

Утверждаю
И.о. ректора, проректор по
образовательной деятельности
О.С. Абрамовских
от 07.08.2025 г.

ПЛАН

по реализации Корпоративной модульной программы «Формирование корпоративной практики здорового образа жизни ФГБОУ ВО ЮУГМУ Минздрава России»

1. МОДУЛЬ «ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОЙ СРЕДЫ ОБУЧЕНИЯ И ПРОЖИВАНИЯ»

1. Создание условий для соблюдения рационального режима труда и отдыха сотрудников и обучающихся:

1.1. Обеспечение безопасных и комфортных условий труда и обучения, а также создание условий по формированию «бездымной» среды на территории, в том числе в местах проживания.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Реализация программ оздоровления и продвижения здорового образа жизни среди студентов и сотрудников, включая лекции, тренинги и информационные кампании.	Постоянно	Рачковский К.В. Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю. Тюрина Н.А.
2. Распространение информационных материалов о вреде курения, профилактике зависимостей, наркомании и алкоголизма; духовно-нравственное воспитание и просвещение, а также социально-психологическая адаптация первокурсников. Использование электронных и печатных ресурсов, включая материалы портала «Так здорово».	корпуса университета	Агеева О.В. Зорина И.Г.
3. Организация мероприятий, направленных на мотивацию к отказу от курения и формированию здорового	4-5 мероприятий	Зорина И.Г. Крупко М.С. Егорова М.В.

образа жизни, включая: интерактивные конкурсы и викторины о вреде табака; акции «Скажи нет курению» с участием студентов и сотрудников; творческие выставки и флешмобы, посвящённые отказу от курения; проведение тематических лекций и обсуждений с участием врачей и психологов; поощрение участников программ отказа от курения символическими призами и подарками.		Семенова В.Е. Шумакова О.А.
4. Скрининг работников по вопросам здорового образа жизни с предоставлением персональных рекомендаций.	2-3 раза в год	Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю. Тюрина Н.А.

1.2 Создание условий для снижения распространенности злоупотребления алкоголем.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация информационно-просветительских лекций и круглых столов с участием специалистов, психологов.	Ежеквартально	Зорина И.Г. Тюрина Н.А. Шамурова Ю.Ю. Кузин А.И. Камерер О.В.
2. Распространение печатных и цифровых материалов по теме вреда алкоголя и психоактивных веществ.	Постоянно	Агеева О.В. Шамурова Ю.Ю.
3. Проведение анонимных соцопросов для оценки отношения к алкоголю и выявления группы риска.	1 раз в год	Агеева О.В. Зорина И.Г.
4. Проведение тренингов по психосоциальной поддержке и навыкам отказа от алкоголя.	2 раза в год	Анфимова И.А. Шумакова О.А.

4. Проведение тренингов по психосоциальной поддержке и навыкам отказа от алкоголя.	2 раза в год	Анфимова И.А. Шумакова О.А.
--	--------------	-----------------------------------

1.3 Обеспечение условий, направленных на восстановление трудового потенциала, в том числе и в местах проживания, создание условий по формированию психологически комфортной «дружелюбной» среды.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация ежемесячных психологических тренингов и лекций по управлению стрессом.	Ежемесячно	Шумакова О.А.
2. Формирование волонтерской программы поддержки и наставничества для первокурсников.	Постоянно	Рачковский К.В.
3. Организация «Досок благодарности» и проектов командного взаимодействия.	Постоянно	Коменданты учебных корпусов и общежитий

2.Поддержание условий для повышения доступности медицинской помощи и оздоровление в санатории.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация профилактических медицинских осмотров и диспансеризации сотрудников и студентов.	Не менее 70 %	Олейник Д.В. Поздеева О.Г. Михалева Ю.В.
2. Информационные кампании и беседы о возможностях санаторного лечения и реабилитации.	Постоянно	Михалева Ю.В. Поздеева О.Г.

2. МОДУЛЬ «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»

1. Формирование мотивации и культуры питания.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Проведение ежегодного анкетирования студентов и сотрудников по удовлетворённости организацией и качеством питания.	1 раз в год	Зорина И.Г. Семенова В.Е. Тюрина Н.А.
2. Методическое сопровождение работы по вопросам здорового питания: консультации диетологов, обновление методических материалов по питанию.	Постоянно	Кузин А.И. Агеева О.В. Поздеева О.Г. Камерер О.В.
3. Организация и проведение конкурсов, викторин, кулинарных мастер-классов и челленджей по теме здорового питания для студентов и сотрудников.	1-2 раза в год	Зорина И.Г. Пешиков О.В. Крупко М.С. Шамурова Ю.Ю.
4. Организация учебно-методических и научно-образовательных семинаров, вебинаров и круглых столов по вопросам рационального и здорового питания.	2 раза в год	Зав. кафедрами
5. Введение тематических дней «Здорового питания».	2–3 раза в год	Камерер О.В.
6. Организация практических занятий и лекций с приглашением экспертов в нутрициологии и спортивного питания	1–2 раза в год	Камерер О.В. Шамурова Ю.Ю. Кузин А.И.
7. Анкетирование по вопросам потребления йодсодержащих продуктов в университете.	1–2 раза в год	Камерер О.В. Кузин А.И.

2. Оказание содействия в организации здорового питания в Университете.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Обеспечение комфортных пунктов приема пищи (кафе, буфеты), обновление ассортимента с акцентом на здоровую еду.	Морфокорпус, общежития	Рачковский К.В.

2. Модернизация оборудования: закупка удобных столов и стульев.	В помещениях университета	Кривохижин Н.В.
3. Установка дополнительных водораздатчиков (водороботов) с чистой питьевой водой в коридорах и зонах отдыха.	В помещениях университета	Кривохижин Н.В.

3. Формирование принципов и повышение уровня информированности в вопросах здорового питания.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Подготовка и издание научно-методических материалов (буклеты, рекомендации) по основам здорового питания.	1 раз в год	Агеева О.В. Кузин А.И. Зорина И.Г. Камерер О.В.
2. Постоянное распространение печатной продукции и информационных материалов в учебных корпусах и общежитиях.	Постоянно	Агеева О.В. Макарова В.В. Зорина И.Г.
3. Ведение активного информационного сопровождения в социальных сетях: публикация видеороликов, интервью с диетологами и экспертами.	Постоянно	Самкова Ю.И.
4. Регулярное консультирование по диетологии и проведение групповых занятий для сотрудников и студентов.	Постоянно	Кузин А.И. Камерер О.В.
5. Участие сотрудников и преподавателей с докладами на научных конференциях по вопросам рационального питания.	Постоянно	Кузин А.И. Камерер О.В. Макарова В.В. Зорина И.Г.

3. МОДУЛЬ «ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ – НОРМА ЖИЗНИ»

1. Формирование у обучающихся и работников университета осознанного отношения к занятиям физическими упражнениями и спортом.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Регулярное освещение тем рациональной двигательной активности и здорового образа жизни в СМИ, на корпоративных порталах и социальных сетях университета.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
2. Организация и проведение мотивационных кампаний, челленджей и интерактивных мероприятий по продвижению физкультуры и спорта.	4 раза в год	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
3. Развитие волонтерского движения спортивной направленности, создание команд поддержки и помощников в организации спортивных мероприятий.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г.
4. Проведение ежегодного анкетирования сотрудников и студентов для выявления уровня двигательной активности и потребностей.	1 раз в год	Кинсфатор В.Г. Зорина И.Г. Тюрина Н.А.
5. Внедрение регулярных онлайн-сессий и видеороликов по вопросам двигательной активности.	Постоянно	Самкова Ю.И.

2. Оказание содействия спортивному клубу университета в организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Аренда и координация спортивных площадок и бассейна для тренировок и соревнований.	Постоянно, по договору	Колупаев В.А.
2. Приобретение и обновление спортивного инвентаря, оборудования, спортивной формы.	По договору	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.

3. Организация и оснащение тренажёрных залов, и фитнес-зон в общежитиях и учебных корпусах.	В течение года	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
4. Постоянное взаимодействие с внешними партнёрами по линии спорта, обмен опытом и совместная организация мероприятий.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
5. Внедрение тренировок на свежем воздухе, workout-площадок и велодорожек на территории университета.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.

3. Вовлечение работников и обучающихся университета в систематические занятия физической культурой и спортом.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответствен ное лицо
1. Организация и проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, включая турниры, спортивные праздники и Дни здоровья.	5-6 раз в год	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
2. Вовлечение коллектива в подготовку и сдачу нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.	1-2 раза в год	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
3. Системное взаимодействие со спортивным клубом и кафедрой физической культуры для организации тренировок, консультаций и мероприятий.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
4. Организация корпоративных спортивных лиг и турниров (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис и др.) с призами и наградами.	В течение года	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.

4. МОДУЛЬ «ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ»

1. Формирование мотивации к информированию по вопросам эпидемиологии и профилактики инфекционной заболеваемости (грипп, ОРВИ, коронавирусная инфекция).

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация интерактивной Недели здоровья с мастер-классами, квестами и викторинами по профилактике гриппа, ОРВИ и COVID-19.	1 раз в год	Зорина И.Г. Конькова-Рейдман А.Б. Шамурова Ю.Ю. Крупко М.С. Шумакова О.А.
2. Создание и публикация видеоматериалов и подкастов с врачами-инфекционистами на корпоративных ресурсах.	Постоянно	Конькова-Рейдман А.Б. Миронов И.Л.
3. Акция «Стоп-инфекция» с флешмобами и публичным отчётом по вакцинации.	Постоянно	Худякова О.Ю. Зорина И.Г. Крупко М.С. Тюрина Н.А.
4. Организация учебно-методических и научно-практических мероприятий по вопросам профилактики инфекционных заболеваний.	1 раз в год (с учетом эпид. ситуации)	Миронов И.Л. Конькова-Рейдман А.Б. Лучинина С.В.

2. Формирование правовой грамотности в области специфической профилактики инфекционных болезней.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Обновлённый дайджест с законодательством и памятками алгоритмов действий при контакте с инфекционными больными.	1-2 раза в год	Самкова Ю.И. Конькова-Рейдман А.Б. Лучинина С.В.

3. Повышение уровня информированности по инфекционным социально-значимым заболеваниям (ВИЧ-инфекция, гепатиты, туберкулез, ЗППП).

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Серия инфороликов «Один день без риска» о безопасности и личном опыте борьбы с инфекциями.	Постоянно	Лучинина С.В. Конькова-Рейдман А.Б.
2. Экспресс-тестирование на ВИЧ, гепатит и туберкулёз в дни профилактики на базе медпункта.	2 раза в год	Радзиховская М.В. Поздеева О.Г.
3. Обучающие видеолекции и вебинары с записью на темы профилактики инфекций.	Постоянно	Радзиховская М.В. Агеева О.В.

5. МОДУЛЬ «ПРОФИЛАКТИКА ХРОНИЧЕСКИХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ»

1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

1.1. Изучение методов профилактики, выявления и коррекции факторов риска ХНИЗ и полипатий.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Анализ и обновление образовательных программ кафедр по профилактике хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ) и формированию здорового образа жизни с учётом факторов риска: питание, физическая активность, стресс, курение, алкоголь, артериальная гипертензия, ожирение, нарушение углеводного обмена.	1 раз в год (по мере необходимости)	Шамурова Ю.Ю.
2. Создание и поддержка системного электронного каталога и сетевых образовательных программ по профилактике ХНИЗ.	Постоянно	Агеева О.В. Шамурова Ю.Ю.

3. Вовлечение студентов, ординаторов и молодых специалистов в образовательный процесс по профилактике ХНИЗ.	Постоянно	Шамурова Ю.Ю. Зорина И.Г. Кузин А.И.
4. Методическое сопровождение и развитие программы ВДВ «Виртуальный кабинет (Отделение профилактики)», обучение и поддержка пользователей.	Постоянно	Шамурова Ю.Ю. Зорина И.Г.

1.2. Ознакомление с наиболее частыми формами сочетанных заболеваний внутренних органов и изучение основ диспансеризации населения с ХНИЗ и лиц с высоким риском их развития.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Комплексное обучение по междисциплинарным программам по ХНИЗ и диспансеризации для студентов лечебного факультета и ординаторов.	Постоянно	Шамурова Ю.Ю. Сотрудники кафедр

1.3. Развитие навыков просветительской деятельности, касающейся факторов риска ХНИЗ и сочетанных форм заболеваний.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Проведение конкурсов профессионального мастерства для студентов и ординаторов на темы факторов риска ХНИЗ, профилактики заболеваний и социально значимых патологий.	1 раз в год	Агеева О.В. Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю. Тюрина Н.А.
2. Организация регулярных тренингов на ВДВ для обучающихся 4 курса лечебного факультета с разработкой видеоматериалов по профилактике ХНИЗ, обучение вопросам ЗОЖ иностранных студентов 4-6 курса лечебного факультета.	Постоянно	Шамурова Ю.Ю.

3. Подборка и распространение обучающих видеороликов, презентаций и электронных материалов через внутренние и публичные каналы коммуникации.	1 раз в год	Агеева О.В.
4. Вовлечение студентов университета, колледжа и сотрудников в плановые профилактические мероприятия совместно с региональными органами здравоохранения.	Ежегодно	Агеева О.В.
5. Подготовка и проведение докладов и круглых столов на тему актуальных вопросов диспансеризации и профилактики ХНИЗ в регионе.	В течение года	Агеева О.В. Поздеева О.Г.

2. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

2.1. Диагностика ХНИЗ и их факторов риска среди сотрудников и обучающихся на основе анкетирования и данных профилактических медицинских осмотров.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Анкетирование сотрудников и студентов в рамках профилактических осмотров и диспансеризации с целью выявления факторов риска и ХНИЗ.	1 раз в год	Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю. Тюрина Н.А. Шумакова О.А.
2. Анализ данных обследований, выявление ведущих факторов риска и патологии с разработкой профилактических стратегий.	Постоянно, в рамках учебных программ	Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю.

2.2. Формирование групп здоровья среди сотрудников и обучающихся (здоровые, практически здоровые, больные) и индивидуальных профилактических программ для каждой из указанных групп.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Систематический анализ и предоставление отчётов по результатам обследований студентов.	1 раз в год	Олейник Д.В.
2. Анализ и отчётность по результатам профилактических осмотров сотрудников.	1 раз в год	Олейник Д.В.
3. Разработка и обновление индивидуальных профилактических программ по группам здоровья на основе диагностических данных.	Постоянно	Агеева О.В. Поздеева О.Г.

2.3. Разработка и реализация плана мероприятий по устранению и/или коррекции факторов риска ХНИЗ, выявленных в коллективе у сотрудников и обучающихся.

Название мероприятия	2025-2026 г.г.	Ответственное лицо
1. Проведение «Школы здоровья профессора Кузина» с тематическими лекциями и практическими занятиями.	1 раз в месяц	Кузин А.И.
2. Регулярное групповое профилактическое консультирование с тематическими тренингами.	1 раз в месяц	Кузин А.И. Камерер О.В.
3. Организация углубленных индивидуальных консультаций для сотрудников и обучающихся с хроническими заболеваниями.	По мере необходимости	Шамурова Ю.Ю. Михалева Ю.В.
4. Расширение спортивно-оздоровительных программ: реализация льготных абонементов, организация спортивных состязаний, создание и развитие спортивной базы в университете и лагерях.	Постоянно	Анфимова И.А.

Проректор по молодежной политике
и общественным коммуникациям

К.В.Рачковский

Председатель Комитета

И.Г. Зорина