

Приложение
Утвержден приказом БУСОВО
«КЦСОН Кичменгско-Городецкого
района» от 24.12.2025 № 271

План
мероприятий на 2026 год
по реализации корпоративной программы
"Укрепление здоровья на рабочем месте"

Раздел 1. Формирование у работников мотивации и личной ответственности за сохранение здоровья (раздел направлен на борьбу с факторами риска развития неинфекционных заболеваний)

Мероприятие	Результат	Сроки	Ответственный	Исполнение
1.1. Формирование медицинской активности				
<u>1.Прохождение медицинских осмотров</u>	Увеличение числа лиц, охваченных медицинскими осмотрами до 100 %	До 01 ноября. При приеме на работу.	Ответственный за реализацию ППК Ю.В.Шемякина, специалист по кадрам И.О.Еремеева	Мотивация. Организация прохождения медицинских осмотров.
<u>2.Диспансеризация</u>	Увеличение числа лиц, охваченных диспансеризацией до 100%	До 01 декабря	Ответственный за реализацию ППК Ю.В.Шемякина, специалист по кадрам И.О.Еремеева	Мотивация. Организация прохождения диспансеризации.
<u>3.Посещение медицинских учреждений при заболеваниях</u>	Увеличение числа лиц, обратившихся к врачу при наличии недомогания до 90 %	По мере необходимости	Специалист по кадрам И.О.Еремеева	Мотивация к лечению
<u>4.Ответственно е отношение к лечению, профилактике, реабилитации, другим медицинским мерам</u>	Увеличение числа лиц, прошедших полноценное лечение из числа заболевших – 100%	По мере необходимости	Специалист по кадрам И.О.Еремеева	Организация прохождения обследования в ЦРБ для взрослого населения с обязательным посещением гигиениста стоматологического.
<u>5.Контроль за основными</u>	Увеличение числа лиц,	Ежемесячно по	Ответственный за реализацию ППК	Организация «Уголка

<u>показателями здоровья</u>	контролирующих уровень артериального давления, количество сахара и холестерина в крови, вес.	графику	Ю.В.Шемякина	здоровья» (оформление стенда; оснащение весами, ростомером, тонометром – для контроля веса, роста, измерения индекса массы тела, артериального давления)
<u>6.Знание своих профессиональных рисков</u>	Снизить воздействие профессиональных рисков на здоровье работников до 0.	Ежемесячно по плану профилактик	заведующий СРО Ю.В.Шемякина, специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова	Презентация кризисных точек заболеваемости и рисков на рабочем месте
<u>7.Соблюдение санитарно-гигиенических навыков</u>	Повышение профуровня	Ежемесячно по плану профилактик (соцработники в рамках Школ ухода)	Заведующий отделением социального обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов Н.С.Жаравина	Технические учебы в рамках Школы ухода
<u>8.Преодоление вредных привычек (табакокурение и др.)</u>	Снизить потребление алкоголя сотрудников до 20 %	Ежемесячно по плану профилактик	Заведующий отделением по работе с семьей и детьми О.М.Шиловская	Уголок здоровья. Профилактические беседы, просмотр фильмов.
1.2. Повышение физической активности				
<u>Повышение физической активности</u>	Увеличение занимающихся физической культурой работников на 50 %	Ежедневно	Директор учреждения Л.А.Андреевская, специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова, специалист по социальной работе С.А.Рябева	1.Организация производственной гимнастики в учреждении. Для проведения производственной гимнастики используются разработанные десятиминутные комплексы

				физических упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте с учетом специфики условий и характера труда работников. 2. Организация «Недели физической активности» (Всемирный день здоровья, апрель). Организация ряда мероприятий направленных на повышение информированности работников о пользе физической активности и мотивации к повышению уровня физической активности. В рамках «Недели физической активности» проводятся информационно – мотивационные кампании (тематические рассылки по всем существующим каналам связи, викторины,
--	--	--	--	--

				конкурсы мотивационных плакатов и др.), различные мероприятия спортивной активности. 3. Участие в районных и областных спортивных мероприятиях. 4. Вовлечение в спортивные мероприятия членов семей сотрудников. 5. Посещение занятий работниками в одном или нескольких клубах.
1.3. Здоровое питание				
<u>Рациональное питание</u>	Повышение приверженности к рациональному питанию, формирование здоровых пищевых привычек у сотрудников и членов их семей на 100 %	По плану обучения	Заведующий СРО Ю.В.Шемякина, специалист по социальной работе СРО.	1. Информирование о пользе рационального питания. В рамках реализации данного направления планируется проведение информационных часов о правилах и принципах рационального питания. 2. Проведение тематических мероприятий. Организация соревнований между сотрудниками, проведение

				конкурса рецептов блюд для здорового питания, информационных сообщений на тему здорового образа жизни, ярмарок здоровья и т.д. 3. Участие в районных и областных конкурсах.
1.4. Профилактика и коррекция избыточной массы тела и ожирения				
<u>Профилактика и коррекция избыточной массы тела и ожирения</u>	Повышение уровня знаний работников о профилактике и лечении избыточной массы тела и ожирения	По отдельному плану	Директор Андреевская Л.А., заведующие отделениями, специалист по охране труда Кузнецова Ю.В.	Проведение информационно-просветительских мероприятий.
	Мотивирование работников на занятие физической культурой и спортом – не менее 30 минут умеренной физической активности ежедневно	По отдельному плану	Директор Андреевская Л.А., заведующие отделениями, специалист по охране труда Кузнецова Ю.В.	1. Организация производственной гимнастики в учреждении. 2. Информационно-просветительские мероприятия. Размещение информационных материалов на сайте учреждения, рассылка на электронную почту сотрудникам, раздача информационных листов по актуальным темам здорового образа жизни. 3. Проведение конкурсов,

				соревнований, подготовка к сдаче норм ГТО. 4. Поощрение работников, ведущих здоровый образ жизни.
	Рекомендации по ведению здорового образа жизни (отказ от вредных привычек, контроль за массой тела, сбалансированное питание)	По отдельному плану	Директор Андреевская Л.А., заведующие отделениями, специалист по охране труда Кузнецова Ю.В.	1. Информирование о пользе рационального и сбалансированного питания. В рамках реализации данного направления планируется проведение информационных часов о правилах и принципах рационального и сбалансированного питания, об отказе от вредных привычек. 2. Демонстрация видеороликов.
1.5. Профилактика потребления табака				
<u>Профилактика потребления табака</u>	Снизить потребление табака до 20 %	По отдельному плану	Специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова, заведующий хозяйством Л.Н.Патракова	1. Запрет на курение на территории учреждения, размещение соответствующих знаков. Курение табака, на рабочих местах, как закрытых, так и открытых, регулируется Федеральным законом №15-ФЗ от 23

				февраля 2013 г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». 2. Организация и предоставление помощи курящему персоналу в виде индивидуальных консультаций. 3. Проведение информационно – коммуникацион ных кампаний, акций: конкурсы плакатов, создание видеороликов. 4. Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории учреждения информационны ми материалами о вреде курения. 5. Участие в мероприятиях, посвященных Дню отказа от курения.
1.6. Снижение потребления алкоголя				
<u>Снижение потребления алкоголя</u>	Снизить потребление алкоголя сотрудниками до	По отдельном у плану	Специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова, заведующий	1.Проведение информационно-коммуникацион ных

	20 %		отделением по работе с семьей и детьми О.М.Шиловская	мероприятий по повышению осведомленности работников в отношении вреда алкоголя: плакатов, брошюр, информационные материалы, показ фильмов. 2. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.
--	------	--	---	--

Раздел 2. Создание комфортного психологического климата в коллективе

Мероприятие	Результат	Сроки	Ответственный	Исполнение
Создание комфортного психологического климата в коллективе	Снизить конфликтность в организации до 0 случаев	По отдельному плану	Специалист по кадрам И.О.Еремеева, психолог отделения по работе с семьей и детьми К.Н.Падерина	1. Проведение «Дней психологической разгрузки». В назначенный по плану день группа сотрудников может прийти к психологу на занятие, направленное на снятие психоэмоционального напряжения. 2. Посещение комнаты психоэмоциональной разгрузки. По предварительной договоренности сотрудники могут прийти в комнату для отдыха и самостоятельных занятий. 3. Проведение Недели психоэмоционального здоровья. Комплекс мероприятий, направленных на формирование навыков управления стрессом

				(тренинги, мастер-классы), профилактику эмоционального выгорания и депрессии (тренинги, семинары), оценку психоэмоционального здоровья коллектива (опросы). 4. Личные консультации психолога по запросу. Обеспечение доступности консультаций и поддержки психолога по вопросам психологического благополучия. 5. Проведение анкетирования сотрудников для определения уровня тревоги и депрессии. Оценка тревожности, риска развития и уровня синдрома профессионального эмоционального выгорания поможет определить уровень психологического благополучия коллектива. Результаты анкетирования также могут отражать и эффективность проводимых мероприятий по профилактике этих состояний. 6. Организация мероприятий по улучшению психологической атмосферы в коллективе. Праздники, организация активного
--	--	--	--	---

				отдыха, культурные выходы.
--	--	--	--	-------------------------------

Раздел 3. Сохранение репродуктивного здоровья

Мероприятие	Результат	Сроки	Ответственный	Исполнение
<u>Обеспечение возможности для работников по ранней диагностике и своевременном у лечении заболеваний мочеполовой системы</u>	Увеличение количества работников, принявших участие в информационно й кампании до 100 %	По отдельному плану	Заведующие отделениями , специалист по охране труда Кузнецова Ю.В.	Проведение на территории учреждения информационной кампании в форме лекции с соответствующими врачами-специалистами. Размещение информационных материалов на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет и на официальной странице учреждения в социальной сети ВКонтakte.
	Прохождение работником учреждения необходимого медицинского обследования	По мере необходимости	Директор учреждения, заведующие отделениями , специалист по кадрам	Предоставление возможности работникам пройти необходимое обследование у профильных врачей-специалистов в медицинской организации при наличии соответствующих симптомов или заболеваний
<u>Обеспечение возможности для работников по проведению оценки репродуктивног о здоровья для</u>	Охват количества работников репродуктивног о возраста, принявших участие в	По отдельному плану	Специалист по кадрам, заведующие отделением, специалист по охране труда	Проведение на территории учреждения информационной кампании в форме лекции с соответствующими врачами-

<u>создания семьи</u>	информационно й кампании - 100 %			специалистами. Размещение информационных материалов на официальном сайте Учреждения в информационно- телекоммуникационной сети Интернет и на официальной странице учреждения в социальной сети ВКонтакте.
<u>Проведение мероприятий по повышению грамотности в вопросах полового воспитания и поведения</u>	Охват количества работников, принявших участие в информационно й кампании - 100 %	По отдельному плану	Специалист по кадрам, заведующие отделением, специалист по охране труда	Проведение на территории учреждения информационной кампании в форме лекции с соответствующими врачами-специалистами. Размещение информационных материалов на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет и на официальной странице учреждения в социальной сети ВКонтакте.
<u>Создание условий для минимизации воздействия факторов производственной и внешней среды, оказывающих влияние на репродуктивное здоровье.</u>	Охват количества работников, принявших участие в информационно й кампании - 100 %	По отдельному плану	Специалист по кадрам, заведующие отделением, специалист по охране труда	Проведение на территории учреждения информационной кампании в форме лекции с соответствующими врачами-специалистами. Размещение информационных материалов на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной

				сети Интернет и на официальной странице учреждения в социальной сети ВКонтакте.
	Проведение специальной оценки условий труда	По отдельному плану	Специалист по охране труда	Достижение нормативных показателей
<u>Оказание комплексной поддержки в периоды наступления менопаузы у женщин и андропаузы у мужчин</u>	Охват количества работников: женщин (старше 45 лет), мужчин (старше 55 лет), принявших участие в информационно й кампании - 100 %	По отдельному плану	Специалист по кадрам, заведующие отделением, специалист по охране труда	Проведение на территории учреждения информационной кампании по вопросам менопаузы и андропаузы (лекции, буклеты, фильмы, анкетирование и т.д.). Размещение информационных материалов на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет и на официальной странице учреждения в социальной сети ВКонтакте.
	Ежегодно и при приеме на работу	Специалист по кадрам, заведующий СРО	Мотивация. Организация прохождения медицинских осмотров.	Ежегодно и при приеме на работу

Раздел 4. Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте

Мероприятие	Результат	Сроки	Ответственный	Исполнение
<u>Проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнение санитарно-</u>	Реализация программы производственного о контроля	По отдельному плану	Заведующий СРО Ю.В. Шемякина	Достижение нормативных показателей

<u>противоэпидеми- ческих (профилактиче- ских мероприятий)</u>				
<u>Обеспечение чистой водой</u>	Установка кулера	Ежедневно	Заведующий хозяйством Л.Н.Патракова	Обеспечение чистой питьевой водой
<u>Проведение специальной оценки условий труда (далее – спецоценка), работа по устранению выявленных факторов</u>	Реализация СОУТ	По отдельному плану	Специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова	Достижение нормативных показателей
<u>Оценка профессиональ- ных рисков</u>	Реализация мероприятий плана по оценке профессиональ- ных рисков	По отдельному плану	Специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова	Достижение нормативных показателей
<u>Организация мест питания и отдыха</u>	Обеспечение сотрудникам в течение рабочего времени возможность приема пищи в отдельно отведенном оборудованном (раковины с водой, столом, стульями, посудой, чайником, холодильником и техникой для разогрева пищи) помещении.	По отдельному плану	Заведующий хозяйством Л.Н.Патракова	Организация места питания и отдыха
<u>Обеспечение работников средствами индивидуально- й защиты</u>	Защита работников от вредных воздействий ОС и вирусных заболеваний	По отдельному плану	Заведующий хозяйством Л.Н.Патракова	Защита работников от вредных воздействий ОС вирусных заболеваний
<u>Проведение противоэпидем</u>	Проведение противоэпидемич	По отдельному	Заведующий хозяйством	Проведение термометрии

<u>ических мер</u>	еских мер	плану	Л.Н.Патракова	бесконтактным способом, установка дозаторов с антисептическим средством, оснащение помещений обеззараживателями воздуха, текущая дезинфекция атисептиками и дезинфекантами, проветривание и др.
<u>Информирование работников</u>	Проведение инструктажа, с целью предупреждения случаев инвалидности, причинами которой являются производственный травматизм и вредные производственные факторы.	По отдельному плану	Специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова	Контроль знаний
<u>Обучение работников основам оказания первой помощи, в том числе при острых сердечно-сосудистых состояниях</u>	Проведение инструктажа	По отдельному плану	Заведующий СРО Ю.В.Шемякина	Контроль знаний
<u>Профилактика инфекций и вакцинация</u>	Увеличение количества работников, проходящих вакцинацию до 80 %	По отдельному плану	Заведующий СРО Ю.В.Шемякина	Проведение выездной вакцинации от гриппа, клещевого энцефалита, коронавируса.
	Увеличение	По	Заведующий СРО	Проведение на

	количества работников, принявших участие в информационной кампании до 100 %	отдельному плану	Ю.В.Шемякина, специалист по охране труда Ю.В.Кузнецова	территории учреждения информационно й кампании в форме лекции с соответствующими врачами-специалистами (врач-эпидемиолог, врач-инфекционист) и специалистами Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Размещение информационных материалов на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети Интернет и на официальной странице учреждения в социальной сети ВКонтакте.
	Защита работников от инфекций средствами индивидуальной защиты, моющими и дезинфицирующими средствами	По отдельному плану	Заведующий хозяйством Патракова Л.Н.	Защита работников от инфекций средствами индивидуальной защиты, моющими и дезинфицирующими средствами
<u>Анализ заболеваемости</u>	Проведение анализа	Ежедневно	Заведующий СРО Ю.В.Шемякина	Ежедневный мониторинг

<u>работников</u>	заболеваемости работников			заболеваемости сотрудников, ведение статистики. Отдельно осуществляется мониторинг по вирусным заболеваниям (грипп, ОРВИ, коронавирус).
-------------------	---------------------------	--	--	---

Раздел.5 Цифровые технологии в корпоративных программах

Мероприятие	Результат	Сроки	Ответственный	Исполнение
<u>Цифровые технологии в корпоративных программах</u>	Увеличение количества работников, использующих цифровые технологии, до 80 %	Ежедневно	Заведующие отделениями , специалист по охране труда	1. В целях сохранения сил, приведения себя в рабочее состояние, сохранения талии и коррективности сутулости предусмотрен ежедневный просмотр видеороликов для профилактики низкой физической активности на рабочем месте в сообществе учреждения в телеграмм-канале, разработанные экспертами ФГБУ «НМИЦ ТПМ», доступные по ссылке сети Интернет https://gnicpm.ru/ 2. Проведение конкурса «Шагаем 10 000 шагов». В рамках конкурса необходимо установить шагомер на смартфон или использовать смарт-часы.