Сетевой график реализации корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников
«Здоровье на рабочем месте» ГУЗ "Детская поликлиника № 16"

наименование организации

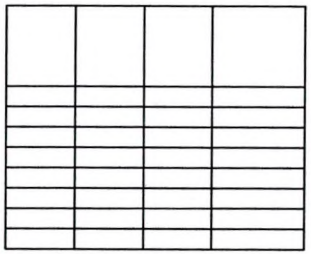
№	Мероприятия	ФЕВРАЛЬ				МАРТ				АПРЕЛЬ				МАЙ				ИЮНЬ			
		1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед
1	**Организационные мероприятия**	21.01.2022																			
	Создание рабочей группы (оргкомитет) по реализации программы	21.01.2022																			
	Разработка графика реализации мероприятий программы	21.01.2022																			
	Разработка системы поощрений сотрудников за достижения по изменению образа жизни	31.01.2022																			
	Мониторинг рейтинга подразделений медицинской организации по блокам программы								1 раз в квартал												1 раз в квартал
	Проведение оценки условий для формирования и поддержания здорового образа жизни сотрудников	25.01.2022																			
2	**"Оцени риски своего здоровья"**																				
2.1.	Организация и проведение анкетирования сотрудников:	02.02.2022-04.02.2022																			
2.2.	Определение наличия поведенческих факторов риска по результатам анкетирования			16.02.2022																	
3	**"В движении жизнь свою ведем!"**																				
3.1.	Проведение производственной гимнастики (ежедневно)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
3.2.	"Неделя физической активности" (каждая вторая неделя месяца)				21.02.2022-25.02.2022		07.03.2022-11.03.2022				04.04.2022-08.04.2022								06.06.2022-10.06.2022		
3.3.	"Пешком до работы"								21.03.2022-25.03.2022												
4.	**"Здоровое питание - основа процветания!"**																				
4.1.	Акция "День здорового питания" (каждый второй четверг месяца)		каждый четверг				каждый четверг				каждый четверг				каждый четверг				каждый четверг		
	Беседы о принципах здорового питания				1 раз в месяц				1 раз в месяц				1 раз в месяц				1 раз в месяц				1 раз в месяц
	Конкурс "Поделись рецептом блюд здоровой пищи"							1 раз в квартал												1 раз в квартал	
4.2.	Проект «Игра на похудение»:																				
	- сбор заявок на участие в проекте;								18.03.2022												
	- формирование группы участников проекта;								21.03.2022												
	- проведение организационного собрания с участниками проекта;								22.03.2022												
	организация индивидуальных консультаций с ГВС КЗ ВО эндокринологом, диетологом (при необходимости)	по показаниям																			

	промежуточный мониторинг результатов проекта								28.03.2022													
4.3.	***"Профилактика микронутриентной недостаточности"***																					
	анкетирование							14.03.2022-18.03.2022														
	"Школа здорового питания"							1 раз в квартал													1 раз в квартал	
5.	**"Дыши легко!"**																					
5.1.	Лекция о вреде курения															11.05.2022-13.05.2022						
	Акция "Зачем ты куришь? "															18.05.2022						
	Проект «Время бросить курить»:																					
	- сбор заявок на участие в проекте;															20.05.2022						
	- формирование группы участников проекта;															23.05.2022						
	- проведение организационного собрания с участниками проекта;																25.05.2022					
	- организация индивидуальных консультаций с ГВС КЗ ВО наркологом, специалистами ГКУЗ «ВОКНД» (при необходимости)	по показаниям																				
	подведение итогов проекта																27.05.2022					
6.	**"Управляй стрессом!"**																					
6.1.	Беседа с медицинским психологом по профилактике профессионального выгорания																					
6.2.	Лекция "Управление конфликтами "																					
7.	**"Азбука здоровья"**																					
7.1.	Создание на сайте раздела «Мы и ЗОЖ»			16.02.2022																		
7.2.	Создание на сайте виртуальной «Школы здоровья для сотрудников»																					
7.3.	Размещение актуальной информации по ЗОЖ, реализации программы укрепления здоровья, фотоотчетов, очерков о проведении мероприятий программы и т.д			по мере необходимости																		
8.	**"Трезвость – форма жизни"**																					
8.1.	Лекция о последствиях употребления алкоголя																					
8.2.	Акция "Выбор за тобой"																					
9.	**Медицинские мероприятия**																					
9.1.	Проведение профилактических медицинских осмотров																					
9.2.	Вакцинация сотрудников	по календарю профилактических прививок																				
10.	**Блок "Pro Мужское здоровье"**																					
9.1.	Анкетирование (опросник на выявление симптомов дефицита тестостерона) с оценкой результатов																					

9.2.	**Лекция о профилактике неинфекционных заболеваний, являющихся основными причинами смертности мужчин**																			

ИЮЛЬ				АВГУСТ				СЕНТЯБРЬ				ОКТЯБРЬ				НОЯБРЬ				ДЕКАБРЬ				ЯНВАРЬ			
1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед
											1 раз в квартал											1 раз в квартал						
																			28.11.2022-30.11.2022								
ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	04.07.2022-08.07.2022				08.08.2022-12.08.2022				05.09.2022-09.09.2022				03.10.2022-07.10.2022				07.11.2022-11.11.2022				05.12.2022-09.12.2022							
			18.07.2022-22.07.2022																21.11.2022-25.11.2022								
	каждый четверг				каждый четверг				каждый четверг				каждый четверг				каждый четверг				каждый четверг							
			1 раз в месяц				1 раз в месяц				1 раз в месяц				1 раз в месяц				1 раз в месяц				1 раз в месяц				
										1 раз в квартал											1 раз в квартал							

										1 раз в квартал																	
										14.09.2022-16.09.2022																	
													05.10.2022-07.10.2022														
	06.07.2022-08.07.2022																										
			22.07.2022																								
														октябрь													
															17.10.2022												



20.10.2022