведенческих факторов риска, мотивация к ведению здорового образа жизни;
- доступность повседневной физической активности и занятий физической культурой и спортом;
- информирование сотрудников о факторах, влияющих на здоровье, а также мотивации к ведению здорового образа жизни (интерактивная карта с предоставлением данных от партнеров в т.ч. спортивных и оздоровительных центрах);
-пропаганда здорового образа жизни (специализированные стенды с информацией о вредных привычках, социально опасных заболеваниях и пр.).

2 модуль ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ

– профилактика заболеваний в т.ч., проведение вакцинации профилактические прививки) организация мед.осмотров (по графику);
-освещение значимых событий, проведенных в учреждении/ совместно с социальными партнерами;
- организация горячего питания;
-обеспечение питьевого режима сотрудников;
- организация первичного консультирования врача-терапевта;
- проведение тренингов и семинаров по профилактике психо-эмоционального выгорания сотрудников;
- организация работы кабинета ЛФК и тренажерной комнаты;

- проведение занятий по психологической разгрузке в сенсорной комнате.

3 модуль АКТИВИЗИРУЮЩИЙ

- вовлечение сотрудников в активную деятельность, через проведение занятий по физкультуре, проведение спортивных мероприятий;

-формирование команды лидеров мнений, повышение имиджа активистов – участников программы;

- брендирование учреждения, как социальной платформы развития здорового образа жизни.

Методы и формы работы:

1) Консультации по здоровому образу жизни:

беседы, лекции, семинары по ведению здорового образа жизни и правильному питанию; консультации, ответы на письменные запросы.

2) Оздоровительная физкультура, обучение упражнениям с дозированной физической нагрузкой, обучение правильному дыханию, обучение технике суставной гимнастики, ци-гун терапия, двигательная терапия.

4) Массовые корпоративные мероприятия: посещение бассейна с арендой дорожек; абонемент на занятие в фитнесс зале (АВС отель фитнес зал), лыжная база, выезды за город.

5.) Проведение массажа на территории учреждения.

6.) Организация корпоративных мероприятий для сотрудников.

7.) Совместное посещение экскурсий, музеев, театров, концертов.

8.) Награждение грамотами, письменными и устными благодарностями, премирование.

Аукцион лучших идей. Встречи со специалистами мед.учреждений и оздоровительных центров. Стенды с информацией о здоровьесбережении. Круглые стол для обсуждения проблемных вопросов. Конкурсы. Спортивные соревнования, Малахитовая Спартакиада. Лекции. Презентации. Праздничные мероприятия. Семейные походы. Клубная деятельность «Актив-«Малахит».Семинары-практикумы, консультации. Тренинги. Группа поддержки для бросающих курить. Фотовыставки спортивных достижений. Коллективные поездки за город. Ци-гун – практика и терапия движением. Обучение методам расслабления и саморегуляции.

Ресурсы, обеспечивающие выполнение программных мероприятий

Для реализации Программы в учреждении имеются ресурсы, обеспечивающие основные (базовые) потребности сотрудников, необходимые для сохранения здоровья, в т.ч. проводится вакцинация, организовано горячее питание, установлены кулеры с чистой питьевой водой, оснащена тренажерная комната, построена спортивная площадка для занятий бегом, скандинавской ходьбой, проводиться вакцинация и обязательные медицинские осмотры. На территории учреждения есть самостоятельная медико-санитарная часть (кабинет терапевта, физиотерапевтический, ЛФК, массажа), кабинет медицинской профилактики, аптечный киоск, сенсорные комнаты.

В качестве стимулирования сотрудников к здоровому образу жизни и выявления проблематики неинфекционных заболеваний на ранних стадиях руководством учреждения организованы первичные консультации терапевта и узких специалистов, ежегодное прохождение флюорографии в передвижной лаборатории на территории учреждения. Организованы предрейсовые и послерейсовые медицинские осмотры водителей, обслуживающих граждан района по направлению «Социальное такси». Для специалистов и социальных работников, обслуживающих граждан организованы занятия с психологами и возможность релаксации в сенсорной комнате.

Технические средства реабилитации, находящиеся в тренажерной комнате адаптивной физкультуры	**Перечень оборудования сенсорных комнат**
1.Беговая дорожка 1 шт. 2. Велотренажер 2 шт. 3. Велотренажер магнитный 1 шт. 4. Комплект эспандеров 2 шт. 5. Набор для Дартс 1 шт. 6. Обруч алюминиевый 2 шт. 7. Тренажер «Бета» 1 шт. 8. Скакалка 2 шт. 9. Вращающийся массажный стул 1 шт. 10. Сухой бассейн	1.Пузырькова колонна 2.Релакс-лампа- Лава 3.Картина со звуками водопада и птиц -2 шт. 4.Арома-лампа 5.Ноутбук с колонкой и наушниками 6.Кресло-мешок- 4 шт. 7. СД –Сборник «Планета медитации», В.Ананьев «Храм тишины» 8. Профессиональный генератор запахов со звуками природы и ароматами 9. Фонтан водный настольный

	10. Пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь» 11. Зеркальный уголок с пузырьковой колонной 12. Сухой душ 13. Маты напольные 14. Пуф-кресло «Груша» 15. Цветные модули 16. Проектор «Солнечный-100» 17. Зеркальный шар с мотором и профессиональный источник света 18. музыкальный центр и набор музыкальных дисков

Ожидаемые результаты

Общие ожидаемые результаты

Здоровьесбережение сотрудников:
-обеспечение оптимального тренировочного эффекта касательно повышения функционального состояния организма;
-восстановление работоспособности, предупреждение переутомления;
-повышение общего иммунитета организма.
-повышение личностного и профессионального роста сотрудников;
-устранение эмоционального синдрома выгорания у сотрудников;
-внедрение социального -психологического сопровождения профессиональной деятельности у сотрудников системы социальной защиты населения;
-развитие стрессоустойчивости;
-владение навыкам релаксации.

Развитие корпоративной культуры в учреждении:
-формирование благоприятного психологического климата в учреждении социальной защиты населения;
- улучшение профессионального коммуникативного взаимодействия в коллективе сотрудников, а также при работе с клиентами.

Повышение уровня профессиональных компетенций сотрудников:
-развитие потребности в профессиональном самообразовании, саморазвитии, профессиональном самосовершенствовании, раскрытии творческого потенциала;
повышение эффективности реализации профессиональных задач;
-приобретение необходимых в реализации профессиональной деятельности знаний, умений, навыков, а также развития профессионально важных личностных качеств.

Снижение количества листов нетрудоспособности сотрудников по больничным листам на 10 % за период 2016-2017 г.г.

Ожидаемые результаты от реализации плана мероприятий Программы

Мероприятия	Полученные результаты 2016-2017 г.г. и план на 2018 г.
Профилактика социально опасных заболеваний (ВИЧ/СПИД), туберкулез, гепатит	Раздача 50 брошюр о вопросах профилактики ВИЧ/СПИД (2017 г.) Размещение «кнопки ВИЧ/СПИД» на сайте учреждения, размещение 2-х видео-роликов (2016 г.).

	Реализация плана по профилактике социально опасных заболеваний Размещение информации (фильмов 1, роликов –не менее 2-х). Раздача не менее 100 брошюр о вопросах профилактики ВИЧ/СПИД. Проведение вакцинации сотрудников.
В рамках 1 задачи	
Организация и проведение «Малахитовой спартакиады» 2016 г.	150 человек участников
«Малахитовая спартакиада» 2017 г.	170 человек участников спартакиады, запланировано на 190 человек (2018 г.) Количество участников клуба выходного дня «Актив-«Малахит» до 20 чел., кол-во походов 15.
Организация клуба выходного дня «Актив-«Малахит» для сотрудников	Кол-во участников клуба выходного дня «Актив-«Малахит» - 20 человек (2016 г.) План 30 чел. (2017 -2018 г.г.) Кол-во походов выходного дня увеличить с 15 до 25 за 2016-2018 г.г.
В рамках 2 задачи	
Занятия физической культурой (тренажерный кабинет)	Участие сотрудников в мероприятиях: - 76 человек (2016 г.) - 95 человека (2017 г.) - 128 человек (2018 г.) - проведено 526 физ-минуток (2016 г.) 675 физ-минуток (2018 г.), - турниров по шахматам -4, - массовых забегов подразделений на спорт. площадке – 25, увеличить кол-во участников клуба скандинавская ходьба до 26 человек. Провести соревнований по дартцу между подразделениями в обеденное время «Попади в десятку» - 2 турнира.
Занятия в кабинете ЛФК	Посетили в течение года: - 26 человек (2016 г.) - 35 человека (2017 г.) - 45 человек (2018 г.)

В рамках 3 задачи	
Профилактика социально опасных заболеваний (ВИЧ/СПИД), туберкулез, гепатит	Размещение информации (фильмов 1, роликов –не менее 2-х). Раздача не менее 100 брошюр о вопросах профилактики ВИЧ/СПИД.
Создана интер-активная карта «Спорт и отдых – в шаговой доступности»	Расширение списка организаций, заключение соглашений о сотрудничестве (занятия на льготной основе, проведение корпоративных мероприятий) не менее 2-х
Пропаганда здорового образа жизни	Проведение 6 бесед о пользе духовной веры
Мероприятия по борьбе с алкоголизмом, курением наркоманией	Информационный стенд о профилактике зависимостей «Здоровый взгляд», проведено лекций – 8, Записано и распространено 20 CD-дисков «Зависимость и созависимость»
В рамках 4 задачи	
Разработка и реализация проекта «Если хочешь, значит сможешь!», - профилактика отказа от вредных привычек.	Проведено 4 лекции, присутствовали 100 человек, оформлен стенд.
В рамках 5 задачи	
Разработка модулей социальной технологии «Ступени здоровья»	Разработанная технология по формированию здорового образа жизни сотрудников учреждения социальной сферы декабрь 2017 г.
В рамках 6 задачи	
Проведение тренингов по профилактике профессиональных стрессовых ситуаций у сотрудников	4 тренинга, 5 бесед с психологом, 10 технических учеб«Навыки работы с клиентом в кризисной ситуации» по плану
Посещение сенсорной комнаты	Посетили в течение года: - 56 человек (2016 г.) - 65 человека (2017 г.) в 2018 г. - 78 человек
В рамках 7 задачи	
Организация консультаций со	Консультацию получили 40 человек,

специалистами (терапевт, невролог) Проведение корпоративных праздничных мероприятий Награждение активных участников Программы, «Малахитовой Спартакиады»	Проведено 10 корпоративных мероприятий, вручено 25 благодарственных писем, 20 грамот, 150 человек награждены медалями Спартакиады
Привлечены специалисты по оздоровительным практикам	Ци-гун терапевт – 1, Эвритмист (двигательная гимнастика) – 1.

Оценка эффективности реализации мероприятий Программы

Для оценки эффективности Программы разработаны критерии эффективности:

отзывы сотрудников (удовлетворенность/положительная оценка), внедрение социальных технологий/ моделей/ методик,

развитие взаимодействия с партнерами, в т.ч. заключение договоров/благотворительная помощь,

динамика участия сотрудников в оздоровительных и корпоративных мероприятиях, направленных на формирование здорового образа жизни, доступность и актуальность информирования сотрудников.

На основании анализа полученных показателей, Программа указывает основные стратегические направления становления здорового образа жизни, обеспечивающие позитивную динамику развития здоровьесберегающей среды учреждения, положительную динамику отказа от вредных привычек.

Программа может подвергаться корректировке в соответствии с конкретной ситуацией, достигнутыми результатами, новыми законодательными актами и имеющимися ресурсами.

Календарный план мероприятий

№	Наименование мероприятия	Срок реализации	ответственный
1.	Разработать Свод практических правил по вопросам ВИЧ/СПИД) в котором разработаны основные подходы по профилактике и организации труда сотрудников – 2016 год. «кнопка ВИЧ/СПИД» на сайте, размещение 2-х видео-роликов (2016 г.). Раздача 50 брошюр о вопросах профилактики ВИЧ/СПИД (2017 г.). Проведение лекци1 спец. Центр СПИД для сотрудников учреждения	2016 г.	Агафонова Н.Г., заместитель директора ОМО
2.	Организация взаимодействия с социальными партнерами на территории района - Создание интер-активная карта «Спорт и отдых – в шаговой доступности» и размещение информации на стендах и сайте	Февраль 2017 г.	Заведующий ОМО Покидышева А.Ф.
3.	Заключение соглашений о сотрудничестве (занятия на льготной основе, проведение корпоративных мероприятий) не менее 2-х	2017-2018 г.г.	Мухаматхадиева Г.Ф., - заместители директора
4.	Мероприятия по борьбе с алкоголизмом, курением наркоманией Информационный стенд о профилактике зависимостей «Здоровый взгляд» Проведение лекций-бесед: 1. «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы» 2.«Привычка свыше нам дана?» 3.«SOStояние здоровья»	Январь 2016- май 2017 г.г.	Глазкова С.М., - Агафонова Н.Г., Смирная И.А., Мухаматхадиева Г.Ф., - заместители директора Заведующий ОМО Покидышева А.Ф.

	4.«Мама, брось сигарету!» 5.«Научи ребенка сказать «нет» 6.«Родители – вот главный пример» 7. «10 правил здорового сердца» 8.«Гигиена нервной системы» Запись и распространение Лекции В.Новиковой «Зависимость и созависимость»CD –дисков не менее 20.		
5.	Организация ежедневных занятий физической культурой для работников учреждения Тренировки ци-гун Занятия в тренажерной комнате Занятия в кабинете ЛФК (в соответствии с рекомендациями врачей)	В течение года по графику, утв.Приказом	
6.	Разработка и реализация проекта «Если хочешь, значит сможешь!», - профилактика отказа от вредных привычек сентябрь-декабрь 2017 г.). Проведение лекций, оформление стенда.	Март 2016 г.	Агафонова Н.Г., заместитель директора ОМО
7.	Разработка модулей социальной технологии «Ступени здоровья»	Май 2017 г.	Заведующий ОМО Покидышева А.Ф.
8.	Мероприятия по психологической разгрузке организация тренингов с руководителями структурных подразделений, бесед сотрудников с психологом, технические учебы «Навыки работы с клиентом в кризисной ситуации»	Еже-квартально	Палкина Л.А., - психолог Шарыгина Н.В., психолог Евсуков Д.В., - психолог
9.	Посещение сенсорной комнаты сотрудниками	В течение года, по договоренности	Смирная И.А., Агафонова Н.Г., заместители директора
10.	Организация консультаций со специалистами (терапевт, невролог)	В течение года	Смирная И.А., заместитель директора

11.	Проведение корпоративных праздничных мероприятий «Новый год», «День социального работника», «День рождения «Малахита», «Февро-март». Награждение активных участников Программы, «Малахитовой Спартакиады»	По графику проведения корпоративных мерпориятий	Глазкова С.М., - Агафонова Н.Г., Смирная И.А., Мухаматхадиева Г.Ф., - заместители директора
12.	Проведение ежегодной вакцинации сотрудников в осенне-зимний период	Приказ по учреждению	Глазкова С.М., - Агафонова Н.Г., Смирная И.А., Мухаматхадиева Г.Ф., - заместители директора
13.	Обеспечение работников чистой питьевой водой	постоянно	Мухаматхадиева Г.Ф., - заместитель директора
14.	Проведение бесед о пользе духовной веры отец Евгений Попеченко	Январь апрель, июнь, октябрь2016 г.,	Смирная И.А., заместитель директора
15.	Разработка социального проекта «Духовность и социальная работа»	Февраль-март 2018 г.	Заведующий ОМО Покидышева А.Ф.
16.	Проведение массовых забегов сотрудников «Главное не победа, а до финиша» (спортивная площадка учреждения)	Май 2016 г., май 2017 г.	Мухаматхадиева Г.Ф., - заместитель директора
17.	Проведение спортивных корпоративных мероприятий вне учреждения посещение боулинга, бассейна	По договоренности	Мухаматхадиева Г.Ф., - заместитель директора
18.	Организация цикла лекций в рамках «дней здоровья» «о здоровом питании замолвите слово», «худеем правильно», «питание после 50» «зарядка для мозга» «дыхание –основа релаксации» «польза зеленых коктелей»	По графику	Заведующий ОМО Покидышева А.Ф

	Организация выездов сотрудников на «Ганину яму», не менее 35 человек	Май, Сентябрь, октябрь 2016 г. июль, май 2017 г.	Социальные партнеры И.В.Володин, Депутат Зак.Собрания СО
20.	Организация корпоративных походов рыбалка, зимние прогулки в лесу	Октябрь, август 2016 г., февраль, март 2017 г.	А.Б.Упоров, заведующий транспортным отделением Козеева М.В., заведующий отделением срочного соц.обслудивани
21.	Организация и проведение «Малахитовой спартакиады» 2016 г.	По Положени ю февраль, март, апрель, май, июнь, октябрь	Мухаматхадиева Г.Ф., - заместитель директора
22.	Организация и проведение «Малахитовой спартакиады» 2017 г.	По Положени ю февраль, март, апрель, май, июнь, октябрь	Мухаматхадиева Г.Ф., - заместитель директора
23.	Организация занятий физической культурой (тренажерный кабинет) для сотрудников, ежедневно по утвержденному графику	График (приказ 81 от 29.12.2015 г.)	Глазкова С.М., - заместитель директора, Козеева М.В.
24.	Привлечение специалистов по оздоровительным практикам Ци-гун терапевт – 1, Эвритмист (двигательная гимнастика) – 1.	Декабрь-октябрь 2016 г.	Глазкова С.М., заместитель директора
25.	Организация клуба выходного дня «Актив-«Малахит» привлечь участников не менее 15 чел.,	Декабрь-ноябрь 2016 г.	Глазкова С.М., - Агафонова Н.Г., Смирная И.А., Мухаматхадиева Г.Ф.,

	организовать не менее кол-во походов 15, провести командных спортивных игр (волейбол, посещение бассейна баскетбол, футбол и т.д.) не менее 10.		- заместители директора
26.	Организация студии - клуба «Скандинавская ходьба» количество сотрудников не менее 10 человек	2017-2018 г.	Смирная И.А., заместитель директора
27.	Организация массовых забегов сотрудников подразделений на спортивной площадке, не менее 10 забегов	2 раза в год (май, сентябрь)	Мухаматхадиева Г.Ф., - заместитель директора
28.	Соревнования между подразделениями в обеденное время «Попади в десятку» - 2 турнира.	2 раза в год (май, сентябрь)	Смирная И.А., заместитель директора
29.	Организация и проведение турнира по шахматам среди сотрудников.	1 раз в год по графику	Смирная И.А., заместитель директора
30.	Организация физкультурных минуток в структурных подразделениях	Время проведения условия кол.договора (ежедневно)	Глазкова С.М., - Агафонова Н.Г., Смирная И.А., Мухаматхадиева Г.Ф., - заместители директора

Мероприятия по поддержке здорового образа жизни работников

Мероприятия по борьбе с алкоголизмом, курением





Стимулирование работников к занятиям физической культурой





Мероприятия по психологической разгрузке







Наличие самостоятельной медико-санитарной части (поликлиника и т.п.)



наличие врачебного здравпункта



наличие кабинета медицинской профилактики





Наличие отдельного и оборудованного помещения для приема пищи (холодильник, микроволновка, столы, стулья и т.д.) и Наличие столовой с горячим
питанием





Профилактические мероприятия, способствующие ведению здорового образа жизни работников:

Обеспечение работников чистой питьевой водой





Проведение дополнительных медицинских осмотров



<u>Другие профилактические мероприятия, не требующие финансовых вложений</u>:

Проведение бесед-лекций по ПАВ, и о пользе духовной

веры



Выезды сотрудников на природу





<u>Другие профилактические мероприятия, требующие финансовых вложений</u>

Строительство спортивной площадки



на основании принципов Свода практическихправил МОТВИЧ/СПИД и сфера труда»

Проведение спортивных корпоративных мероприятий вне учреждения (боулинг)



Мероприятия по профилактике социально значимых заболеваний ВИЧ/СПИД, туберкулез, гепатит и т.д.)

Разработанная и принятая Политика (стратегия) по вопросам ВИЧ/СПИДа на рабочих местах



Стимулирование работников к ведению здорового образа жизни:

Поощрение работников, ведущих здоровый образ жизни



Другие мероприятия:

Рыбалка



Интерактивная карта



Виды занятий, способствующих ведению здорового образа жизни, возможность заниматься которыми обеспечил работодатель:

тренажерная комната



командные спортивные игры (волейбол)



бассейн



лыжи



занятия с инструктором(тренером)



другие виды занятий

Шахматы



Скандинавская ходьба



Бег



Физ.минутки



Дартц

