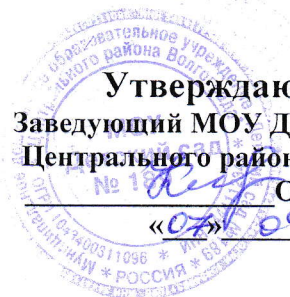


муниципальное дошкольное образовательное учреждение

**«Детский сад № 189 Центрального района Волгограда»**

400066, Волгоград, ул. Краснознаменная д.21: тел.(8442) 33-46-68, e-mail: mou-189@mail.ru

400066, Волгоград, ул.10 Дивизии НКВД,2 тел.(8442 ) 38-66-08; e-mail: mouds111@yandex.ru



**Утверждаю**

Заведующий МОУ Детский сад № 189

Центрального района Волгограда

№ 189 *Кириличева* О.К.Кириличева

«07» 09 2021 г.

Корпоративная программа

укрепления здоровья сотрудников

муниципального дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад № 189 Центрального района Волгограда»

«Здоровье на рабочем месте»

## Пояснительная записка

Одной из приоритетных задач государства в настоящее время является сохранение трудового потенциала и увеличение трудового долголетия работающего населения.

Охрана здоровья работающих становится одной из наиболее важных проблем как предприятий, так и государства в целом: с одной стороны, предприятиям нужны здоровые работники, с другой стороны - состояние здоровья является одной из основных составляющих качества жизни населения.

Низкий уровень здоровья работников приводит к существенным издержкам любого предприятия: пропуски рабочего времени по болезни ведут к прямым потерям производительности, выход на работу нездоровых сотрудников приводит к снижению продуктивности работы и возможности травматизма. Сотрудник с ослабленным здоровьем, подверженный частым инфекционным заболеваниям, оказывает негативное влияние на здоровье и производительность труда работающих рядом с ним.

В связи с этим корпоративные программы укрепления здоровья на рабочем месте за счет изменения поведения и образа жизни работников играют очень большую роль как инвестиции в охрану и поддержание здоровья работников и способны принести позитивные результаты как для работников и работодателей, так и для общества в целом.

Типовая корпоративная программа укрепления здоровья работников «Здоровье на рабочем месте» (далее - Программа) разработана в целях содействия формированию и распространению (продвижению) приоритетов здорового образа жизни в организации, сохранения и укрепления здоровья работников на рабочем месте.

Программа основана на стратегиях Всемирной Организации Здравоохранения по профилактике неинфекционных заболеваний, здоровому образу жизни и направлена на профилактику социально значимых неинфекционных заболеваний (прежде всего сердечно-сосудистых, онкологических), факторами риска развития которых являются нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточный вес, курение, злоупотребление алкоголем.

В целях обеспечения медицинской компоненты Программы предусмотрено участие медицинской сестры МОУ Детского сада или с привлечением при необходимости других медицинских организаций.

Результатом реализации Программы является создание паспорта «Здоровое предприятие» и «Профиля здоровья работника», что даст возможность систематизации показателей здоровья сотрудников, формирования предпосылок повышения мотивации к ведению здорового образа жизни и ответственного отношения к своему здоровью.

еваний, травм и находится в компетенции мер по охране труда.

### Цели Программы:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья работников на рабочем месте;
- формирование приоритетов здорового образа жизни, позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения;
- снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников;

### Задачи Программы:



- выявление и коррекция факторов риска неинфекционных заболеваний (низкая физическая активность, нерациональное питание, избыточный вес, курение, повышенное артериальное давление);
- выявление заболеваний на ранних стадиях;
- организация системной работы по охране здоровья работников (диспансеризация, профилактические медицинские осмотры), проведение оздоровительных и реабилитационных мероприятий;
- разработка мероприятий по профилактике профессиональных заболеваний, контроль профессиональных рисков;
- создание «здоровой» среды на рабочем месте;
- создание информационно-просветительского пространства здорового образа жизни;
- популяризация здорового образа (проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, организация правильного питания, пропагандистские мероприятия, способствующие отказу от вредных привычек и пр.);
- улучшение психологического климата в коллективах.

**Целевые индикаторы Программы:**

- численность работников, принимающих участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
- частота и длительность перерывов в работе по больничным листам;
- доля неболеющих работников в общей численности (индекс здоровья);
- численность работников, приверженных здоровому питанию;

**Сроки реализации Программы:** реализация пилотного проекта Программы - календарный год

**Участники Программы:** работники МОУ Детского сада № 189

**Ожидаемые результаты реализации Программы:**

- внедрение приоритетов здорового образа жизни и ценностного отношения к состоянию своего здоровья;
- создание условий для улучшения физического, психического и социального здоровья работников;
- увеличение численности работников, ведущих здоровый образ жизни;
- снижение заболеваемости (временной нетрудоспособности)

**Основные направления деятельности в рамках реализации Программы**

№ п/п	Направления	Мероприятия
1.	Организационные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Создание рабочей группы по реализации Программы (приложение 1);</li> <li>• Назначение ответственных за реализацию</li> </ul>

		<p>мероприятий Программы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение анализа следующих показателей: <ul style="list-style-type: none"> <li>- временная нетрудоспособность за предыдущий год;</li> <li>- результаты периодических медицинских осмотров сотрудников за предыдущий год</li> </ul> </li> <li>• Разработка и коррекция плана реализации Программы (системы профилактических мероприятий) в организации, в том числе направление к профильным специалистам работников с выявленными в ходе анкетирования проблемами со здоровьем для дальнейшего обследования и, при необходимости, лечения;</li> <li>• Разработка графика реализации мероприятий Программы;</li> </ul> <p>Создание паспорта «Здоровое предприятие (организация)», «Профиля здоровья работника»</p>
2.	<p>Мероприятия по созданию условий для формирования и поддержания здорового образа жизни сотрудников</p>	<p>2.1. Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие «здоровой» производственной среды, «здоровых» рабочих мест;</p> <p>2.2. Создание условий для снижения производственного стресса и сохранения психического здоровья;</p> <p>2.3. Формирование ежеквартального рейтинга работников МОУ по основным этапам реализации Программы;</p> <p>2.5. Формирование итогового рейтинга МОУ Д/С № 189 по результатам реализации Программы.</p>
3.	<p>Мероприятия по повышению информированности сотрудников по вопросам профилактики заболеваний и популяризации здорового образа жизни, формирования мотивации ответственного отношения к своему здоровью</p>	<p><b>Блок 1. «Оцени риски своего здоровья»</b></p> <p>В рамках мероприятия проводится мониторинг поведенческих факторов риска НИЗ (курение, злоупотребление алкоголем, нерациональное питание, низкая физическая активность), влияющих на здоровье сотрудников, путем анкетирования (приложение 2) работников с целью выявления и оценки их распространенности.</p> <p>Анкетирование проводится в 2 этапа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• На 1 этапе мониторинга проводится анкетирование не менее 75% работников на выявление имеющихся факторов риска. Анкеты заполняются в бумажном виде.</li> </ul> <p>По результатам анкетирования формируется выборка основных факторов риска для здоровья работников, корректируется план мероприятий,</p>



направленных на укрепление здоровья работников МОУ.

При необходимости работники с выявленными факторами риска могут быть направлены к профильным специалистам (кардиологу, урологу, эндокринологу) для проведения необходимого обследования и возможного лечения.

2 этап мониторинга - повторное анкетирование работников, участвующих в первом опросе, проводится в конце реализации Программы с целью оценки эффективности проводимых мероприятий Программы.

### **Блок 2. «В движении жизнь свою ведем!»**

В рамках данного мероприятия организуются и проводятся массовые физкультурно-спортивные мероприятия, направленные на повышение двигательной активности работников:

- ежедневная производственная гимнастика,
- зарядка на рабочем месте,
- физкультминутки;
- акции «Неделя физической активности», «Пешком до работы», «На работу на велосипеде» и пр.

Проведение акций и физкультурно-массовых мероприятий сопровождается фото- и видеотчетами, размещаемыми на сайте организации.

В рамках блока проводятся консультативные беседы с привлечением медицинской сестры МОУ.

### **Блок 3. «Здоровое питание - основа процветания!»**

Мероприятие включает 2 направления.

В рамках реализации мероприятий **первого направления** проводится:

- оценка условий питания работников, организации мест для приема пищи сотрудников,
- Проводятся акции «День здорового питания», «Здоровая тарелка», «Витамины для здоровья», конкурсы «Правильный перекус», «Рецепты здорового питания» и т.д.

Мероприятия блока проводятся при координационно-консультативном участии сотрудников мед.сестры МОУ.

### **Блок 4. «Дыши легко»**

В рамках мероприятия проводится оценка соблюдения статьи 12 «Запрет курения табака на отдельных территориях, в помещениях и на

		<p>объектах» Федерального закона от 23.02.2013 № 15-ФЗ (ред. от 29.07.2018) "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака" (запрет на курение в помещениях, на прилегающей территории, наличие запрещающих знаков). Проводятся консультативные беседы с привлечением сотрудников медпункта .</p>
		<p><b>Блок 5. «Управляй стрессом»</b>          Данное мероприятие направлено на обеспечение эффективности деятельности работников МОУ , минимизацию производственных издержек, связанных с негативным влиянием стресса на здоровье сотрудников, противодействие профессиональному выгоранию.          В рамках мероприятия проводятся тренинги, семинары, консультации по управлению конфликтными ситуациями, технологиям выработки эмоциональной устойчивости, способам управления стрессом на эмоциональном и физическом уровне. К организации и проведению мероприятий блока может быть привлечен педагог-психолог , в зоне обслуживания которой находится предприятие.          В рамках мероприятия для сотрудников организуются культурно-досуговые мероприятия, проведение экологических субботников и пр.</p>
		<p><b>Блок 6. «Азбука здоровья»</b>          Мероприятия этого блока направлены на создание информационного пространства о ЗОЖ и включают:          • Создание на сайте МОУ раздела «Мы и ЗОЖ» с размещением информации о ходе реализации Программы;          • Создание Школы ЗОЖ для работников;          • Проведение консультативных бесед по направлениям реализации Программы;          • Ежеквартальный рейтинг работников МОУ по основным этапам реализации Программы;          Итоговый рейтинг МОУ по результатам реализации Программы</p>
4.	Медицинские мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация проведения периодических медицинских осмотров и диспансеризации работников;</li> <li>• Проведение вакцинации работников;</li> <li>• Проведение оздоровительных мероприятий.</li> </ul>