|  |  |
| --- | --- |
| **Эмблема центра** | **Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры** |
| **Бюджетное учреждение** **Ханты-Мансийского автономного округа – Югры****«Радужнинский реабилитационный центр»** |
| **План реализации программы «Здоровье – развитие – успех»****на 2022 год** |

УТВЕРЖДЕН

приказом директора

БУ «Радужнинский реабилитационный центр»

от 27.12.2021 № 322

**План реализации программы**

**«Здоровье – развитие – успех»**

**на 2022 год**

г. Радужный

**Цель:** организация и проведение социально-оздоровительной работы, направленной на формирование положительного имиджа здорового образа жизни и оздоровление работников учреждения и членов их семей.

**Задачи:**

1. стимулировать интерес работников и членов их семей к занятиям физической культурой, спортом и туризмом, формирование у них навыков здорового образа жизни;
2. проводить оздоровительную работу по профилактике профессиональных заболеваний у работников;
3. снизить уровень заболеваемости работников Учреждения;
4. поддерживать в коллективе здоровую морально-психологическую атмосферу, оптимальные межличностные и межгрупповые связи, способствующие слаженной работе, удовлетворенности совместным трудом;
5. проводить мероприятия по профилактике профессионального выгорания работников учреждения.

| **№****п/п** | **Наименование мероприятия** | **Срок проведения** | **Ответственный** |
| --- | --- | --- | --- |
| **МЕРОПРИЯТИЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»** |
|  | Участие в городских мероприятиях в рамках Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» | В течение года, по плану работы Комитета по физической культуре и спорту администрации города Радужный | Мюллер Н.А., заместитель директора; Кашапова Т.В., инструктор-методист по АФК; Толстихина Г.В., специалист по комплексной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | Участие в мероприятиях Городской спартакиады среди трудовых коллективов предприятий, учреждений и организаций города Радужный | В течение года, по плану работы Комитета по физической культуре и спорту администрации города Радужный | Мюллер Н.А., заместитель директора; Кашапова Т.В., инструктор-методист по АФК; Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | Публикация информационных материалов, фотоматериалов о проведенных мероприятиях для работников и членов их семей на странице «Реализация программы «Здоровье – развитие – успех» на официальном сайте Учреждения  | В течение года | Мюллер Н.А., заместитель директора; Тимофеев Н.Л., инженер по АСУП; Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель представительного органа работников |
|  | Гимнастика для глаз по методике В.Ф. Базарного (компьютерная версия) | В течение года, ежедневно | Кулиш О.В., заведующий отделением; Висанбиева Т.М., врач-офтальмолог |
|  | Производственная гимнастика, в т. ч. с применением методов С.М. Бубновского  | В течение года, ежедневно | Кулиш О.В., заведующий отделением; Кашапова Т.В., инструктор-методист по АФК |
|  | Занятия в школе здоровья для работников «Учимся вести здоровый образ жизни» | Февраль,июнь,сентябрь,ноябрь | Кулиш О.В., заведующий отделением; Максимчук А.В., медсестра |
|  | Занятия группы здоровья для работников «Живем активно» на базе Учреждения | Январь – май, сентябрь – ноябрь2 раза в неделю  | Кулиш О.В., заведующий отделением; Кашапова Т.В., инструктор-методист по АФК |
|  | День здоровья для работников «Быть здоровым здорово!» | Май | Нестерова Л.В., заведующий отделением; Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | День здоровья для работников. Физкультурно-игровая программа «Веселые старты» | Июль | Кулиш О.В., заведующий отделением; Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | День здоровья для работников «Тропа здоровья» | Сентябрь | Кулиш О.В., заведующий отделением; Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | Физкультурно-оздоровительные мероприятия для работников и членов их семей на базе автономного учреждения «Плавательный бассейн «Аган» муниципального образования ХМАО – Югры город Радужный | Январь – май, сентябрь – декабрь1 раз в неделю  | Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель представительного органа работников Учреждения |
|  | Физкультурно-оздоровительные мероприятия для работников и членов их семей на базе муниципального автономного учреждения дополнительного образования детско-юношеская спортивная школа «Факел» г. Радужный | В течение года,1 раз в неделю  | Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель представительного органа работников Учреждения |
| 1.
 | Физкультурно-оздоровительные мероприятия для работников и членов их семей на базе автономного учреждения «Дворец спорта» муниципального образования ХМАО – Югры город Радужный | Январь – май, сентябрь – декабрь1 раз в неделю  | Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель представительного органа работников Учреждения |
| 1.
 | Физкультурно-оздоровительные мероприятия для работников на базе муниципального автономного учреждения дополнительного образования специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва «Юность» | В течение года,1 раз в неделю  | Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель представительного органа работников Учреждения |
| 1.
 | Физкультурно-оздоровительные мероприятия для работников на базе спортивно-оздоровительного центра «Атлетик-Фитнесс» города Радужный | В течение года,1 раз в неделю  | Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель представительного органа работников Учреждения |
|  | Курс презентаций среди работников учреждения «Моя здоровая семья» | Ноябрь | Мюллер Н.А., заместитель директора; Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель представительного органа работников Учреждения |
| 1.
 | Цикл информационных сообщений для работников и членов их семей «Спорт+физкультура=здоровье» (в рамках информационной пропаганды Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне») | В течение года,1 раз в месяц | Кулиш О.В., заведующий отделением; Максимчук А.В., медсестра |
|  | Издание буклетов, памяток, информационных сообщений для работников и членов их семей из цикла «Здоровье – это наша первая победа» | Март, июнь,сентябрь,ноябрь | Кулиш О.В., заведующий отделением; Максимчук А.В., медсестра |
|  | Проведение мероприятий по вакцинации работников Учреждения против гриппа | Сентябрь-октябрь | Кузнецова В.А., медицинская сестра |
|  | Периодический медицинский осмотр работников Учреждения | Согласно плану проведения медицинского осмотра на 2022 год | Шилова Т.В., специалист по охране труда |
| **МЕРОПРИЯТИЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»** |
|  | Тимбилдинг. Тренинги на сплочение | Апрель, ноябрь | Нестерова Л.В., заведующий отделением; Шаповалова Л.В., психолог |
|  | Тимбилдинг. Корпоративная игра «Командный, креативный дух» | Январь | Мюллер Н.А., заместитель директора; Алибаева О.В., методист |
|  | Тимбилдинг. Корпоративная игра «Узнаем друг друга с новой стороны» | Сентябрь | Мюллер Н.А., заместитель директора; Алибаева О.В., методист |
|  | Тимбилдинг. Корпоративный праздник «День защитников Отечества» | Февраль | Нестерова Л.В., заведующий отделением, Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | Тимбилдинг. Корпоративный праздник «Международный женский день 8 марта» | Март | Нестерова Л.В., заведующий отделением, Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | Тимбилдинг. Корпоративный праздник «День социального работника» | Июнь | Нестерова Л.В., заведующий отделением, Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
|  | Тимбилдинг. Корпоративный праздник «Новый год встречаем вместе | Декабрь | Нестерова Л.В., заведующий отделением, Толстихина Г.В., специалист по социальной реабилитации, председатель Представительного органа работников учреждения |
| 1.
 | Тренинги релаксации | Январь, май, июль, октябрь | Нестерова Л.В., заведующий отделением; Шаповалова Л.В., психолог  |
|  | Тренинги коммуникации | Февраль,сентябрь | Нестерова Л.В., заведующий отделением; Шаповалова Л.В., психолог  |
|  | Тренинги по профилактике профессионального выгорания | Апрель, ноябрь | Нестерова Л.В., заведующий отделением; Шаповалова Л.В., психолог  |
|  | Индивидуальные консультации, беседы психолога (по запросу работника Учреждения) | В течение года | Нестерова Л.В., заведующий отделением; Шаповалова Л.В., психолог |
|  | Проведение цикла консультаций «Стресс и как с ним бороться»  | Апрель,Октябрь | Нестерова Л.В., заведующий отделением; Шаповалова Л.В., психолог |
|  | Проведение цикла консультаций «Конструктивные способы решения конфликтных ситуаций»  | Ноябрь, декабрь | Шаповалова Л.В., психолог |
|  | Цикл информационных сообщений «Психологические шпаргалки для коллег» | Январь – ноябрь, 1 раз в 2 месяца | Шаповалова Л.В., психолог |
|  | Издание буклетов, памяток, информационных сообщений о способах борьбы со стрессом, о методах профилактики профессионального выгорания, о методах поддержания психологического здоровья, спокойного психо-эмоционального состояния | Январь,апрель,июнь,ноябрь | Шаповалова Л.В., психолог |