



УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МОУ Детский сад № 100
Д.Н. Матренина
« 14 » 2021 г.

**Корпоративная программа
«Здоровье на рабочем месте»
МОУ Детского сада № 100
Центрального района Волгограда
на 2021 год**

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 организации, в зоне обслуживания которой находится дошкольное учреждение, собственными силами 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.

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;
- улучшение психологического климата в коллективах.

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 мероприятий;
- разработка мероприятий по профилактике профессиональных заболеваний;
- 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.).

Целевые индикаторы Программы:

- численность работников, имеющих поведенческие факторы риска неинфекционных заболеваний, прежде всего болезней сердечно-сосудистой системы и онкологических;
- численность работников, принимающих участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
- численность работников, отказавшихся от курения в ходе реализации Программы;
- численность работников, приверженных здоровому питанию;
- численность работников с избыточной массой тела (ИМТ более 27), снизивших свой вес;

- частота и длительность перерывов в работе по больничным листам;
- доля неболеющих работников в общей численности (индекс здоровья);

Сроки реализации Программы: реализация Программы - календарный год

Участники Программы: работники МОУ Детского сада № 100, медицинская организация, в зоне обслуживания которой находится дошкольное учреждение.

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:

№	Направления	Мероприятия
1	Организационные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> • Создание творческой группы (оргкомитет) по реализации Программы (приложение 1); • Назначение ответственных за реализацию мероприятий Программы; • Проведение анализа следующих показателей: <ul style="list-style-type: none"> - кадровый состав (наличие профессиональных вредностей в зависимости от профиля специальности сотрудника); - временная нетрудоспособность за предыдущий год; - результаты периодических медицинских осмотров сотрудников за предыдущий год • 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; • Разработка графика реализации мероприятий Программы; • Создание паспорта «Здоровое предприятие (организация)», «Профиля здоровья работника»
2	Мероприятия по созданию условий для формирования и поддержания здорового образа жизни сотрудников	<p>2.1.Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие «здоровой» производственной среды, «здоровых» рабочих мест;</p> <p>2.2. Медицинские мероприятия;</p> <p>2.3. Создание условий, способствующих повышению физической активности;</p> <p>2.4. Создание условий для снижения производственного стресса и сохранения психического здоровья;</p> <p>2.5.Реализация коллективного договора по вопросам предоставления социальных гарантий и</p>

		<p>льгот работникам предприятия (организации), организации их досуга и оздоровления;</p> <p>2.6. Формирование ежеквартального рейтинга подразделений и работников предприятия (организации) по основным этапам реализации Программы;</p> <p>2.7. Формирование итогового рейтинга предприятия (организации) 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>Блок 1. «Оцени риски своего здоровья»</p> <p>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"> • На 1 этапе мониторинга проводится анкетирование не менее 75% работников на выявление имеющихся факторов риска. Анкеты заполняются в бумажном виде. По результатам анкетирования формируется выборка основных факторов риска для здоровья работников, корректируется план мероприятий, направленных на укрепление здоровья работников дошкольного учреждения. При необходимости работникам с выявленными факторами риска может быть рекомендовано посещение специалистов (в поликлинике по месту жительства) 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. <p>Блок 2. «В движении жизнь свою ведем!»</p> <p>В рамках данного мероприятия в МОУ организуются и проводятся массовые физкультурно-спортивные мероприятия, направленные на повышение двигательной активности работников:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ежедневная гимнастика, - физкультминутки;

- командные спортивные соревнования (игровые виды спорта - бадминтон, настольный теннис, волейбол.);
- 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: «Неделя здоровья», акция «Физкультура и спорт – альтернатива пагубным привычкам».

В рамках блока проводятся консультативные беседы с привлечением медицинского персонала МОУ,, отделения (кабинета) медицинской профилактики медицинской организации, в зоне обслуживания которой находится дошкольное учреждение.

Блок 3. «Здоровое питание - основа процветания!»

Мероприятие включает 2 направления.

В рамках этого блока в МОУ проводятся акции «День здорового питания», «Здоровая тарелка», «Витамины для здоровья», конкурсы «Правильный перекус», «Рецепты здорового питания», «Питание для долголетия», «Здоровое питание: это сложно или просто» и т.д.

Организация тематических дней, направленных на популяризацию здорового питания: Дни открытых дверей «Разговор о правильном питании», анкетирование «Мои любимые блюда»

Мероприятия блока проводятся при консультативном участии медицинского персонала МОУ,, сотрудников медицинской организации, в зоне обслуживания которой находится дошкольное учреждение.

Блок 4. «Дыши легко»

В рамках мероприятия проводится оценка соблюдения статьи 12 «Запрет курения табака на отдельных территориях, в помещениях и на 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 медицинского персонала МОУ,, отделения (кабинета) медицинской профилактики медицинской организации, в зоне обслуживания которой находится дошкольное учреждение.

Блок 5. «Управляй стрессом»

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

		<p>конфликтными ситуациями, технологиями выработки эмоциональной устойчивости, способам управления стрессом на эмоциональном и физическом уровне. К организации и проведению мероприятий блока привлечен психолог, медицинская сестра.</p> <p>В рамках мероприятия для сотрудников организуются культурно-досуговые мероприятия, выезды на природу, проведение экологических субботников и пр.</p> <p>Блок 6. «Азбука здоровья»</p> <p>Мероприятия этого блока направлены на создание информационного пространства о ЗОЖ и включают:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Создание на сайте дошкольной организации раздела «Мы и ЗОЖ» с размещением информации о ходе реализации Программы; • Проведение консультативных бесед по направлениям реализации Программы; • Проведение индивидуального консультирования по вопросам сохранения физического и психического здоровья. • Ежеквартальный рейтинг работников МОУ по основным этапам реализации Программы; • Итоговый рейтинг предприятия (организации) по результатам реализации Программы
4	Медицинские мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> • Организация проведения периодических медицинских осмотров и диспансеризации работников; • Проведение вакцинации работников; • Проведение оздоровительных мероприятий.

Создание системы мониторинга и оценки эффективности программы

Мониторинг и оценка эффективности программы должна быть с четким определением перечня оцениваемых индикаторов, сроков оценки, методов сбора информации для определения индикаторов, целевых уровней и ответственных. Мероприятия по проведению мониторинга и оценки должны быть включены в план мероприятий.

Показатели результативности и эффективности программы рассматриваются в процентном отношении к общему количеству работников организации. Параметры показателей:

- увеличение числа работников, приверженных здоровому образу жизни (определяется при анкетировании в начале и по истечении определенного срока реализации корпоративной программы, но не менее года);
- улучшение условий труда работников организации;
- повышение производительности труда работников организации;
- увеличение количества работников 1 и 2 групп здоровья;
- снижение показателей временной утраты трудоспособности работников;
- снижение выхода работников на инвалидность;
- снижение финансовых потерь, которые несет организация в результате отсутствия работников по болезни; □ отсутствие (снижение) производственного травматизма и профессиональных заболеваний; □ стабильное психическое состояние работников организации.