Согласовано :
председатель профкома
ТОГБУЗ «Рассказовская ЦРБ»
_____ И.Ю. Дорохина

Утверждаю :
главный врач
ТОГБУЗ «Рассказовская ЦРБ»
_____ Н.Н.Семьянинова

Корпоративная программа ЗОЖ для сотрудников ТОГБУЗ «Рассказовская ЦРБ»

«начнём с себя»

Направление программы

- Выявление факторов риска хронических заболеваний
- Информирование сотрудников по ЗОЖ
- Консультирование сотрудников по вопросам их здоровья (индивидуальные и групповые)
- Мониторинг мероприятий программы
- Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте

Цели программы

- Позитивное изменение отношения медицинских работников к собственному здоровью, преобразование знаний в действие
- Сохранение и укрепление здоровья медицинских работников и профилактика ХНИЗ заболеваний
- Увеличение физической активности, направленность на правильное питание, отказ от употребления табака
- Снижение временной нетрудоспособности у сотрудников
- Улучшение психологического климата в коллективе

Задачи программы

- Создание информационного пространства о ЗОЖ, мотивация сотрудников на ЗОЖ
- Проведение оздоровительных мероприятий
- Создание комфортной среды на рабочем месте
- Проведение мероприятий по гигиене труда
- Пропаганда здорового образа жизни
- Снижение рисков несчастных случаев на производстве
- Выявление и коррекция факторов профессионального выгорания
- Индивидуальное оздоровление каждого сотрудника

Этапы реализации программы

- Проведение организационных мероприятий через собрания в трудовых коллективах и создание рабочей группы по реализации корпоративной программы ЗОЖ. Издание приказа о реализации программы в учреждении
- Анкетирование сотрудников
- Разработка программы и плана мероприятий
- Реализация мероприятий программы
- Вовлеченность всех сотрудников в реализацию программы
- Оценка эффективности проводимых мероприятий
- Подведение итогов, награждение победителей

1 Блок программы

- Проведение анкетирования
- Проведение инструктажа с сотрудниками
- Организация контроля за проведением периодических медицинских осмотров

2 Блок программы

- Организация занятий по укреплению здоровья на рабочем месте
- Проведение производственной гимнастики
- Организация соревнований в том числе с детьми

3 Блок программы

- Мероприятия направленные на управление стрессом, проведение тренингов, проведение семинаров
- Работа школы здоровья с сотрудниками на постоянной основе, консультирование по рациональному питанию, снижению веса, увеличению физической активности, снятию эмоционального напряжения
- Мотивация сотрудников на ГТО

Мероприятия программы

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Управляй стрессом!

Здоровое питание

Отказ от курения

Движение - это радость!

Профсоюз на страже здоровья

- Работа по созданию в коллективе условий для реализации коллективного договора
- Работа по предоставлению сотрудникам социальных гарантий
- Работа по организации в коллективе досуга
- Оздоровление сотрудников, санаторное лечение

наш досуг
Победить может каждый

Желаем всем здоровья!!!