

**Забота о
сотрудниках
Волго-
Вятского
банка**



1

Развиваем ментальное здоровье

ЛЕКЦИЯ Ольги Рыбиной Клинический психолог, Бизнес-тренер,

О чем?

1. Эмоциональная поддержка и детей
Цель: обучить техникам работы с собственным состоянием в периоды постоянных изменений
2. Устойчивость сотрудников во времена неопределенности
Цель: обучить выявлять



ЛЕКЦИЯ Сергея Швачкина Психиатр, Психотерапевт, Тренер

О чем?

1. Как снизить тревожность
2. Периметр безопасности
3. Инструменты работы
4. Фокус внимания



Дата

24.03.22 (13.00 – 15.00)

ЛЕКЦИЯ Алексея Стехова Психолог, Педагог, Главный методист Программы по развитию личностного Благотворительного фонда Сбербанка «Вклад в будущее»

О чем?

1. Стратегии совладания (копинг-стратегии)
2. Развитие жизнестойкости
3. Практики позитивной психологии



Даты

05.04.22 (12.00 - 13.00) «Как оставаться жизнестойким и какие стратегии применять»

Май (уточняется) «Практики позитивной психологии»

Здоровый сон



Лекция «Здоровый сон»
Сомнолог и врач-невролог Елена Царёва с лекцией о здоровом сне и его чрезвычайной важности для долгой продуктивной жизни. Зачем мы спим, что происходит с нашим организмом во сне, как сон влияет на работоспособность, чем чреват недосып и т.д.

Доступна в Пульсе



«Наука сна» - видеокурс сомнолога Михаила Полуэктова

Что происходит с нашими нейронами, когда мы спим? Что нарушится в организме, если лишит человека сна? Как сказывается на нас его недостаток и переизбыток? И чем может помочь современная наука тем, кто страдает от нарушений сна?

Доступен в Пульсе

Лекция А.Обуховой «Энергия лидера и команды»

Тренер и консультант по гибким методологиям, Agile Coach, ведущая направления Нейролидерство и Производительность Команд, ScrumTrek (партнер), тренер СберУниверситета.



- Что такое современное лидерство и нейролидерство, механизмы работы мозга
- Почему мы связываем энергию с лидерством

Лекция Е. Гузановой «Нарушение памяти в молодом возрасте и не только»

Врач невролог, к.м.н., доцент кафедры нервных болезней ФГБОУ ВО «Приволжский Исследовательский Медицинский Университет «ПИМУ»

- Как помочь себе сохранить память?
- Повлияла ли пандемия COVID -19 на нашу память?
- Можно ли помочь сохранить память родителям, бабушкам и дедушкам?



2

Делимся опытом

2. Атмосфера в команде-уважение и сотрудничество

Бизнес - завтраки управляющего с лучшими сотрудниками, с новичками



Владимир

Лучшая практика других ТБ

Начинайте рабочий день с позитива: можно провести неформальное утреннее собрание, обсудить текущие задачи и новости Сбера или обменяться новостями из жизни сотрудников. Это позволит лучше узнать членов своей команды — чем они живут, чем интересуются, как проводят свободное время и т. д.

3. Система вознаграждения и льгот



Лучшая практика других ТБ:

Ежеквартально на совместных встречах подразделения отмечайте отличившихся сотрудников, получивших повышенную оценку и рассказывайте суть их достижений. Таким образом, всему подразделению понятно, кого и за что премируют и как можно этого при желании добиться самому. Процесс премирования будет прозрачным и понятным.

4. Признание достижений

Публичное признание

- Доска почета (тематика - хобби);
- Стенд «Лучшая команда»



6. Управление изменениями.

Восприятие и понимание стратегии.

Ориентация на клиента

Открытый диалог с ВСП:



Лучшая практика других ТБ

Введите в своем подразделении практику «Час продукта», на которой рассказывайте о трендах Сбера, бенчмарках, продуктах экосистемы, а также какой вклад ваша команда внесла в ключевые проекты Сбера.

4

Поддерживаем команду

Поддерживающие встречи Председателя, HRD, Управляющих



01 Поддерживающие встречи ТОП команды с руководителями и сотрудниками



02 Выезды ТОП команды и руководителей на территории присутствия Волго-Вятского банка



03 HELP VVB
Дополнительный канал коммуникаций Дирекции по корп.культуре Агафонцева Светлана



04 Памятка руководителю по работе с тревожностью и стрессом



05 Памятки от лаборатории Нейронаук и поведения человека («Как жить в новых обстоятельствах», «Как разговаривать с агрессивным клиентом», «Как разговаривать с подчиненными»)



Не забываем про здоровье и красоту

Поезд здоровья

Пилотный проект в НГОСБ

(г. Нижний Новгород, Дивеево, Арзамас, Кстово, Бор, Дзержинск, Павлово),

Владимирский ГОСБ (Владимир, Ковров, Кольчугино, Муром).



скрининг



красота

Салон красоты



- Стрижки
- Окрашивания
- Маникюр
- Уходовые процедуры

* Цены ниже в 1,5 раза чем в среднем по городу



здоровье

здоровье



Комнаты здоровья

Реализовано в 100% ГОСБ

- Флоатинг
- Гипокситерапия
- Альфакапсула
- Массажные кресла
- Массажная кровать
- Концентратор кислорода
- Нефритовый коврик
- Инверсионный стол



ФОК



сквозное расписание по всем видам спорта

6

Сбербанк для детей и родителей

(для развития детей и настроения команды)

Тренинги для подростков

Управление собой
Где рождаются эмоции?
Тайм менеджмент
Целеполагание
Я за это отвечаю

ЭкоКвиз

Для детей сотрудников ВВБ

День открытых перспектив

Развиваем Soft skills детей

День открытых дверей

Дети сотрудников ВВБ

Детский музыкальный проект

Групповые и индивидуальные занятия с детьми по игре на музыкальных инструментах, вокалу.



- Спортивное мероприятие «Мама, папа, я спортивная семья»

Зарница

Спортивные мероприятия для сотрудников и детей ВВБ

Профориентация «5 шагов осознанного выбора»

Для родителей и подростков ВВБ

Детские мастер-классы Кулинарные матер-классы Цветные пятницы

Для сотрудников и детей ВВБ, пенсионеров.

Проводим время вместе

КиноЧетверг

БУДНИ АППАРАТА

Друзья!

Знаете, что мы будем делать завтра в 17:30?
Вместе пойдем на традиционное - кино по четвергам в наш
актовый зал на 8 этаже.

31 марта смотрим фильм «ВРЕМЯ»



Фильм антиутопия о мире, в котором время – главная валюта.

В ближайшем будущем ген старения отключается в 25 лет, и теперь люди вынуждены зарабатывать каждый следующий день своей жизни.

Один из самых оригинальных и продуманных сюжетов в жанре фантастики.

КИНО ЧЕТВЕРГ

Когда: каждый четверг в 17:30
Где: Актовый зал (8 этаж)

АФИША:

24 марта «СТАЖЕР», 2015 г.

31 марта «ВРЕМЯ», 2011 г.

7 апреля «ДЮНА», 2021 г.

14 апреля «БАТЯ», 2020 г.

21 апреля «ГЛАВНЫЙ ГЕРОЙ», 2021 г.

28 апреля «МАТРИЦА: Воскрешение», 2021 г.

КИНО ЧЕТВЕРГ

Друзья, приглашаем вас в кино!

Мы решили ввести добрую традицию в Аппарате ВВБ и смотреть всем вместе КИНО по четвергам.

Где: 8 этаж, Атовый зал

Когда: Каждый четверг, в 17:30

24 марта смотрим фильм «СТАЖЕР»



Мотивирующий фильм о желании жить.

В старости трудно что-то менять, но главный герой решается на перемены, а его ум и подход к людям заставляют окружающих поверить в себя.

АФИША

АФИША

8

Творчески развиваемся

Организация возможностей развития творческого потенциала сотрудников, а так же увеличение уровня вовлеченности и сплоченности команды ВВБ.

Мастер-классы раскрывают многогранность личности, интересов, увлечений и профессионально значимых черт характера, позволяют переключиться и отдохнуть.



**Студия
звукозаписи**



Мастер-классы

по живописи, сухое валяние из шерсти, новогодние композиции



**Гончарная
мастерская**



Фото-студия

