

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора
ГБУ РС (Я) «Республиканский комплексный центр социального обслуживания»
В.П.Федорова
2024г



ПЛАН РАБОТЫ
по программе здоровье
ГБУ РС (Я) «Республиканский комплексный центр социального обслуживания»
на 2024 год

№	Наименование мероприятия	Сроки реализации	Ответственные
I. МЕДИЦИНСКИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ			
ЦЕЛЬ: Выявление хронических заболеваний и факторов риска их развития у работников			
1.	Организовать ежегодный профилактический осмотр сотрудников	В течение года	Лукин К.Л.
2.	Организовать ежегодную диспансеризацию в рамках диспансеризации взрослого населения	В течение года	Лукин К.Л.
3.	Организовать вакцинацию сотрудников от социально-значимых инфекционных заболеваний	По календарю профилактических прививок	Лукин К.Л.
4.	Программа витаминизации и профилактики в периоды сезонных заболеваний и авитаминозов	В течение года	ППОР
5.	Участие в различных акциях устраиваемых Министерством здравоохранения РФ и РС (Я)	В течение года	Все желающие
6.	Участие в программе сдачи ГТО	В течение года	По желанию
7.	Мероприятия, направленные на пропаганду ЗОЖ	В течение года	ППОР
II. СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ			
ЦЕЛЬ: Создание благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте.			
1.	Обсуждение вопросов создания «здорового» рабочего окружения, позволяющего повысить производительность труда, создание условий для взаимоподдержки (эргономика рабочего места, перерывы и др.)	В течение года	Психологи учреждения
2.	Просветительская работа направленная на профилактику (очно/дистанционно): управление эмоциями; профилактика депрессии, выгорания, тревожных расстройств; методики когнитивно-поведенческой психотерапии для преодоления стресса, аутогенная	В течение года	Психологи учреждения

	тренировка, практики медитации и осознанности, дыхательные практики		
III. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ			
Мотивация и стимулирование занятий спортом			
ЦЕЛЬ: Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях.			
1.	Организация командно-спортивных мероприятий внутри предприятия или формирование команды для соревнований с другими коллективами (футбол, волейбол, баскетбол, «Спортивная семья», пейнтбол и др.)	В течение года	ППОР
2.	Полная или частичная оплата посещения спортивно-оздоровительных комплексов для занятий спортом (плавание, тренажерные залы и др.), полное или частичное возмещение оплаты уже приобретенных абонементов в спортивные объекты	В течение года	ППОР
3.	Проведение соревнования внутри коллектива «Человек идущий», оцениваемое специально разработанным мобильным приложением (Шагомер) с ценными призами для победителей	В течение года	ППОР
IV. КОРПОРАТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ			
1.	Выезд в поход (туристический слет) на природу «Спорт, здоровье, долголетие». Организация тимбилдингов на природе	Май-сентябрь	Актив ППОР
2.	Сплав по реке Лена	Июнь-июль	Актив ППОР
3.	Совместные походы в театры и музеи. Мастер-классы (рисование на холстах, плэнеры, кулинарный поединок, арт-терапия и т.д.)	В течение года	Федорова В.П.
4.	Участие в городских экологических мероприятиях и конкурсах, (субботники, сбор макулатуры, высадка деревьев)	В течение года	Технический отдел