

СОГЛАСОВАНО:

Председатель Первичной  
профсоюзной организации  
бюджетного учреждения Ханты-  
Мансийского  
автономного округа - Югры  
«Пыть-Яхский комплексный центр  
социального обслуживания  
населения»



З.З. Джумакаева

«07» февраля 2023 года

УТВЕРЖДАЮ:

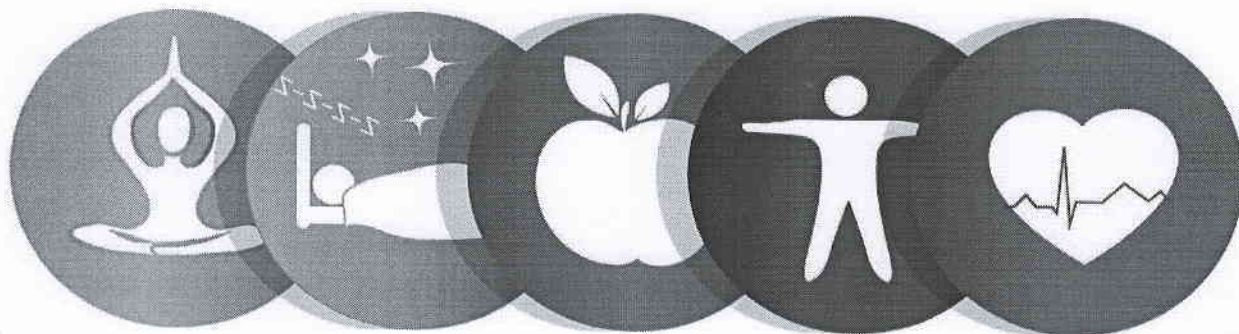
Врио директора бюджетного  
учреждения Ханты-Мансийского  
автономного округа - Югры  
«Пыть-Яхский комплексный  
центр социального  
обслуживания  
населения»



В.А. Ляпер

«07» февраля 2023 года

**ПРОГРАММА**  
**социально-оздоровительной работы**  
**среди сотрудников учреждения**  
**«СИБИРСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»**



Авторы программы:

*Макеева С.Н.,*

заведующий отделением

информационно-аналитической работы  
БУ «Пыть-Яхский комплексный центр  
социального обслуживания населения»;

*Жигулёва М.В.,*

методист отделения информационно-  
аналитической работы БУ «Пыть-Яхский  
комплексный центр социального  
обслуживания населения»

г. Пыть-Ях, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

I. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОБЛЕМ .....	3
II. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....	8
III. ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ .....	9
IV. РЕЗУЛЬТАТЫ .....	12
V. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ .....	13
VI. РЕСУРСЫ .....	17

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

1.	Наименование учреждения	БУ «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения», г. Пыть-Ях
2.	Направленность программы	Достижения учреждения в области улучшения охраны здоровья сотрудников
3.	Ф.И.О. составителя с указанием должностей	Макеева С.Н., заведующий отделением информационно-аналитической работы; Жигулёва М.В., методист отделения информационно-аналитической работы
4.	Работники, реализующие программу	Директор, заместитель директора, заведующие отделениями, психологи, специалисты по работе с семьей, инструктор по труду, инструктор по физической культуре, культурорганизатор, специалист по охране труда, методист
5.	Должностное лицо, утвердившее программу	В.А. Ляпер, врио директора БУ «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения»
6.	Практическая значимость	Реализация программы позволит сформировать такие условия, которые способствовали бы укреплению и поддержанию здоровья сотрудников через реализацию двигательной активности, через участие в различных спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях, организуемых и проводимых в учреждении
7.	Цель, задачи программы	<b>Цель:</b> укрепление и поддержание физического, психологического и социального здоровья, формирование здорового образа жизни у сотрудников учреждения через различные формы спортивно-массовых, социально-психологических и оздоровительных мероприятий, проводимых в учреждении <b>Задачи:</b> 1. Формирование положительного имиджа здорового образа жизни и культуры проведения свободного времени среди работников учреждения. 2. Проведение среди работников учреждения спортивно-оздоровительных мероприятий. 3. Снижение уровня эмоционального выгорания у работников учреждения.

		4. Поддержание условий работы, способствующих безопасности жизнедеятельности
8.	Целевая группа	Сотрудники учреждения
9.	Сроки реализации	Бессрочная
10.	Ожидаемый результат	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышение компетентности сотрудников учреждения по правилам здорового образа жизни и культуры проведения свободного времени в 95 % случаев</li> <li>2. Улучшение самочувствия сотрудников, снижение количества выходов на листы нетрудоспособности на 15 %.</li> <li>3. Повышение эмоциональной устойчивости сотрудников учреждения в профессиональной деятельности в 60 % случаев</li> <li>4. Наличие у каждого сотрудника учреждения безопасного рабочего места</li> </ol>

## **I. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОБЛЕМ**

По определению Всемирной организации здравоохранения «Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней или физических дефектов. Обладание наивысшим достижением уровнем здоровья является одним из основных прав всякого человека без различия расы, религии, политических убеждений, экономического или социального положения».

Базовым компонентом состояния здоровья человека является двигательная активность, как естественная потребность гармоничного развития организма. Ограничение двигательной активности приводит к негативным функциональным изменениям в организме, снижению умственной и физической работоспособности человека.

Последние десятилетия и в нашей стране, и за рубежом характеризуются неуклонным ростом числа неинфекционных заболеваний у населения, особенно у лиц, занятых умственным трудом. Такие заболевания напрямую связаны с образом жизни: низкой физической активностью, высокими нервно-психическими нагрузками, нерациональным питанием, отсутствием времени на полноценный отдых и неумением его организовать.

Одной из приоритетных задач государственной политики в нашей стране является оздоровление населения, прежде всего, посредством физической культуры и спорта.

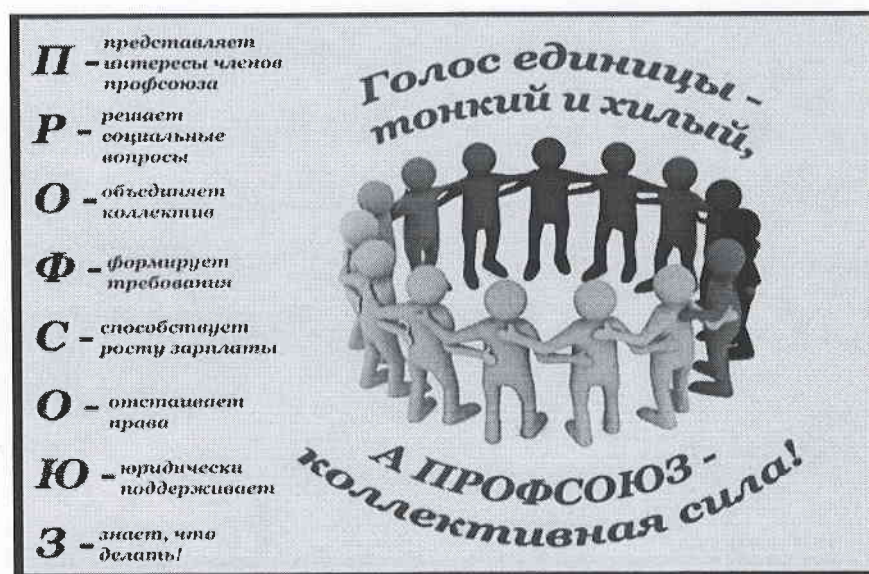
У сотрудников *бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения»* (далее - учреждение) кроме качественного предоставления социальных услуг гражданам, нуждающимся в социальном обслуживании, определен еще один важный ориентир, направленный на укрепление здоровья и формирование здорового образа жизни.



Для обеспечения динамичного и поступательного развития процесса предоставления социальных услуг необходимо сформировать такие условия, которые способствовали бы укреплению и поддержанию здоровья сотрудников через реализацию двигательной активности, через участие в различных спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях, организуемых и проводимых в учреждении.

**Достижения учреждения в области улучшения охраны здоровья сотрудников представляют ценность для всех.**

Успех социально-оздоровительной работы зависит от стабильности и компетентности первичной профсоюзной организации учреждения (далее - профком). Профком учреждения ведет активную работу по защите прав и сохранению здорового микроклимата в коллективе.



В Коллективном договоре учреждения имеется:

перечень профессий и должностей, работа в которых дает право на дополнительные дни к отпуску за ненормированный рабочий день и вредные условия труда;

прописаны основные понятия охраны труда;

имеется положение об оплате труда работников;

прописаны обязанности работодателя при несчастном случае на производстве;

есть перечень и нормы специальной одежды, обуви, инвентаря, предоставляемых работникам в соответствии с условиями труда и установленным нормам при выполнении служебных обязанностей и многое другое;

имеется порядок обучения и инструктирования работников безопасным условиям труда;

предоставляется выплата в размере 3000 рублей работникам, проработавшим в течение календарного года без листков нетрудоспособности.

В учреждении созданы благоприятные условия для осуществления процесса предоставления социальных услуг, отвечающие требованиям безопасности и санитарно-гигиеническим нормам:

проведена аттестация всех рабочих мест,

разработаны и утверждены инструкции по охране труда,

проводятся инструктажи и организуются проверки знаний по охране труда, пожарной безопасности и безопасности дорожного движения.

Работники проходят периодические медицинские осмотры и диспансеризацию. Сотрудники учреждения принимают активное участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях учреждения и городских спартакиадах.

Вышеперечисленных мероприятий оказалось недостаточно для более эффективного оздоровления коллектива. Несмотря на принятые меры, количество сотрудников, находящихся на листках нетрудоспособности в 2022 году составило 56 человек.

С 01 января 2023 года штатная численность учреждения составляет 56 штатных единиц.

Проведенный анализ кадрового потенциала в части возрастных категорий показал, что средний возраст сотрудников учреждения составляет 35 лет. Достаточно молодой коллектив, но количество листков нетрудоспособности - значительное.

Из этого следует, что если в учреждении не уделять достаточного внимания социально-оздоровительной деятельности, то заболеваемость среди сотрудников будет увеличиваться.

В связи с этим в учреждении поставлена приоритетная задача - сохранение здоровья сотрудников и профилактика заболеваний. Оздоровление коллектива будет проходить наиболее эффективно при реализации комплекса мероприятий в рамках *социально-оздоровительной программы среди сотрудников учреждения «Сибирское здоровье»* (далее - программа).

Основная цель программы - это укрепление и поддержание физического, психологического и социального здоровья, формирование здорового образа жизни у сотрудников учреждения через различные формы спортивно-массовых, социально-психологических и оздоровительных мероприятий, проводимых в учреждении.

Программа реализуется по следующим приоритетным направлениям, охватывающим основные составляющие здоровья: психологическое, физическое и социальное здоровье.



*Психологическое направление* деятельности предполагает снижение уровня профессионального выгорания у работников учреждения, контроль своего поведения. Данное направление деятельности успешно реализуется в



учреждении с января 2017 года в рамках программы по снятию психоэмоционального напряжения «Антистрессин».

**Физическое направление** деятельности предполагает проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью формирования здорового образа жизни и снижения заболеваемости, приобщения сотрудников учреждения к занятиям физической культурой и спортом на природе, укрепления их здоровья.

**Социальное направление** деятельности предполагает соблюдение морально-этических норм, участие в культурно-массовых мероприятиях, поддержание условий работы, способствующих безопасности жизнедеятельности сотрудников учреждения.

Таким образом, в учреждении создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

В целом, реализация данных направлений деятельности в рамках программы позволит снизить заболеваемость, укрепить здоровье сотрудников и способствовать сплочению коллектива.

Программа адаптирована к условиям конкретного учреждения с учетом специфики направлений работы учреждения в местных климатических условиях.

Название программы неслучайно, ведь сибирского здоровья и долголетия желают каждому.

## **II. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** сохранение и укрепление психологического, физического и социального здоровья сотрудников учреждения через различные формы спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.

**Задачи программы:**

1. Формирование положительного имиджа здорового образа жизни и культуры проведения свободного времени среди работников учреждения.
2. Проведение среди работников учреждения спортивно-оздоровительных мероприятий.
3. Снижение уровня эмоционального выгорания у работников учреждения.
4. Поддержание условий работы, способствующих безопасности жизнедеятельности.

### III. ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

№ п/п	Мероприятие	Целевая группа	Дата	Ответственные
<b>Психологическое направление</b>				
1	Занятие «Понятие «синдром эмоционального выгорания», его предпосылки, симптомы, факторы»	Сотрудники учреждения	Январь 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
2	Тренинг «Когда ланиты алым пламенем горят («Территория стыда»)»	Сотрудники учреждения	Февраль 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
3	Тренинг «Путешествие в страну гармонии»	Сотрудники учреждения	Март 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
4	Беседа «Общение в конфликте»	Сотрудники учреждения	Апрель 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
5	Беседа с элементами тренинга «Личностная индивидуальность против ролевого смещения»	Сотрудники учреждения	Май 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
6	Лекция «Естественные способы саморегуляции эмоционального состояния»	Сотрудники учреждения	Июнь 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
7	Занятие с элементами тренинга «Как избежать встречи с «синдромом эмоционального выгорания»	Сотрудники учреждения	Сентябрь 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
8	Мастер-класс «Способы развития творческого	Сотрудники учреждения	Октябрь 2023-2024	Психологи отделения

	мышления»			психологической помощи гражданам
9	Тренинг «Его Величество «Профессия»	Сотрудники учреждения	Ноябрь 2023-2024	Психологи отделения психологической помощи гражданам
10	Посещение кабинета релаксации учреждения	Сотрудники учреждения	В течение года	Психологи отделения психологической помощи гражданам
<b>Физическое направление</b>				
1	Спортивный праздник «Весёлые старты»	Сотрудники учреждения	Март 2023-2024	Директор учреждения, председатель профкома
2	Спартакиада «Бодрость и здоровье»	Сотрудники учреждения	Апрель 2023-2024	Директор учреждения, председатель профкома
3	Посещение аквацентра «Дельфин»	Сотрудники учреждения, члены их семей	Май-июль 2023-2024	Председатель профкома
4	Проведение физкультурминуток во время технологических перерывов	Сотрудники Учреждения	В течение 2023-2024	Председатель профкома, инструктор по адаптивной физической культуре
5	Посещение спортивно-досугового центра «Жемчужина»	Сотрудники учреждения члены их семей	В течение 2023-2024	Председатель профкома, инструктор по адаптивной физической культуре
6	Посещение горнолыжной базы «Северное сияние»	Сотрудники учреждения члены их семей	Декабрь 2023-2024	Председатель профкома, инструктор по адаптивной физической культуре
7	Спортивный праздник «Весёлые старты»	Сотрудники учреждения	Сентябрь 2023-2024	Председатель профкома, инструктор по адаптивной физической культуре
8	Спартакиада «Бодрость и здоровье»	Сотрудники учреждения	Октябрь 2023-2024	Председатель профкома, специалист по работе с семьёй
9	Посещения краеведческого экомузея под открытым небом	Сотрудники учреждения, члены их семей	Июнь 2023-2024	Председатель профкома, специалист по работе с семьёй
10	Посещение физкультурно-	Сотрудники	В течение	Председатель

	спортивного комплекса «Атлант»	учреждения	2023-2024	профкома
11	Посещение тренажёрного зала учреждения	Сотрудники учреждения	В течение 2023-2024	Инструктор по адаптивной физической культуре
12	Участие в городских спортивных мероприятиях: спортивном забеге ко Дню города; городской спартакиаде трудовых коллективов	Сотрудники учреждения	В течение 2023-2024	Председатель профкома, инструктор по адаптивной физической культуре
<b>Социальное направление</b>				
1	Участие в праздничных и знаменательных мероприятиях города	Сотрудники учреждения	В течение 2023-2024	Заместитель директора, заведующие отделениями
2	Просмотр художественных и документальных фильмов в рамках кинофестиваля «Дух огня» в культурно-спортивном комплексе «Кедр»	Сотрудники учреждения, члены их семей	В течение 2023-2024	Заместитель директора, заведующие отделениями
3	Посещение культурного комплекса «Библиотека. Краеведческий музей»	Сотрудники учреждения, члены их семей	В течение года	Заместитель директора, заведующие отделениями
4	Посещение культурно-массовых мероприятий в культурно-досуговом центре «Россия»	Сотрудники учреждения, члены их семей	В течение года	Заместитель директора, заведующие отделениями
5	Оформление «Доски почёта», награждение сотрудников, вручение памятных подарков	Сотрудники учреждения	Июнь 2023-2024	Заместитель директора, заведующие отделениями
6	Участие в празднике коренных народов севера «Вороний день»	Сотрудники учреждения, члены их семей	Апрель 2023-2024	Заместитель директора, заведующие отделениями
7	Участие во Всероссийских акциях: «Лес Победы», «Георгиевская ленточка», «Бессмертный полк»	Сотрудники учреждения, члены их семей	Май 2023-2024	Заместитель директора, заведующие отделениями
8	Организация периодических медицинских профосмотров	Сотрудники учреждения	Ежегодно	Специалист по охране труда
9	Организация обучения и инструктирования	Сотрудники учреждения	В течение года	Специалист по охране труда

	работников безопасным условиям труда			
10	Обеспечение работников специальной одеждой, обувью, инвентарём, средствами индивидуальной защиты	Сотрудники учреждения	В течение года	Заведующий хозяйством, специалист по охране труда
11	Контроль за состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и производственной санитарии	Сотрудники учреждения	В течение года	Заместитель директора, специалист по охране труда
12	Оформление тематического стенда «Социально - оздоровительная работа» с наглядными агитационными материалами по здоровому образу жизни, безопасности жизнедеятельности	Сотрудники учреждения	Ежемесячно	Методист

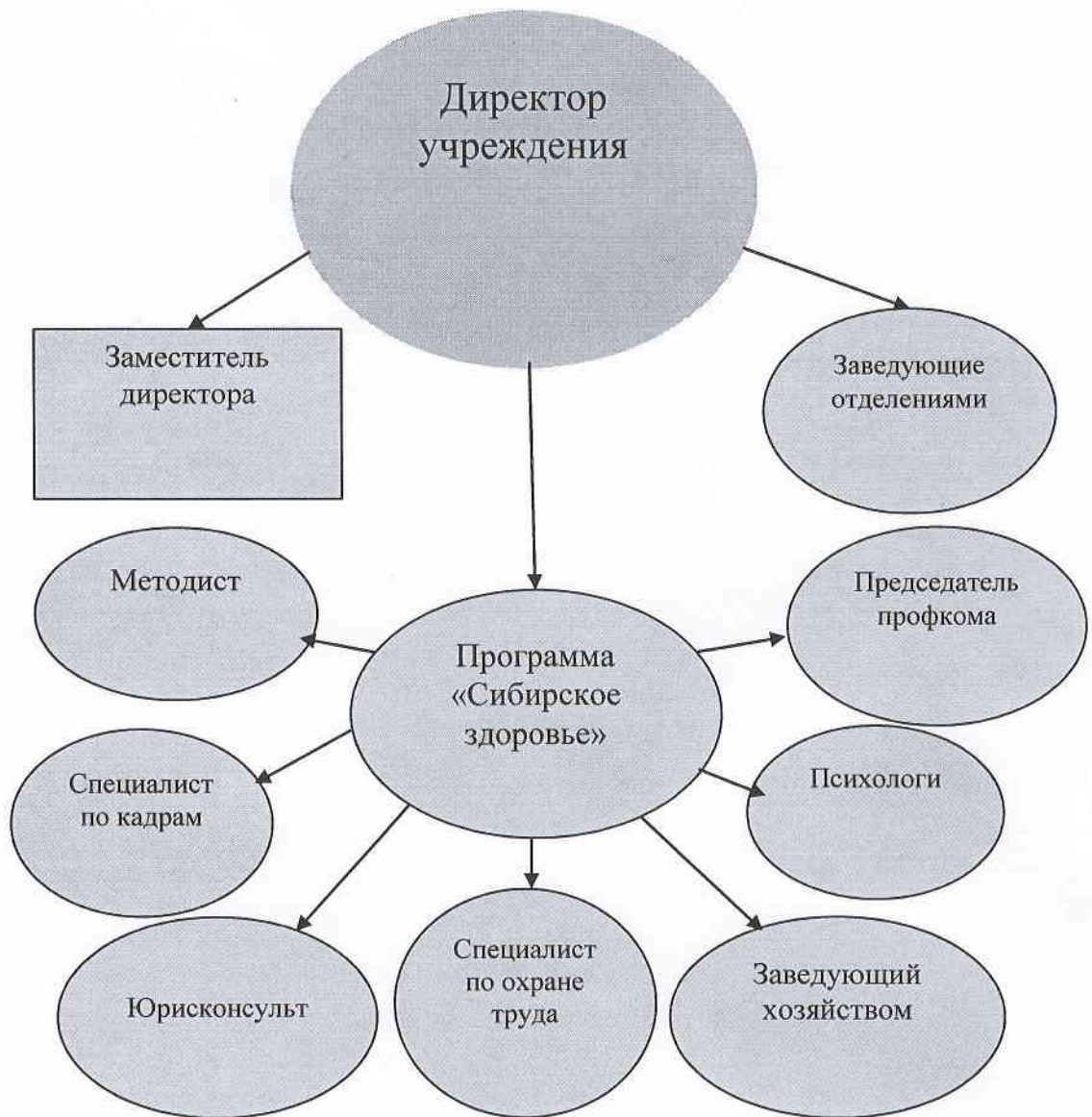
#### IV. ОЖИДАЕМЫЕ КОНЕЧНЫЕ, А ТАКЖЕ НЕПОСРЕДСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ СОЦИАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Задача	Ожидаемый результат (качественный и количественный)	Критерии оценки эффективности
1	Формирование здорового образа жизни и культуры проведения свободного времени среди работников учреждения	Повышение компетентности сотрудников учреждения по правилам здорового образа жизни и культуры проведения свободного времени в 95 % случаев	Ведение здорового и активного образа жизни среди сотрудников учреждения
2	Проведение среди работников учреждения спортивно-оздоровительных мероприятий	Улучшение самочувствия сотрудников, снижение количества выходов на листы нетрудоспособности на 15 %.	Создание здоровой творческой и спортивной атмосферы в учреждении через совместные спортивные и оздоровительные праздники и мероприятия
3	Снижение уровня эмоционального выгорания у работников учреждения	Повышение эмоциональной устойчивости сотрудников учреждения	Снижение уровня эмоционального выгорания у работников учреждения, поддержка



		в профессиональной деятельности в 60 % случаев	здорового психологического микроклимата в учреждении
4	Поддержание условий работы, способствующих безопасности жизнедеятельности	Наличие у каждого сотрудника учреждения безопасного рабочего места	Отсутствие случаев травматизма на рабочем месте, соблюдение режима труда и отдыха

## V. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ СОЦИАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ



## VI. ОБОСНОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ В НЕОБХОДИМЫХ РЕСУРСАХ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ СОЦИАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

### Кадровые ресурсы

№ п/п	Должность	Количество штатных единиц	Функции
1	Директор учреждения	1	Осуществляет общий контроль
2	Заместитель директора	1	Осуществляет общий контроль и руководство программой
3	Заведующий отделением информационно-аналитической работы	1	Осуществляет организацию мероприятий и руководство программой
4	Методист информационно-аналитической работы	1	Организация методического обеспечения мероприятий и информирование
5	Председатель профкома	1	Организация мероприятий, финансирование массовых спортивно-оздоровительных мероприятий
6	Психологи учреждения	6	Организация и проведение психологических мероприятий
7	Специалист по кадрам, юрисконсульт, специалист по охране труда	1	Организация периодических медицинских осмотров
8	Заведующий хозяйством	1	Обеспечение работников специальной одеждой, обувью, инвентарём, средствами индивидуальной защиты
9	Специалист по охране труда	1	Организация обучения и инструктирования работников безопасным условиям труда

### Материально-технические ресурсы

Финансовое обеспечение в ходе реализации программы ведётся за счет отчисления денежных средств профсоюзных организаций на культурно-массовую и физкультурную работу, спонсорских средств, личных средств сотрудников.

Деятельность учреждения осуществляется в жилом помещении, размещено в отдельно стоящем 2-х этажном здании на первом и втором этажах, общей площадью 1641,55 кв. м, расположено по адресу: г. Пыть-Ях, 2 «А» мкр, ул. Советская, дом 5.

На объекте расположены:

отделение социальной реабилитации и абилитации граждан пожилого возраста и инвалидов (15 мест), (рабочий кабинет, в котором находятся 2 специалиста, кабинеты для реабилитации получателей социальных услуг, комната оккупациональной терапии - 1 кабинет, комната досуга - 1 кабинет, тренажерный зал - 1 кабинет, комната трудовой терапии - 1 кабинет);

отделение для несовершеннолетних (сектор социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи)

(18 койкомест, 2 группы) (рабочий кабинет, в котором находятся 3 специалиста, кабинеты для реабилитации получателей социальных услуг: общегрупповая комната, кабинет релаксации, комната по трудовой терапии, тренажерный зал, учебный класс, актовый зал, спальные комнаты);

Отделение психологической помощи гражданам (в том числе служба профилактики семейного неблагополучия, служба «Экстренная детская помощь») (рабочие кабинеты - 3, в которых находятся 9 специалистов, кабинеты для реабилитации получателей: кабинет семейного консультирования - 1).

Помещения общего пользования: столовая (6 помещений), прачечная (4 помещения), комнаты санитарной гигиены - 11 помещений (6 душевых кабин, 11 санузлов), 2 бытовые комнаты, 1 хозяйственная кладовая.

Рабочие кабинеты специалистов административно-хозяйственной части - 7 помещений, в которых находятся 15 специалистов.

Помещение для сотрудников охраны - 1 кабинет.

**2-й объект** - нежилое помещение, находящееся в отдаленном от городских инфраструктур районе по адресу: г. Пыть-Ях, 2 «А» микрорайон, улица Молодежная, дом 18/1, располагается в капитальном 1-этажном здании блочного типа, общей площадью 174,6 м<sup>2</sup>. На объекте расположены:

отделение социального сопровождения граждан (в том числе сектор первичного приема оказания срочных услуг: 1 мобильная социальная служба, служба «Социальный патруль», пункт проката технических средств

реабилитации), «дворовый» социальный менеджмент (рабочие кабинеты - 2, в которых находятся 8 специалистов).

Все помещения отделений учреждения обеспечены телефонной связью и всеми средствами коммунально-бытового благоустройства, оснащены необходимым оборудованием, оргтехникой, мебелью.

*Данная программа будет способствовать укреплению и поддержанию здоровья сотрудников, сплочению коллектива.*