



Гатчинская клиническая межрайонная больница

Корпоративная программа  
**Здоровый образ жизни**

# Импульс к целеполаганию программы:

Действия Правительства, направленные на увеличение числа граждан, ответственно относящихся к своему здоровью и ведущих здоровый образ жизни  
« **Здоровье нации – основа процветания России** »

Утверждён паспорт приоритетного проекта «Формирование здорового образа жизни»  
Внедрение государственных программ и комплексных мероприятий по поддержке здорового образа жизни населения.

Выработка стратегии увеличения числа сотрудников ГБУЗ ЛО «Гатчинская КМБ, ответственно относящихся к своему здоровью и ведущих здоровый образ жизни, в том числе тех, кто систематически занимается физической культурой и спортом

Ресурсное  
обеспечение

Управление  
процессом  
реализации  
программы

Инструменты  
воздействия  
на коллектив

## Анализ исходных данных (swat – анализ) для формирования основных задач по реализации поставленной цели – вовлечения в физическую деятельность и активный образ жизни

<p><b>Си ль ны е сто ро ны</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наличие мощного спортивного движения среди сотрудников;</li> <li>2. Наличие в городе парковой зоны и спортивных площадок для бега и занятий физ.активностью, наличие спортивного инвентаря и экипировки.</li> <li>3.Активное взаимодействие со спортивными секциями города и спорткомитетом.</li> <li>4.Наличие базы для тренировок в ФОК города предоставленной на безвозмездной основе администрацией города.</li> <li>5. Активная поддержка со стороны администрации учреждения и профсоюзного комитета.</li> <li>6. Наличие возможности постоянного мониторинга здоровья сотрудников (профосмотры и диспансеризация).</li> <li>8. Компенсации на санаторно-курортное лечение по коллективному договору.</li> <li>9. Широкий спектр культурных мероприятий для создания благоприятной эмоционально-психологической, дружественной атмосферы (экскурсии, КВН, праздники, викторины, тренинги).</li> </ol>	<p><b>С ла б ы е ст ор он ы</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Отсутствие в структуре больницы спортивных объектов и помещений для занятий физ.культурой,</li> <li>2. Восприятие спортивных увлечений администрацией как личное волеизъявление работника, организация не обязана оказывать финансовую помощь.</li> <li>3. Недостаточное софинансирование затрат сотрудников на спортивные мероприятия.</li> <li>4. Низкий уровень информирования о мероприятиях в сфере спорта и активного отдыха</li> <li>5. Специфика работы персонала, работающего со значительными физическими и моральными перегрузками</li> <li>6. Слабая изученность заинтересованности персонала</li> </ol>
<p><b>Во зм ож но сти</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вовлечение большего числа сотрудников больницы в активный и здоровый образ жизни.</li> <li>2. Освоение новых спортивных объектов и расширение спектра предлагаемых спортивных и культурных мероприятий.</li> <li>3. Развитие коммуникаций между подразделениями больницы.</li> <li>4. Создание положительного имиджа медицинского работника с активной жизненной позицией.</li> <li>5. Привлечение к ЗОЖ через вовлечение детей в детские старты и творческие мероприятия.</li> </ol>	<p><b>Уг р оз ы</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Уровень заинтересованности персонала в изменении своего образа жизни.</li> <li>2.Увольнение из учреждения сотрудников из числа спортивного актива</li> <li>3.Негативное восприятие населением информации, размещенной на доступных сетевых ресурсах, о достижениях медицинского персонала в спортивной и культурной жизни города и области.</li> <li>4. Восприятие спортивного движения как дополнительных расходов обременяющих финансовое положение организации.</li> </ol>

# Определение цели и задач корпоративной программы «Здоровый образ жизни» в ГБУЗ ЛО «Гатчинская КМБ»

**Цель** корпоративной политики «ЗОЖ»:

**укрепление и сохранение здоровья сотрудников ,  
формирование культуры и ценностей здорового образа жизни**

## **Задача 1**

Создание актива и управление процессом привлечения к ЗОЖ сотрудников ГБУЗ ЛО

## **Задача 2**

Оптимизация внутрикорпоративных обстоятельств и внешних факторов для ведения сотрудниками здорового образа жизни

## **Задача 3**

Создание в ГБУЗ ЛО среды, способствующей ведению здорового образа жизни

## **Задача 4**

Модель расчета снижения экономических потерь после внедрения программы ЗОЖ

## Задача 1

# Создание постоянного актива и управление процессом привлечения к ЗОЖ новых сотрудников ГБУЗ ЛО



## Задача 2

### Оптимизация внутрикорпоративных обстоятельств и внешних факторов для ведения сотрудниками здорового образа жизни

Выявление уровня лояльности сотрудников и их предпочтений для разработки мероприятий ЗОЖ в ГБУЗ, определение групп и подгрупп по состоянию здоровья и физическим данным



Создание условий для эмоциональной и психологической разгрузки сотрудников



Мониторинг достижений, актуальных методик и нормативных документов в сфере ЗОЖ

### Задача 3

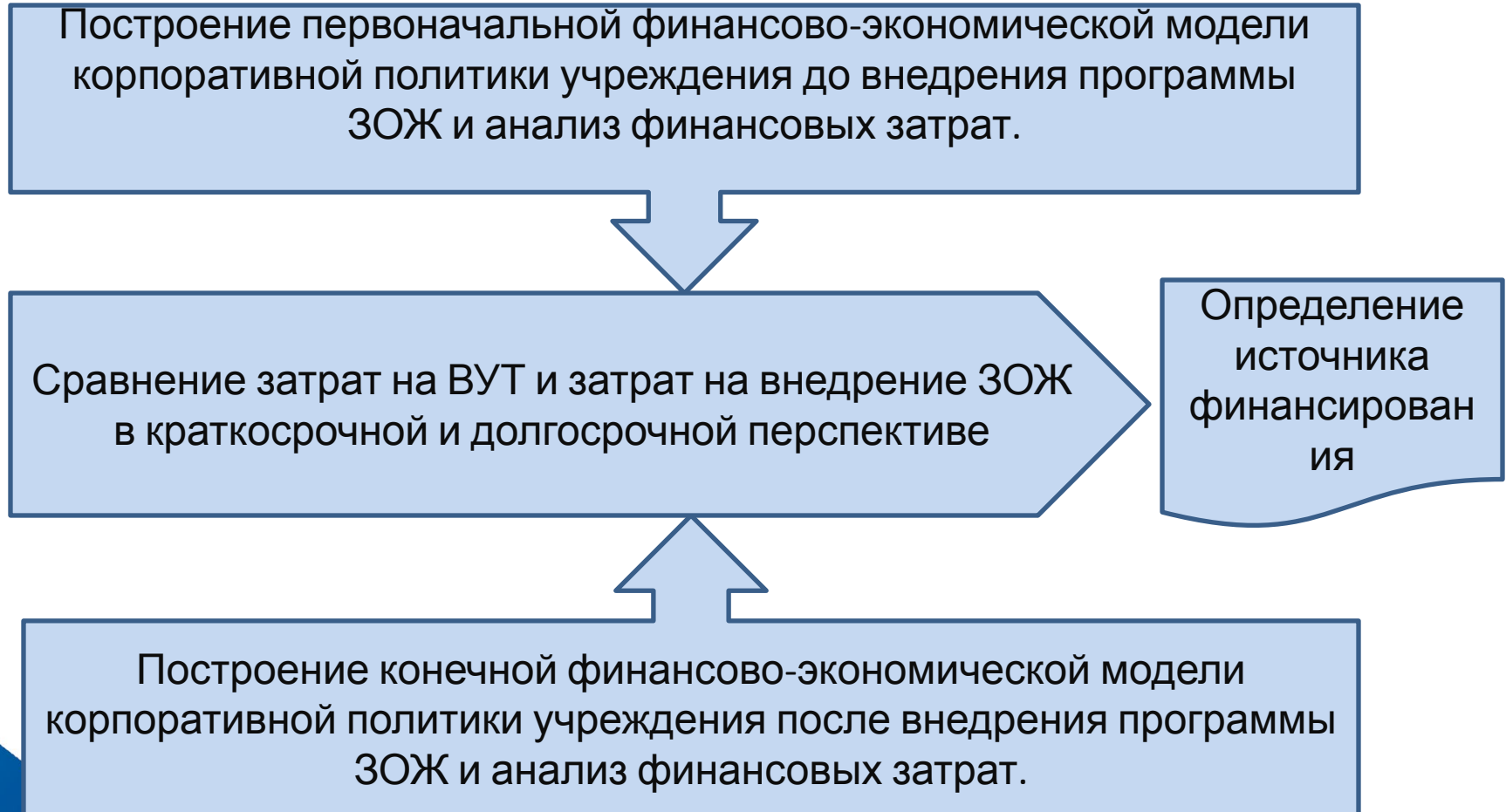
## Создание в ГБУЗ ЛО среды, способствующей ведению здорового образа жизни

Расширение возможностей для сотрудников заниматься спортом

Обоснование финансовых затрат на внедрение ЗОЖ в коллективе

## Задача 4

### Сокращение экономических потерь медицинской организации





# Личная заинтересованность сотрудников – инструмент эффективного внедрения программы по поддержке ЗОЖ

- **Эффект программы**
- **Привлечение в команду новых участников**
  - (рядовой сотрудник чувствует причастность к победам команды, повышение самооценки и желание самосовершенствоваться и привносить новизну своим участием)
- **Личный пример**
  - (достижения команды: визуализация – выставка кубков, грамот, фотографий, информация в социальных сетях)

# Реализация корпоративной программы ЗОЖ в Гатчинской КМБ

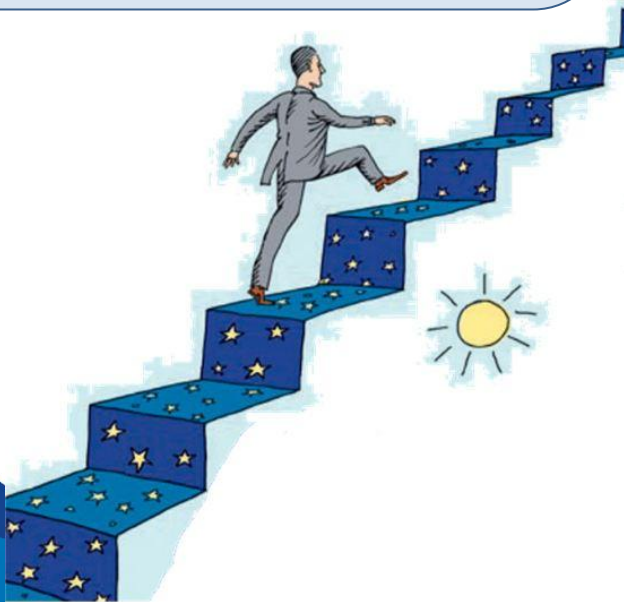
## Первый этап:

2016 год создана инициативная группа - 12 сотрудников ГБУЗ ЛО «Гатчинская КМБ» для участия в областной зимней спартакиаде

**«Начни с участия» в СПАРТАКИАДЕ  
МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ»**

## Второй этап:

2017 год участники повторно заявляются и на зимнюю спартакиаду и на летний спортивно-туристический слет и закрепляются в спортивном движении, привлекая новых сотрудников



# Победа - импульс к новому этапу

## Третий этап:

2018 год из первоначального состава остается 6 человек, которые занимаются поиском новых сотрудников, которые далее вносят вклад в спортивные результаты 3-й зимней спартакиады .

Команда занимает первое место.

Результаты торжественно освещают на врачебной конференции.



## Четвертый этап:

2018 год: впервые больница организует бесплатную площадку в спорткомплексе города для занятий волейболом, что привлекает новых сотрудников, информация о спортивном движении быстро распространяется.

Осенью команда инициирует коллективное участие в сдаче норм ГТО, в процесс вовлекаются 43 сотрудника, включая главного врача. Сдача норма продолжается до 31 декабря, объединяя сотрудников в спортивных испытаниях.

# От личного примера – к действию коллектива

## Пятый этап:

2019 год: по результатам сдачи норм ГТО значки получают 18 сотрудников, 5 из них золотые!

Команда набирает на очередную зимнюю спартакиаду новых участников уже по физическим и спортивным данным, в результате чего занимает первое место второй раз подряд.

Результаты освещаются уже не только в учреждении, но и на информационных ресурсах Комитета по спорту и молодежной политике Гатчинского района. Команда получает приглашение принять участие в спартакиаде трудовых коллективов Гатчинского муниципального района.



## Итоги:

Спартакиада трудовых коллективов с разнообразными видами спорта вовлекает новых сотрудников. На этот момент насчитывается около 50 участников спортдвижения, которые проводят тренировки на постоянной основе по настольному теннису, бадминтону, участвуют в соревнованиях по городошному спорту, пляжному волейболу. Выявляется группа любителей бега, которые постоянно участвуют в беговых марафонах, трейлраннингах, участвуют в забегах parkrun, активно вовлекая коллег и их детей. Тренировки выходят уже далеко за пределы одной площадки.

В июле команда выбирает свое название ГАМБИТ, открывает страницу в ВК, где освещает все события.

На шестом летнем турслете команда уверенно берет первое место - третий раз подряд в областных мероприятиях.



Дети, она – мы здоровая страна!

