

Утверждено  
Главный врач

подпись

Ставская С.В.  
Ф.И.О.

«15» декабря 2020 г.



Утверждено  
Председатель Профсоюзной  
организации  
профсоюзная  
организация для  
«15» декабря 2020  
КСП № 12

Осадчая О.Г.  
Ф.И.О.



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

Срок реализации программы: декабрь 2020 год – ноябрь 2021 год

| №                                     | Наименование мероприятия   | Дата проведения | Место проведения | Ответственный исполнитель | Отметка об исполнении |
|---------------------------------------|--|-----------------|------------------|---------------------------|-----------------------|
| <b>1. Организационные мероприятия</b> |  |                 |                  |                           |                       |
| 1.1                                   | Издать приказ о реализации корпоративной программы «Здоровье на рабочем месте» с назначением ответственных лиц.  | 03.12.2020г.    | ГАУЗ КСП №12     | Сердюкова Л.Е.            | исполнено             |
| 1.2                                   | Подписание соглашения о сотрудничестве   | до 10.12.2020г. | ГАУЗ КСП №12     | Сердюкова Л.Е.            | исполнено             |
| 1.3                                   | Разработка графика реализации мероприятий программы  | 15.12.2020г.    | ГАУЗ КСП №12     | Сердюкова Л.Е.            | исполнено             |
| 1.4                                   | Проведение оценки условий для формирования и поддержания здорового образа жизни сотрудников:<br>- организация питания;<br>- наличие комнаты отдыха для | 18.12.2020г.    | ГАУЗ КСП №12     | Осадчая О.Г.              | исполнено             |

|  |            |  |  |  |
|--|------------|--|--|--|
|  | персонала; |  |  |  |
|--|------------|--|--|--|

## 2. «Оцени риски своего здоровья»

|     |   |  |              |  |           |
|-----|---|--|--------------|--|-----------|
| 2.1 | Организация и проведение анкетирования сотрудников:<br>- Детское стоматологическое отделение<br>- отделение терапевтической стоматологии<br>- отделение хирургической стоматологии<br>- отделение ортопедической стоматологии | 18.12.2020г.<br>18.12.2020г.<br>18.12.2020г.<br>18.12.2020г.                 | ГАУЗ КСП №12 | Петрова Т.Ю.<br>Тетерятникова И.В.<br>Гринько М.В.<br>Покручин М.А.                            | исполнено |
|     | стоматологии<br>- ОСП №1<br>- ОСП №2<br>- Медицинские сестры<br>- Медицинские регистраторы<br>- ИВЦ<br>- Зубные техники   | 18.12.2020г.<br>19.12.2020г.<br>19.12.2020г.<br>19.12.2020г.<br>19.12.2020г. |              | Смага А.Ю.<br>Маслянинов В.И.<br>Русакова С.В.<br>Ляшенко Д.В.<br>Магус А.А.<br>Ролдугтин С.П. |           |
| 2.2 | Определение наличия поведенческих факторов риска по результатам анкетирования   | 13.01.2021г.   | ГАУЗ КСП №12 | Сердюкова Л.Е.   | исполнено |

## 3. «В движении жизнь свою ведем!»

|     |  |                                      |  |             |           |
|-----|--|--------------------------------------|--|-------------|-----------|
| 3.1 | Проведение производственной гимнастики | с 11.01.2021г. ежедневно             | ГАУЗ КСП №12                           | Попова Л.В. | исполнено |
| 3.2 | «Неделя физической активности»         | Ежемесячно<br>каждая 4 недели        |  | Попова Л.В. |           |
| 3.3 | Посещение "Судоверфь" бассейна         | с 01.12.2020г. еженедельно<br>Ср, Сб | г. Волгоград<br>Красноармейский<br>р-н | Попова Л.В. | исполнено |

|   |   |   |                                  |                    |           |
|---|---|---|----------------------------------|--------------------|-----------|
| 3.4   | Игра в футбол на стадионе "Темп"                                | с 01.12.2020г. еженедельно Пн, Чт   | г. Волгоград Красноармейский р-н | Покручин М.А.      | исполнено |
| 3.5   | "Неделя без лифта" (каждая третья неделя)                       | 18.01.21-24.01.21<br>22.02.21-28.02.21<br>15.03.21-21.03.21<br>19.04.21-25.04.21<br>17.05.21-23.05.21<br>21.06.21-27.06.21<br>19.07.21-25.07.21<br>16.08.21-22.08.21<br>20.09.21-26.09.21<br>18.10.21-24.10.21<br>22.11.21-28.11.21 | г. Волгоград Красноармейский р-н | Попова Л.В.        |           |
| 3.6   | Пешком на работу  | 15.03.21-21.03.21<br>19.04.21-25.04.21<br>17.05.21-23.05.21<br>21.06.21-27.06.21<br>19.07.21-25.07.21<br>16.08.21-22.08.21<br>20.09.21-26.09.21<br>18.10.21-24.10.21<br>22.11.21-28.11.21   | г. Волгоград Красноармейский р-н | Попова Л.В.        |           |
| <b>4. «Здоровое питание – основа процветания»</b> |   |   |                                  |                    |           |
| 4.1   | Акция «День здорового питания»                                  | с 18.012021г. еженедельно по Пн   |                                  | Тетерятникова И.В. |           |
| 4.2   | Проект «Игра на похудение»: - сбор заявок на участие в проекте; | с 11.01.2021г. по 24.01.2021г.  | ГАУЗ КСП №12                     | Тетерятникова И.В. | исполнено |

|                         |  |  |              |  |           |
|-------------------------|--|--|--------------|--|-----------|
|                         | - формирование группы участников проекта;<br>- проведение организационного собрания с участниками проекта;   | с 18.01.2021г. по 31.01.2021г.<br>с 25.01.2021г. по 31.01.2021г.   |              | Тетерятникова И.В.<br>Тетерятникова И.В.                                     |           |
| 4.3                     | Организация индивидуальных консультаций с ГВС КЗ ВО эндокринологом, диетологом (при необходимости)   | По необходимости   | ГАУЗ КСП №12 | Тетерятникова И.В.   |           |
| 4.4                     | Лекция "Польза правильного питания. Каллораж. БЖУ"   | с 01.02.2021г. по 07.02.2021г.   | ГАУЗ КСП №12 | Воронина Ю.В.  |           |
| 4.5                     | Лекция "Физическая активность: гимнастика, тренажерный зал, йога"  | с 08.02.2021г. по 14.02.2021г.   | ГАУЗ КСП №12 | Воронина Ю.В.  |           |
| <b>5. «Дыши легко!»</b> |  |  |              |  |           |
| 5.1                     | Проект «Время бросить курить»:<br>- сбор заявок на участие в проекте;<br>- формирование группы участников проекта;<br>- проведение организационного собрания с участниками проекта;<br>- организация индивидуальных консультаций с ГВС КЗ ВО | с 11.01.2021г. ежедневно<br>с 11.01.2021г. по 24.01.2021г.<br>с 18.01.2021г. по 24.01.2021г.<br>с 25.01.2021г. по 31.01.2021г. | ГАУЗ КСП №12 | Ляшенко Д.В.<br>Ляшенко Д.В.<br>Ляшенко Д.В.<br>Ляшенко Д.В.<br>Ляшенко Д.В. | исполнено |

|                                |  |   |              |              |  |
|--------------------------------|--|---|--------------|--------------|--|
|                                | наркологом, специалистами<br>ГКУЗ «ВОКНД» (при<br>необходимости)                       |   |              |              |  |
| 5.2                            | Лекция "Вред курения"  | с 01.02.2021г. по<br>07.02.2021г.   | ГАУЗ КСП №12 | Ляшенко Д.В. |  |
| 5.3                            | Лекция "Способы бросить<br>курить"   | с 08.02.2021г. по<br>14.02.2021г.   | ГАУЗ КСП №12 | Ляшенко Д.В. |  |
| 5.4                            | Сокращение сигарет на 1 штукку<br>1 раз в 2 недели                                     | с 08.02.2021г.<br>1 раз в 2 недели  | ГАУЗ КСП №12 | Ляшенко Д.В. |  |
| <b>6. «Управляй стрессом!»</b> |  |   |              |              |  |
| 6.1                            | Тренинги, консультации и<br>семинары по управлению<br>конфликтными ситуациями и<br>пр. | с 11.01.2021г.  | ГАУЗ КСП №12 | Гринько М.В. |  |
| 6.2                            | Выезды на базы отдыха  | с 21.06.2021г. по<br>27.06.2021г.   | ГАУЗ КСП №12 | Гринько М.В. |  |
| 6.3                            | Арт терапия  | с 22.02.2021г. по<br>27.02.2021г.<br>с 21.06.2021г. по<br>26.06.2021г.<br>с 25.10.2021г. по<br>31.10.2021г.   | ГАУЗ КСП №12 | Гринько М.В. |  |
| 6.4                            | Просмотр фильмов   | с 22.02.2021г. по<br>27.02.2021г.<br>с 26.04.2021г. по<br>30.04.2021г.<br>с 21.06.2021г. по<br>27.06.2021г.<br>с 23.08.2021г. по<br>29.08.2021г.<br>с 25.10.2021г. по |              | Гринько М.В. |  |

31.10.2021г.

**7. "Трезвость - форма жизни"**

|     |                         |  |              |               |           |
|-----|-------------------------|--|--------------|---------------|-----------|
| 7.1 | Лекция Трезвая Россия   | 26.01.2021г.<br>30.03.2021г.<br>25.05.2021г.<br>57.07.2021г.<br>28.09.2021г. | ГАУЗ КСП №12 | Покручин М.А. |           |
| 7.2 | Праздники без спиртного | С января 2021г.  | ГАУЗ КСП №12 | Покручин М.А. | исполнено |

**8. «Азбука здоровья»**

|     |  |  |                             |                |  |
|-----|--|--|-----------------------------|----------------|--|
| 8.1 | Создание на сайте раздела «Мы и ЗОЖ»   | с 18.01.2021г.                                   | Официальный сайт учреждения | Сердюкова Л.Е. |  |
| 8.2 | Размещение информации по реализации укреплению фотоотчетов, проведения программы и т.д | С января 2021г.<br>Ежемесячно<br>Каждую 4 неделю | Официальный сайт учреждения | Матус А.А.     |  |

**9. Медицинские мероприятия**

|     |   |                                   |              |               |  |
|-----|---|-----------------------------------|--------------|---------------|--|
| 9.1 | Проведение профилактического медицинского осмотра | Август 2021г.                     | ГАУЗ КСП №12 | Русакова С.В. |  |
| 9.2 | Вакцинация сотрудников                            | Февраль 2021г.<br>Сентябрь 2021г. | ГАУЗ КСП №12 | Русакова С.В. |  |

