

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА **«Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах».**

Программа укрепления здоровья работников на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития социально значимых хронических заболеваний. Он повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем).

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровье формирующей программы, посредством создания здоровье сберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

I. Цели программы.

1.1 Сохранение и укрепление здоровья работников ГБОУ РК “Алупкинская санаторная школа-интернат” путём поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе, повышение эффективности деятельности всех работников.

1.2 Позитивное изменение отношения работников школы-интерната к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.

1.3 Профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление.

1.4 Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.

1.5 Улучшение психологического климата в коллективе.

II. Задачи программы.

- 2.1 Увеличение продолжительности жизни работников;
- 2.2 Увеличение трудового долголетия работников;
- 2.3 Укрепление здоровья работников;
- 2.4 Обеспечение безопасных и комфортных условий труда;
- 2.5 Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;
- 2.6 Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;
- 2.7 Организация отдыха работников;
- 2.8 Формирование приверженности работников здоровому образу жизни;
- 2.9 Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;
- 2.10 Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;
- 2.11 Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;
- 2.12 Повышение производительности труда и конкурентоспособности предприятия;

III. Перечень направлений, мероприятий и индикаторов по их реализации.

1. СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ И ОПТИМАЛЬНЫХ ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ РАБОТНИКОВ ГБОУ РК «АЛУПКИНСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»			
ЦЕЛЬ: Разработка и реализация системы управления охраной труда. Создание благоприятных санитарно-гигиенических условий труда, улучшение условий труда на рабочих местах, снижение уровня производственного травматизма, обеспечение оптимального режима труда и отдыха.			
Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы

<p>Изменение рабочей среды (повышение комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, мероприятия для профилактики эмоционального выгорания.</p> <p>Охрана и безопасность труда (контроль санитарно-гигиенического состояния условий труда).</p> <p>Предупреждение несчастных случаев (обучение и инструктажи по предотвращению риска получения травмы).</p> <p>Оценка производственных рисков, приводящих к расстройству здоровья (проведение СОУТ на рабочих местах, организация производственного санитарного контроля, утверждение положения о системе управления охраной труда,).</p>	<p>Администрация Специалист по охране труда</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Увеличение количества рабочих мест, на которых улучшены условия труда по результатам СОУТ (подтвержденные результатами СОУТ);</p> <p>Доля рабочих мест, на которых проведена СОУТ (%);</p> <p>Снижение количества несчастных случаев на производстве.</p>
---	---	------------------	--

2. СТРАХОВАНИЕ

ЦЕЛЬ: Обеспечение полного использования услуг, оказываемых в рамках обязательного страхования от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний, пенсионного и добровольного медицинского страхований.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Обязательное социальное страхование (реабилитация и восстановительное лечение).</p> <p>Пенсионное страхование (оплата родовых сертификатов).</p> <p>Добровольное медицинское страхование (расширение соцпакета, включающее амбулаторно-поликлиническую и стационарную медицинскую помощь в ближайших (лучших) медицинских организациях, консультации высококвалифицированных специалистов.</p>	<p>Отдел кадров</p> <p>Медицинские работники</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Увеличение количества использованных услуг по данным видам страхования.</p>

3. МЕДИЦИНСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

ЦЕЛЬ: Обеспечение охвата медицинскими осмотрами работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Ежегодная плановая и целевая вакцинация . Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры. Прохождение ежегодной плановой диспансеризации сотрудниками школы-интерната.</p>	<p>Специалист по кадрам Медицинские работники Специалист по охране труда</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Процент охвата медосмотрами работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда. Снижение заболеваемости среди сотрудников. <input type="checkbox"/> Снижение временной нетрудоспособности сотрудников школы-интерната, %.</p>

4. ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА

ЦЕЛЬ: Соблюдение запрета потребления табака на предприятии.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Установление запрета курения на рабочих местах и на территории школы-интерната; оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и территории знаками, запрещающими курение. Санитарно-просветительная работа (беседы, лекции) по профилактике табакокурения, потребления любых электронных</p>	<p>Администрация Медицинские работники</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Процент курящих сотрудников , %. Повышение мотивации к ведению здорового образа жизни (% от общего количества сотрудников).</p>

сигарет, испарителей и устройств с нагреванием табака.

Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории предприятия информационными материалами о вреде курения.

5. ОТКАЗ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ И ДРУГИХ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

ЦЕЛЬ: Повышение осведомлённости работников школы-интерната о вреде употребления алкоголя и других психоактивных веществ, о рисках, связанных с ними на рабочем месте.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Санитарно-просветительная работа по повышению осведомлённости работников школы-интерната в отношении вреда алкоголя и других психоактивных веществ.</p> <p>Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории предприятия информационными материалами о вреде спиртных напитков.</p> <p>Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.</p> <p>Изменение отношения персонала к употреблению алкоголя, как необходимому атрибуту праздника.</p>	<p>Администрация</p> <p>Медицинские работники</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Рост числа сотрудников с положительным отношением к безалкогольным праздникам.</p> <p>Повышение информированности сотрудников о здоровом образе жизни.</p>

6. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

ЦЕЛЬ: Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Стимулирование участия сотрудников школы-интерната в спортивных мероприятиях (городских</p>	<p>Администрация</p>	<p>Постоянно действующая практика.</p>	<p>Снижение доли работников с низким уровнем физической активности, %;</p>

<p>и республиканских турнирах, соревнованиях, спортивных играх и марафонах). Проведение «Недели физической активности». Организация пользования сотрудниками школы-интерната мобильными приложениями к смартфону «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни».</p>	<p>Профсоюзная организация</p>		<p>Снижение доли работников с низким уровнем тренированности, %.</p>
---	--------------------------------	--	--

7. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

ЦЕЛЬ: Обеспечение сотрудников предприятия в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде. Обеспечить сотрудников в течение рабочего времени возможностью приёма пищи в отдельно отведенном помещении.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде. Обеспечение возможности приёма пищи сотрудниками в отдельно отведенном помещении. Информирование сотрудников школы-интерната на стендах в столовой о пищевой и энергетической ценности блюд, способствующих осознанному выбору; выделение блюд и напитков, соответствующих критериям рациона здорового питания.</p>	<p>Администрация</p>	<p>Постоянно действующая практика.</p>	<p>% сотрудников, имеющих доступ к питьевой воде не далее 50м от рабочего места Охват сотрудников, имеющих возможность приёма пищи в рабочее время, %.</p>

8. СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ. ПОВЫШЕНИЕ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ.

ЦЕЛЬ: Достижение высокого уровня участия работников школы-интернета в программах здорового образа жизни.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
----------------------	---------------------------	------------------	------------

<p>Проведение бесед по популяризации ЗОЖ. Проведение встреч с руководством школы-интерната для обсуждения вопросов и проблем создания благоприятной психоэмоциональной среды).</p> <p>□ Обучение работников и руководителей подразделений школы-интерната практике психоэмоциональной разгрузки на рабочем месте.</p> <p>Формирование у сотрудников навыков профилактики стресса и управления психоэмоциональным состоянием.</p> <p>Проведение «Дня психоэмоционального здоровья».</p>	<p>Администрация</p> <p>Психологи</p>	<p>Постоянно действующая практика.</p> <p>10 октября 2024г.</p>	<p>Уровень удовлетворенности работой ; Уровень текучести персонала.</p>
--	---------------------------------------	---	---

IV. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий Программы:

- 4.1. Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников;
- 4.2. Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- 4.3. Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- 4.4. Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;
- 4.5. Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- 4.6. Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;
- 4.7. Снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание;
- 4.8. Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- 4.9. Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- 4.10. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- 4.11. Профилактика вредных привычек;
- 4.12. Улучшение имиджа организации по мнению работников и повышение их мотивации;

4.13. Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала.

V. Мониторинг реализации программы:

5.1 Мониторинг реализации программы проводится согласно имеющемуся утвержденному плану мероприятий специалистом по кадрам, являющегося членом рабочей группы. Сведения о результатах мониторинга предоставляются руководителю рабочей группы.

5.2 Решения, принятые по результатам внедрения программы доносятся до сотрудников путём размещения информации на стендах, в корпоративных информационных сетях.

VI. Оценка эффективности реализации программы:

6.1 Оценки эффективности реализации программы основывается на основании следующих критериев:

- отзывы работников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой);
- охват работников программой;
- оценка результатов программы по созданию условий для ведения здорового образа жизни;
- оценка достижения результатов программы.

6.2 Краткосрочные индикаторы оцениваются ежемесячно.

6.3 Индикаторы процесса эффективности оценивает и анализирует руководитель рабочей группы с вынесением результатов на обсуждение и принятие мер по их коррекции на совещания рабочей группы по внедрению корпоративной программы не реже, чем раз в шесть месяцев.

6.4 Для дополнительной стимуляции и мотивирования сотрудников школы- интерната к ведению здорового образа жизни учредить звание «Лучшее подразделение по внедрению корпоративной программы».

6.5 Улучшение и коррекция мероприятий Программы с учётом достигнутых результатов.

План мероприятий

	Наименование мероприятия	Дата проведения	Ответственный исполнитель	Отчет об исполнении
1. Организационные мероприятия				
	Анкетирование, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получение общих сведений о состоянии здоровья сотрудников	10.05.2024г.; 10.09.2024г.	Специалист по кадрам Медицинские работники Специалист по охране труда	
	Проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации работников	Август 2024г.; Декабрь 2024г.	Старшая медицинская сестра Специалист по охране труда	
	Оформление «Паспорта здоровья» и личных санитарных книжек работников		Старшая медицинская сестра Специалист по охране труда	
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности				

Организация пользования сотрудниками школы-интерната мобильными приложениями к смартфону «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни».	Постоянно	Администрация Специалист по защите информации	
Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	Постоянно	Руководители подразделений	
Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком». Проведение акции «День без автомобиля»	Каждый квартал 22.09.2024 г.	Администрация Руководители подразделений	
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию			
Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, листовки).	Постоянно	Администрация Руководители подразделений	
День здорового питания, посвященный овощам и фруктам	20.09.2024 г.	Руководители подразделений	
Организация питьевого режима с использованием бутилированной воды.	Постоянно	Администрация	
Беседа на тему: «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»; Беседа на тему: «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд».	Май 2024г. Ноябрь 2024г.	Медицинские работники	
4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением			
Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья.	Постоянно	Администрация	
Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение.	Постоянно	Администрация	
5. Мероприятия, направленные на отказ от употребления алкоголя			

Беседа на тему: «Алкоголь-альтернатива есть: формирование полезных привычек и внимательности к себе, своему здоровью».	Октябрь 2024 г.	Администрация Руководители подразделений	
6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом			
Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки .	До ноября 2024г.	Администрация	
Проведение «Дня психоэмоционального здоровья».	10.10.2024г.	Руководители подразделений	