



Название программы "Политех за ЗОЖ"

Обоснование актуальности. Наша профсоюзная организация на первое место поставила заботу о здоровье работников. Постоянное воздействие различных стрессовых факторов на человека: современный ритм жизни, многозадачность, большой поток информации приводит к появлению хронического стресса, который, в свою очередь, приводит к истощению эмоциональных, энергетических и личностных ресурсов работающего человека, появлению хронических заболеваний сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, кровеносной системы.

Цели и задачи. Основная цель — это популяризация здорового образа жизни работников ИВГПУ, обеспечение всех необходимых условий для поддержания здоровья и физического состояния работников Университета.

Задачи:

- Максимальное вовлечение работников в оздоровительную и спортивно-массовую деятельность;
- Проведение профилактических осмотров и консультаций, способствующих предупреждению возникновения различных заболеваний;
- Популяризация ведения здорового образа жизни;
- Популяризация занятий спортом;
- Сплочение коллектива.

Сроки реализации (не ранее 2015 года)- Реализация проекта началась в 2019 году и осуществляется по настоящее время.

Содержание проекта. Проект «Политех за ЗОЖ» — это комплекс мер и мероприятий, направленных на создание системы поддержки, укрепления и развития здоровья членов Профсоюза и членов их семей. Проект включает в себя следующие направления:

1. Консультации специалистов

2-3 раза в квартал организуются консультации следующих специалистов:

- невролог;
- кардиолог;
- эндокринолог;
- онколог;
- отоларинголог.

2. Еженедельные тренировки

2 раза в неделю (вторник и четверг, в малом зале проводятся тренировки, в 17.15).

Данные тренировки направлены на растяжку, кардионагрузку и силовые упражнения.

3. Массаж

2 раза в год (весной и осенью) организуется проведение оздоровительного массажа профессиональным массажистом (с профсоюзной скидкой).

4. Санаторно-курортное лечение

Санаторно-курортное лечение у членов Профсоюза и членов их семей неизменно является одним из популярных способов восстановления здоровья. Ежегодно по льготным путёвкам члены Профсоюза активно оздоравливаются в санаториях Ивановской области с профсоюзной скидкой по программе лояльности (при стоимости в сутки от 1500 до 1900 руб.), в других санатории скидка варьируется от 10 до 20 %. По программе Профкурорт с 20 % скидкой. Пользуются спросом и санатории по бесплатным путевкам в рамках госзадания.

5. Спортивные мероприятия

Каждый год проводятся спортивные мероприятия, а именно спартакиада среди студентов и работников университета.

6. Обучение профактива

Особое место в рамках проекта отдаётся повышению квалификации профсоюзных лидеров и обучению профактива. В 2020 году профактив прошел повышение квалификации

по программе «Профессиональный антистресс», эта программа направлена на восстановление и улучшение эмоционального состояния организма, снятие нервного напряжения, повышение стрессоустойчивости.

География, категории и количество участников.

Проект реализуется в г. Иваново Ивановской области, на территории ФГБОУ ВО «Ивановский государственный политехнический университет (ИВГПУ)». В реализации проекта задействованы работники ИВГПУ (преподаватели и сотрудники Университета), состоящие на учёте в Первичной профсоюзной организации работников федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования "Ивановский государственный политехнический университет" Общероссийского Профсоюза образования и количеством участников 300 человек. В Проект вовлечены 100% членов первичной профсоюзной организации.

Организационное обеспечение проекта (приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции и т.д.). Организационное и ресурсное обеспечение Проекта осуществляется с использованием имущественного комплекса ФГБОУ ВО "ИВГПУ". Для занятий спортом на территории университета имеются Спортивный комплекс ИВГПУ, который включает в себя: физкультурный зал (г. Иваново, Шереметевский пр., 21), площадь 158,7 м², спортивный зал (г. Иваново, Шереметевский пр., 21), площадь 651,6 м², спортивный зал (г. Иваново, ул. Профессиональная, 39), площадь 615,9 м², тренировочный зал (г. Иваново, ул. Профессиональная, 39), площадь 99,4 м², спортивный зал (Ивановская обл., г. Вичуга, ул. Покровского, 6), площадь 147,6 м², стадион на открытом воздухе (г. Иваново, ул. Профессиональная, 39). Между ППО работников ИВГПУ и водно-оздоровительным клубом "Фундамент Здоровья" заключены договора на оказание услуг по предоставлению права на посещение бассейна (сауна, хамам, джакузи) 20x7 м. Между ППО работников ИВГПУ заключены договора о сотрудничестве с Кардиологическим диспансером, Клиникой Светодар, Центром здоровья, Клиникой Медстрим по проведению консультаций специалистами (Кардиолог, отоларинголог, невролог, онколог, эндокринолог). Организационное обеспечение включает в себя следующие направления расходов:

- приобретение абонементов в бассейн;
- организация и проведение тренировок (2 раза в неделю);
- организация консультаций специалистами (1 раз в месяц);
- организация и проведение оздоровительного массажа;
- организация и направление работников в санатории Ивановской области и другие регионы (по бесплатным и льготным путевкам);
- организация и проведение спортивных мероприятий (спартакиады, дни здоровья и т.п.);
- призовой фонд мероприятий (дипломы, сертификаты, памятные сувениры).

План реализации проекта (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т.д.): в ходе реализации Проекта задействованы материально-технические и кадровые возможности структур и учреждений, являющихся социальными партнерами ФГБОУ ВО «ИВГПУ», которые выступают в Проекте как соисполнители:

- Центр здоровья «Кардиологический диспансер» и клиника «Медстрим» имеют набор необходимых помещений, оборудованных специальной медицинской техникой, штат профессионально подготовленных медицинских работников, что позволяет обеспечить проведение медицинских обследований на различных этапах реализации Проекта.

- Водно-оздоровительный клуб "Фундамент Здоровья" оснащён современной спортивной базой, оборудованием и инвентарем, предоставляют преподавателям и сотрудникам Университета льготные абонементы на занятия в бассейне и тренажерных залах, а также групповые тренировки.

- Санатории Ивановской и других областей имеют лечебную базу и квалифицированных специалистов, необходимых для оздоровления работников.

- При реализации Проекта выстраивается сотрудничество с Ивановской областной профсоюзной организацией и региональным союзом «Ивановское областное объединение

организаций профсоюзов» (ИОООП), в которых собраны единомышленники, увлеченные идеей здорового и активного образа жизни.

Источники финансирования проекта:

Проект финансируется за счёт средств федерального бюджета в рамках государственного задания, внебюджетных средства Университета, средств Первичной профсоюзной организации работников ИВГПУ Общероссийского Профсоюза образования, пожертвований и предоставления скидок партнёрами. В ближайшее время планируется привлечь дополнительные средства из других источников, в частности, новых социальных партнёров.

Основные результаты:

1. В ППО работников создана и развивается система мер по сбережению и укреплению физического, психологического состояния работников отрасли.
2. Количество участников программы ежегодно увеличивается.
3. Развиваются новые подпрограммы.
4. Укрепляется взаимодействие с социальными партнерами - представителями органов исполнительной власти Ивановской области, руководителями образовательных организаций, представителями бизнеса и коммерческих организаций.

Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект: на данный момент проект уже показал свою актуальность и соответствие поставленным задачам. В рамках дальнейшего развития проекта планируется:

- расширить перечень специалистов, проводящих консультации;
- расширить перечень видов спорта, представленных на спортивных соревнованиях;
- привлечь большее количество работников, занимающихся в спортивном комплексе;
- разработать комплекс производственной гимнастики для работников ИВГПУ.

Данный опыт может быть использован в других организациях высшего образования, так как не требует никаких специфических навыков или ресурсов.

Ссылки на публикации (интернет-ресурс (сайт) или группу в социальной сети), где можно ознакомиться с публикациями и ходом реализации проекта.

https://vk.com/album-166515133_293473160



**Щербакова Наталья
Александровна**

Всем сотрудникам, НАШ ПРОФСОЮЗ

12 апреля 21:04



АБОНЕМЕНТЫ В БАССЕЙН ДЛЯ ЧЛЕНОВ ПРОФСОЮЗА

Уважаемые преподаватели и сотрудники Университета!

Профком с заботой о Вашем здоровье, предлагает Вам абонементы в [«DORSOCLUB»](#) Водно-оздоровительный клуб "Фундамент Здоровья", расположенный по адресу: г. Иваново, ул. Фрунзе, 5а.

В вашем распоряжении полный комплекс спортивно-оздоровительных услуг: бассейн 20x7 м, турецкая сауна - хамам, финская сауна, джакузи, групповые тренировки по фитнесу (согласно расписания).

Такого рода отдых поможет избавиться от накопившейся усталости и нейтрализовать стресс.

Длительность сеанса 60 минут.

Стоимость абонемента = 2000 руб. (на 10 посещений). Вид услуги выбираете сами, посещение групповых это будет или бассейна или тренажерного зала!

График работы: Понедельник - Воскресенье
08.00-22.00

Просим Вас оперативно направлять заявки в **Профком Щербаковой Наталье Александровне.** Обращаем внимание, что количество абонементов ограничено!

Приложение №2: Фото

