



Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского
автономного округа – Югры
«Пыть-Яхский комплексный центр социального
обслуживания населения»

Здоровы вместе
на рабочем месте!



Пыть-Ях



Программа направлена на укрепление здоровья сотрудников учреждения путем проведения/участия в спортивных, психологических, оздоровительных, культурно-досуговых и информационных мероприятиях



МОЗАИКА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

РАЗНООБРАЗНОЕ ПИТАНИЕ ОЗНАЧАЕТ ПОТРЕБЛЕНИЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ПРОДУКТОВ ИЗ ВСЕХ ОСНОВНЫХ ГРУПП





Цель программы

Укрепление здоровья сотрудников учреждения путем формирования и ведения здорового образа жизни





Задачи программы

1. Определить уровень профессионального выгорания среди сотрудников учреждения посредством стандартизированных психологических методик.
2. Провести/принять участие в спортивных, психологических, оздоровительных, культурно-досуговых и профилактических мероприятиях.
3. Соблюдать условия работы, способствующие безопасности жизнедеятельности сотрудников.
4. Определить эффективность реализации программы

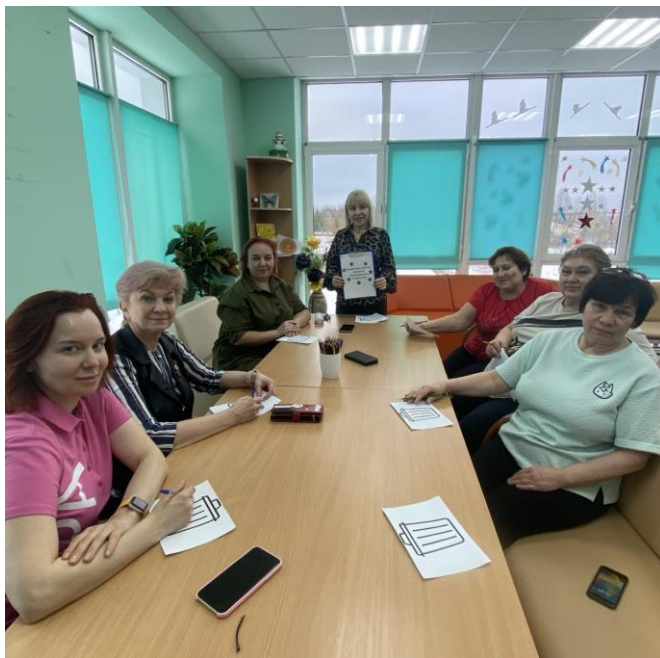




Формы работы:

групповые: лекции, групповые упражнения,
психологические тренинги, групповое участие в
спортивных мероприятиях;

- индивидуальные: консультирование,
индивидуальные упражнения, индивидуальные
занятия, диагностика





- Методы работы:**
- исследовательский (диагностика);**
 - организационный (подбор методической продукции, составления плана);**
 - практический (выполнение плана мероприятий);**
 - аналитический (сравнительный анализ, обобщение, прогнозирование)**





Программа реализуется по трём этапам:
организационный: январь 2025 года;
практический: январь 2025 года - декабрь 2027
года;
аналитический: декабрь 2025 года, 2026 года, 2027
года





Ожидаемый результат

Задача	Ожидаемый результат (качественный и количественный)	Критерии	
		количественные	качественные
Создать здоровый психологический микроклимат в учреждении	Снижение уровня эмоционального выгорания работников учреждения	97 % от фактической штатной численности	Снижение уровня текучести кадров
Вовлекать работников учреждения в спортивно-оздоровительные мероприятия	Укрепление здоровья сотрудников учреждения	Падения показателя на 15 % по нетрудоспособности в соотношении с АППГ	Снижение количества выходов на листы нетрудоспособности
Создавать условия труда для безопасности жизнедеятельности сотрудников учреждения	Отсутствие вредных факторов условий труда	Аттестация 100 % рабочих мест труда	Полное обеспечение безопасных условий труда работников
Проводить культурно-досуговые мероприятия с работниками учреждения для приобщения их к культуре, творческой самореализации и рекреации	Сплочение, раскрытие творческого потенциала коллектива	100 % охват от фактической численности работников	Повышение и поддержание корпоративного духа коллектива
Осуществлять информационно-просветительскую деятельность, направленную на соблюдение здорового образа жизни	Повышение уровня информированности работников о необходимости ведения здорового образа жизни	100 % охват от фактической численности работников	Укрепление здоровья сотрудников



Достиженные результаты за 2025 год

68% сотрудников (28 человек) регулярно применяют принципы здорового образа жизни;
снижение количества листков нетрудоспособности на 19 % (АППГ: 2024 г. - 84 дня, 2025 г. - 52 дня);
в 60 % случаев зафиксирован рост эмоциональной устойчивости сотрудников в ходе выполнения профессиональных обязанностей (по данным опроса);
отсутствие несчастных случаев и профессиональных заболеваний по страхователю БУ «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения» (подтверждено письмом Отделения ПФР по ХМАО–Югре от 22.09.2025 № 5249-28/40326);
увеличение участия сотрудников в корпоративных и спортивных мероприятиях на 20%.



**СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ,
КАБИНЕТ 208
СЕГОДНЯ
В 17.00**



**ПРИГЛАШАЕМ НА
ТРЕНИРОВКИ
СОТРУДНИКОВ
УЧРЕЖДЕНИЯ**



**ЗАНЯТИЯ
БЕСПЛАТНЫЕ**

**В РАМКАХ
ПРОГРАММЫ
СОЦИАЛЬНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
РАБОТЫ СРЕДИ
СОТРУДНИКОВ
УЧРЕЖДЕНИЯ
"ЗДОРОВЫ ВМЕСТЕ
НА РАБОЧЕМ
МЕСТЕ!"**

**ДЫХАТЕЛЬНАЯ
ГИМНАСТИКА**

**ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДЛЯ
СОТРУДНИКОВ УЧРЕЖДЕНИЯ
"ЗДОРОВЫ ВМЕСТЕ НА РАБОЧЕМ
МЕСТЕ!"**



**СОТРУДНИКИ УЧРЕЖДЕНИЯ
ПРИГЛАШАЮТСЯ
НА ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ НА СНЯТИЕ
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ**

**Сегодня
в 16.00**



**проводит
Наталья Шилихина,
психолог**





**Занятия проводятся в рамках
социально-оздоровительной
программы среди сотрудников
учреждения
"Здоровы вместе,
на рабочем месте!"**

Наталья Саранчук
Специалист по
социальной
реабилитации

**СЕГОДНЯ
в комнате досуга
с 14.00 до 14.15**

- Приглашаем сотрудников учреждения на занятия по Су-Джок терапии

**ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДЛЯ
СОТРУДНИКОВ УЧРЕЖДЕНИЯ
"ЗДОРОВЫ ВМЕСТЕ НА РАБОЧЕМ
МЕСТЕ!"**



**СОТРУДНИКИ УЧРЕЖДЕНИЯ
ПРИГЛАШАЮТСЯ
НА ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ НА СНЯТИЕ
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ**

**Сегодня
в 14.00**



**проводит
Владимир Мясников,
психолог**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!