



ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

«Академия здоровья»

г. Тюмень, 2015-2026

Актуальность:

Здоровые работники — залог успешного общества и стабильной экономики. Здоровье, физическая активность и правильное питание способствуют увеличению продолжительности активной жизни, снижению риска хронических заболеваний и сокращению затрат на медицинское обслуживание.

Формирование культуры здорового образа жизни в коллективе должно стать приоритетом работодателей. Поддержка инициатив по регулярным физическим нагрузкам, правильному рациону, отказу от вредных привычек и проведению профилактических медосмотров положительно скажется не только на самочувствии сотрудников, но и повысит качество их жизни, продлит годы полноценной активности и укрепит экономику в долгосрочной перспективе.



Цель проекта:

культивирование философии здорового образа жизни и формирования ответственного отношения к собственному здоровью среди участников проекта

Задачи проекта:



Проведение профилактического консультирования по основным поведенческим факторам развития ХНИЗ



Проведение скрининговых мероприятий



Проведение лекций, видеолекций, мастер-классов, рассылка информационных дайджестов

Сроки реализации



ежегодно

Минимальный срок
реализации для каждого
предприятия 1 год



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Целевая аудитория



**трудоспособное
население**

Жители Тюменской области
трудоспособного возраста
(без гендерной
дифференциации)

Команда проекта:



Публикации:



Актуально Новости Кабинет врача Медклиники Тесты Проекты Материалы для скачивания Медиатека 72



Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Тюменской области

Горячая линия по вопросам диспансеризации +7 3452 35-00-45

«Бодрое утро» с заботой о здоровье



На прошлой неделе мы работали не только на городских площадках, но и выезжали к сотрудникам тюменских компаний. За несколько дней посетили профилактическое обследование прямо на работе.

Участники смогли проверить уровень сахара и холестерина, получить консультации по профилактике инфаркта и инсульта. Врач по медицинскому питанию и управлению факторами риска.

В рамках проекта «Академия здоровья» для коллег рекомендации по активности, режиму дня и по

Мы убеждены, что забота о здоровье сотрудников – это вклад в устойчивость и развитие.

Если вы хотите присоединиться к программе и сделать здоровье своих сотрудников приоритетом, обращайтесь по телефону 11-85.

Автор: Мария Рожина, пресс-служба Регионального центра общественного здоровья

среда, 18 февраля 2026 г. в 16:40:23

Территория здоровья | Тюменская область



Забота о здоровье сотрудников – приоритет современного предприятия
В ООО «Инженерно-технологический сервис» (МФК «Арсиб Тауэр») прошла акция «Бодрое утро» в рамках проекта «Академия здоровья», реализуемого при поддержке Департамента здравоохранения Тюменской области.

Наши специалисты помогли сотрудникам проверить своё самочувствие прямо на рабочем месте: измерили давление, уровень сахара и холестерина, провели кардиодиагностику и консультации терапевта, офтальмолога и психолога.

Такой формат особенно ценен – не нужно куда-то ехать, всё рядом, удобно и не отвлекает от рабочего процесса.

Многие признались, что давно не проходили обследование, а теперь захотели внимательнее относиться к своему здоровью.

Забота о себе – это просто. А когда компания помогает сделать этот шаг, он становится ещё легче.



14 окт 2025

Территория здоровья | Тюменская область

Это замечательная инициатива, которая способствует популяризации профилактической медицины и ответственного отношения к здоровью. Проект «Академия Здоровья» может единовременно многих людей заботиться о своём здоровье и проходить регулярные обследования. Такие программы очень важны для повышения качества и продолжительности жизни населения.

Региональный центр «Семья»



Региональный центр общественного здоровья и медицинской профилактики запустил проект «Академия Здоровья», направленный на повышение качества и продолжительности жизни населения. Участниками программы стали сотрудники центра «Семья», которые прошли комплексное обследование: консультации врачей, анализы на ВИЧ, сахар и холестерин.

Цель проекта – популяризация профилактической медицины и формирование ответственного отношения к здоровью. Такой пример призван показать, что регулярная диагностика – ключевой шаг к предотвращению хронических заболеваний.

«Мы начинаем с себя, чтобы вдохновить других. Уверена, что такой подход поможет сформировать новую культуру заботы о здоровье», – отмечает директор центра «Семья» Елена Перминова.

Инициатива реализуется в рамках национального проекта «Продолжительная и активная жизнь»



28 мар 2025

Территория здоровья | Тюменская область



Психолог регионального центра общественного здоровья и медицинской профилактики, в рамках проекта «Академия здоровья» проводит тренинги, направленные на работу со стрессом.

Мы выезжаем на предприятия, чтобы помочь сотрудникам справиться с эмоциональным напряжением. Тренинги помогают повысить стрессоустойчивость и улучшить психологическое состояние работников. Это способствует созданию более комфортной рабочей атмосферы и повышению производительности труда.

Стресс – это естественная реакция организма на различные факторы, но длительное пребывание в стрессовом состоянии может привести к негативным последствиям для здоровья. Поэтому важно уметь справляться со стрессом и поддерживать своё психологическое благополучие.

Участники тренингов могут научиться распознавать признаки стресса, управлять своими эмоциями и поведением, а также развивать навыки саморегуляции.

Кроме того, психолог предоставляет индивидуальные консультации и рекомендации по вопросам управления стрессом. Сотрудники предприятий могут получить помощь в решении конкретных проблем, связанных со стрессом, таких как конфликты на работе, проблемы в семье, финансовые трудности и другие.

Проведение тренингов по управлению стрессом на предприятиях имеет ряд преимуществ. Во-первых, это помогает создать более здоровую и гармоничную рабочую среду, что способствует повышению удовлетворённости работой и снижению текучести кадров. Во-вторых, это повышает производительность труда и эффективность работы сотрудников. В-третьих, это способствует формированию культуры здоровья и благополучия на предприятии.

takzdorovo-to.ru/projects/301



5 ноя 2024

Итоги реализации проекта в 2025 году:

Проект реализуется на территории Тюменской области с 2015 года.

Всего за 2025 год мероприятиями проекта охвачено 11601 человек. Еженедельно на 33 крупных предприятия города для рассылки по корпоративной почте сотрудникам предприятия рассылались информационные дайджесты по ЗОЖ. Информационный охват проекта составил 33 277 человек.

В ходе скрининговых обследований на предприятиях разных форм собственности по различным направлениям на дообследование узкими специалистами были направлены 134 работника, выявлено повышенное артериальное давление у 194 человек, повышен уровень холестерина у 417 человек, повышен уровень глюкозы в крови у 128 человек, 123 сотрудника страдает от избыточной массы тела, функциональные нарушения миокарда на кардиовизоре выявлены у 50 человек, эмоциональное выгорание выявлено у 68 сотрудников.

Проведены лекции, видеолекции, мастер-классы по основным факторам риска развития ХНИЗ для работников предприятий.

**Спасибо за
внимание!**