

**СПб ГКУЗ «Городской центр медицинской профилактики»
ПРЕЙСКУРАНТ ЦЕН**

Модули

«Профилактика поведенческих факторов риска и формирование
приверженности к здоровому образу жизни»
для корпоративной программы учреждений
«Укрепление здоровья на рабочем месте»

МОДУЛЬ «ШКОЛА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ»	
Описание модуля	Стоимость, руб.
<p>Программа школы состоит из 6 занятий продолжительностью от 60 до 90 минут каждое, 1 раз в неделю.</p> <p>Программа школы:</p> <p>Занятие 1. Что такое здоровое питание Занятие 2. Принципы здорового питания Занятие 3. Питание и физическая активность Занятие 4. Правила изменения пищевого поведения Занятие 5. Как покупать продукты для здорового питания Занятие 6. Как готовить здоровую пищу.</p> <p>Занятие включает информационный материал и активные формы обучения, направленные на повышение мотивации к изменению пищевых привычек (вопросы-ответы, обсуждение результатов выполнения домашнего задания, имеющего отношение к теме занятия, обучение практическим навыкам). Все занятия хронометрированы, имеют четкие инструкции по ведению.</p> <p>Занятия проводятся в группе не более 10 – 12 человек.</p>	12 000,00 руб.
МОДУЛЬ «ШКОЛА ПО ОТКАЗУ ОТ КУРЕНИЯ»	
Описание модуля	Стоимость, руб.
<p>Школа предусматривает проведение цикла обучающих групповых занятий по заранее составленному плану и по согласованному графику. Программа школы состоит из 5 занятий продолжительностью от 60 до 90 минут каждое, 1 раз в неделю.</p> <p>Программа школы:</p> <p>Занятие 1. Компьютерное тестирование по оценке статуса курения Занятие 2. Что такое курение. Плюсы и минусы. Занятие 3. Методы и способы отказа от табакокурения. Как избавиться от физической зависимости. Занятие 4. Как избавиться от психологической зависимости. Занятие 5. Профилактика рецидивов. Как не закурить снова.</p> <p>Занятие включает информационный материал и активные формы обучения, направленные на повышение мотивации к отказу от курения (вопросы-ответы, обсуждение результатов выполнения домашнего задания, имеющего отношение к теме занятия, обучение практическим навыкам). Все занятия хронометрированы, имеют четкие инструкции по ведению.</p> <p>Занятия проводятся в группе не более 10 – 12 человек.</p>	10 000,00 руб.

КВЕСТ «ВСЕЙ СЕМЬЕЙ К ЗДОРОВЬЮ»

Описание	Стоимость, руб.
<p>Последнее время большое внимание уделяется вопросам здорового образа жизни и профилактике заболевания как проявление ответственного отношения к своему здоровью. Особенно важно привить эту ответственность детям, у которых еще только формируются принципы образа жизни и которые могут усваивать много новой и интересной информации предоставленной им в интерактивной форме. А если в этот процесс вовлекаются еще и родители, то знания полученные в Музее гигиены могут стать основой здорового образа жизни всей семьи.</p> <p>Длительность: 1 час 30 мин.</p>	
<p>Квест для детей до 16 лет. (зал «История медицины», зал «Профилактика инфекционных заболеваний», зал «Профилактика вредных привычек», зал «Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний», зал «Профилактика стоматологических заболеваний, нарушения слуха, зрения и осанки», зал «Рациональное питание. Физическая активность»).</p> <p>Группа от 1 до 5 чел. Группа от 5 до 10 чел.*</p>	<p>2 500,00 руб. 5 000,00 руб.</p>
<p>Квест для подростков старше 16 лет.</p> <ul style="list-style-type: none">• (зал «История медицины», зал «Профилактика инфекционных заболеваний»,• зал «Профилактика вредных привычек», зал «Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний», зал «Профилактика стоматологических заболеваний, нарушения слуха, зрения и осанки», зал «Рациональное питание. Физическая активность», зал «Профилактика заболеваний» зал «Профилактика ВИЧ/СПИДа и наркомании», зал «Охрана материнства и детства. Репродуктивная функция»).• <p>Группа от 1 до 5 чел. Группа от 5 до 10 чел.*</p>	<p>2 500,00 руб. 5 000,00 руб.</p>
*за каждого дополнительного участника +500,00 руб.	
ПРОВЕДЕНИЕ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ОПРОСА (АНКЕТИРОВАНИЕ)	
Определение поведенческих факторов риска развития неинфекционных заболеваний работников предприятий и организаций.	<p>Стоимость 1 (одной) анкеты – 600,00 руб.</p>

Фомиченко Ю.И., Тел. 246-69-40