

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ
ШКОЛАБОРСА УДЖ КУЗЯ ШОРИН СОДТОД ТОДОМЛУН СЕТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЙ СЪОМКУД УЧРЕЖДЕНИЕ**



УТВЕРЖДАЮ

и.о. директора МБУДО ЦВР

Л.В. Копыткова

Л.В. Копыткова

**Корпоративная программа
здоровья сотрудников
МБУДО Центр внешкольной работы**

г. Инта
Республика Коми
2022 год

Введение

Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» предусматривает решение таких задач, как снижение смертности населения трудоспособного возраста и увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни. Достижение целевых показателей данного проекта только за счет усилий системы здравоохранения невозможно. В ситуации, когда сотрудники, в силу различных причин, не заботятся о своем здоровье, работодатель должен взять функцию управления здоровьем своих работников на себя. Поэтому одним из ведущих направлений проекта «Укрепление общественного здоровья» является «Разработка и внедрение корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте». Реализация данного направления в МБУДО Центр внешкольной работы предусматривает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск социально значимых хронических заболеваний, который повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем).

Связь между состоянием здоровья работающих и условиями их труда очевидна. Меры по укреплению здоровья и созданию здоровых (эргономичных) рабочих мест относятся к ключевым задачам охраны общественного здоровья, которые должны формироваться при сотрудничестве руководства администрации (работодателя), представительного органа работников (профсоюза) и самих работников.

Программа «Корпоративное оздоровление» (далее - Программа) представляет собой комплекс мер, направленных на:

- обеспечение безопасной физической производственной среды, охраны труда;
- профилактику не только профессиональных, но основных хронических заболеваний работников;
- оздоровление психосоциальной среды, повышение личного потенциала работников, уменьшение вреда от нездорового поведения, повышение активности и стремления к сохранению здоровья;
- повышение социальной ответственности руководства для создания условий, способствующих и обеспечивающих возможность укрепления и сохранения здоровья работников.

Для целей настоящей Программы применяются следующие термины и понятия.

Условия труда - совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на работоспособность и здоровье работника.

Вредный производственный фактор - производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его заболеванию.

Опасный производственный фактор - производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его травме.

Безопасные условия труда - условия труда, при которых воздействие на работающих вредных и (или) опасных производственных факторов исключено либо уровни их воздействия не превышают установленных нормативов.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Рабочее место - место, где работник должен находиться или куда ему необходимо прибыть в связи с его работой и которое прямо или косвенно находится под контролем работодателя.

Эргономичное рабочее место - рабочее место, приспособленное для исполнения работником должностных обязанностей, включающее предметы и объекты труда, а также компьютерные программы для наиболее безопасного и эффективного труда работника, исходя из физических и психических особенностей человеческого организма.

Профессиональные заболевания - формы заболеваний, которые возникли в результате воздействия вредных, опасных веществ и производственных факторов. Перечень профессиональных заболеваний утвержден приказом Минздравсоцразвития России от 27.04.2012 № 417п.

Вредная привычка - это многократно повторяющееся действие, отличающееся вредоносностью с позиции общественного блага, окружающих людей или здоровья человека, попавшего под влияние этой привычки. Неизменными свойствами вредной привычки являются автоматизм и «не полезность» действия.

Факторы риска неинфекционных заболеваний - это потенциально опасные для здоровья факторы поведенческого, биологического, генетического, экологического, социального характера, окружающей и производственной среды, повышающие вероятность развития заболеваний, их прогрессирование и неблагоприятный исход. К таким факторам в медицине относят: употребление табака; чрезмерное употребление алкоголя; нерациональное питание; недостаточная физическая активность; повышенное содержание глюкозы в крови/диабет; повышенное кровяное давление; избыточный вес и ожирение; повышенный уровень общего холестерина.

Мониторинг рабочей среды - выявление и оценка факторов среды, которые могут неблагоприятно повлиять на здоровье работников. Он включает оценку санитарных и профессиональных гигиенических условий, факторов организации труда, которые могут создать риск для здоровья работников, средств коллективной и индивидуальной защиты, экспозиции работников опасным агентам и контрольных систем, предназначенных для исключения или ограничения их.

ПРОГРАММА «Корпоративное оздоровление»

Наименование программы	Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников
Обоснование разработки программы	По определению Всемирной организации здравоохранения здоровьем считается - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Сохранение здоровья сотрудника является актуальным приоритетом для государства и отдельного работодателя.
Цель программы	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.
Задачи программы	1. Сформирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек. 2. Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании. 2. Создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации. 3. Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни. 4. Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации. 6. Создание оптимальных гигиенических, эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах. 7. Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей. 8. Обеспечение охраны здоровья трудового коллектива школы. 9. Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания. 10. Повышение производительности труда и конкурентоспособности образовательной организации.
Численность	- сотрудники учреждения
Описание программы	Организационно-методическая работа 1. Организация работы с целью создания необходимых условий и графика занятий для сотрудников. 2. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников. 3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни. 4. Проведение дней здоровья в учреждении. Информационно-просветительская работа 1. Оформление стендов по ЗОЖ. 2. Организация бесед о профилактике различных заболеваний. 3. Организация работы по профилактике вредных привычек, ведущих к опасным заболеваниям.

	Обеспечение безопасных для здоровья условий 1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни. 2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы. 3. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников. Массовая работа по оздоровлению сотрудников 1. Диспансеризация сотрудников. 2. Проведение семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья. 3. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий. Индивидуальная работа 1. Ежегодный медицинский осмотр и проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников 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. Осуществление периодического медицинского осмотра работников. Спортивно-массовая работа 1. Организация работы по различным направлениям (фитнесс, аэробика, командные спортивные игры) на свежем воздухе и в помещении. 2. Организация досуга сотрудников. 3. Участие в городских спортивных мероприятиях.
Сроки реализации программы	Без ограничений
Ожидаемые результаты	<u>Количественные:</u> 1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью; 2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни; 3. Увеличение индекса здоровья сотрудников. <u>Качественные:</u> 1. Уменьшение употребления табака; 2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников; Увеличение работоспособности сотрудников.

Планируемые выгоды от реализации Программы

Выгоды для работников	Выгоды для администрации
1.Снижение риска приобретения хронических заболеваний. 2.Улучшение психоэмоционального состояния. 3.Отказ от вредных привычек. 4.Повышение удовлетворенности от работы. 5.Частая информированность о своем здоровье. 6.Развитие навыков определения заболеваний на ранней стадии. 7.Чувство принадлежности к организации (работник чувствует, что о нем заботятся). 8.Улучшение условий труда.	1. Сокращение прямых расходов на: ✓ компенсационные выплаты за счет средств работодателя, связанные с болезнью работника; ✓ снижение издержек на поиск и подготовку новых кадров в связи с уходом предыдущих (болезнь, смерть). 2. Снижение косвенных издержек, связанных с уменьшением частоты и продолжительности невыхода на работу. 3.Повышение производительности и интенсивности труда. 4.Сокращение текучести кадров. 5. Дополнительная мотивация сотрудников.

**План корпоративной программы по укреплению здоровья
сотрудников в МБУДО Центр внешкольной работы**

№	Направление мероприятий	Цель мероприятия	Форма мероприятия	Сроки реализации мероприятия
1.	Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизации сотрудников	Цель: раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников	1 раз в год Постоянно
2.	Оформление стендов с информацией для ЗОЖ	Цель: формирование у сотрудников желания к ведению здорового образа жизни.	Стенды «О вреде курения», «Скажи нет наркотикам!», «Алкоголь-твой враг», «Здоровое питание: сложно или просто?!», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее»	Постоянно
3.	Профилактика табакокурения	Цель: снижение количества курящих сотрудников	Информирование работников о запрете курения на территории учреждения и в здании.	Постоянно
4.	Культурный досуг сотрудников	Цель: налаживания отношений между сотрудниками	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, День Учителя, День защитников Отечества, Международный женский день и др.)	Согласно датам праздника
5.	Информационно-мотивационное просвещение	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок по темам здорового образа жизни.	1 раз в квартал
6.	Участие в различных спортивных мероприятиях	Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников	Участие сотрудников в выполнении нормативов Всероссийского физкультурного спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	По мере поступления информации
7.	Организация оздоровительных занятий (скандинавская	Цель: повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления	Организация занятий в выходные дни	1 раз в неделю

	ходьба, велопробег, оздоровительный бег, катание на лыжах, гимнастика для профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата, спортивные игры)	сотрудников.		
8.	Инструктаж персонала	Цель: предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа с персоналом	Постоянно