

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУК
«Сухобузимская ЦБС»
Н.А. Лобова
«22» сентября 2026г.



СОГЛАСОВАНО:
Председатель Совета трудового
коллектива МБУК «Сухобузимская ЦБС»
Е. А. Конькова
«22» сентября 2026г.

Программа «Укрепление здоровья работающих»

**МБУК «Сухобузимская централизованная
библиотечная система»**

Сухобузимское, 2026 г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа «Укрепление здоровья работающих» сотрудников МБУК «Сухобузимская централизованная библиотечная система»
Разработчик программы	Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Сухобузимская централизованная библиотечная система»
Обоснование разработки программы	Программа по укреплению здоровья сотрудников МБУК «Сухобузимская ЦБС» разработана в рамках регионального проекта «Укрепление общественного здоровья» (национальный проект «Демография»). Программа укрепления здоровья работающих подразумевает под собой комплекс мероприятий, предпринимаемых работодателем для улучшения состояния здоровья работников, улучшения микроклимата в коллективе, в целях профилактики заболеваний, повышения безопасности, производительности и эффективности труда работников. Залогом успешности программы является целостный подход, основанный на определении здоровья не только как отсутствие болезней, но и состояние полного физического, эмоционального, интеллектуального, социального благополучия.
Цель программы	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников через формирование в коллективе установки на здоровый образ жизни, создание условий для укрепления и сохранения здоровья, обучение сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.
Задачи программы	1. Создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников; 2. Создание оптимальных гигиенических, экономических и эргономических условий деятельности сотрудников на их рабочих местах; 3. Проведение информационной компании по формированию представления здорового образа жизни в организации; 4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни, активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни; 5. Содействие прохождению сотрудниками диспансеризации.
Численность участников	- сотрудники учреждения 41 чел (в соответствии со штатным расписанием)
Описание программы	Организационно-методическая работа 1. Организация работы с целью создания необходимых условий и графика занятий для

- сотрудников с заболеваниями;
2. Утверждение и внедрение программы по оздоровлению сотрудников;
 3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни;
 4. Проведение дней здоровья в учреждении;
 5. Тренинги по навыкам ЗОЖ.

Информационно-просветительская работа

1. Организация информирования сотрудников по здоровому образу жизни (лекции, листовки, буклеты по ЗОЖ и т.д.);
2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний, по сохранению и укреплению здоровья;
3. Организация работы по профилактике вредных привычек, социально опасных заболеваний.

Обеспечение безопасных для здоровья условий

1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни;
2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности;
3. Проведение инструктажей по охране труда и технике безопасности;
4. В рамках борьбы с туберкулезом - ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.

Массовая работа по оздоровлению сотрудников

1. Предоставление дней отдыха для прохождения диспансеризации сотрудников в соответствии с ч. 1 ст. 185.1 ТК РФ;
2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.

Охрана труда и создание безопасных условий труда

1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников;
2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности;
3. Проведение специальной оценки условий труда.

Спортивно-массовая работа

1. Проведение в подразделениях физкультурных пятиминуток на рабочем месте, десятиминутных

	комплексов упражнений (гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика и т.п.); 2. Участие сотрудников в массовых спортивных мероприятиях районного и краевого уровня; 3. Организация досуга сотрудников.
Сроки реализации	Постоянно
Ожидаемые результаты	Количественные: 1. Значительное увеличение доли лиц физической активностью; 2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни; 3. Уменьшение числа дней временной нетрудоспособности сотрудников учреждения. Качественные: 1. Снижение заболеваемости сотрудников, сокращение потерь по болезни; 2. Уменьшение количества табакокурящих сотрудников; 3. Увеличение продолжительности жизни и трудовой активности сотрудников; 4. Снижение количества стрессовых конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников.

**План программы укрепления здоровья сотрудников
МБУК «Сухобузимская централизованная библиотечная система»**

№ п/п	Наименование мероприятий	Цель мероприятия	Форма мероприятия	Сроки реализации мероприятий	Ответственный
1.	Информационно - мотивационное просвещение	Формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка информационных сообщений по темам здорового образа жизни	1 раз в квартал	Конькова Е.А.
2.	Профилактика табакокурения	Снижение количества курящих сотрудников	Информирование сотрудников о запрете курения на территории МБУК «Сухобузимской ЦБС», о вреде и рисках, связанных с употреблением табака и мотивирование к отказу от курения.	Постоянно	Егорова А.В.
3.	Инструктаж персонала	Предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа с коллективом	Постоянно	Егорова А.В.
4.	Организация диспансеризации	Раннее выявление болезней и их профилактики	Сбор данных о проведении диспансеризации	постоянно	Романова Е.В.
5.	Санитарно-курортные мероприятия	Реабилитация и восстановительное лечение сотрудников с хроническими заболеваниями	Предоставление путёвок для работников с частичной оплатой	По мере выделения квоты	Лобова Н.А.