УТВЕРЖДАЮ

Руководитель

Управления образования

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Г. Максименко

Приказ № 239 от 15 декабря 2022

Корпоративная программа укрепления здоровья

сотрудников Управления образования

администрации Большемуртинского района

пгт. Большая Мурта 2022

Содержание

1. Актуальность
2. Цель программы
3. Задачи программы
4. Основные мероприятия программы
5. Ожидаемые результаты эффективности программы
6. План мероприятий
7. Актуальность

Программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников 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.

Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Ценность физического, психического и социального здоровья каждого сотрудника организации многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По данным исследователей почти 60 0/0 общего бремени болезней обусловлено семью ведущими факторами:

повышенное артериальное давление,

потребление табака,

чрезмерное употребление алкоголя,

повышенное содержание холестерина в крови, 

избыточная масса тела,

низкий уровень потребления фруктов и овощей,

малоподвижный образ жизни.

Система укрепления здоровья сотрудников 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).

Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 г.». Указ предусматривает организацию и развитие системы профилактики профессиональных рисков, которая ориентирована на качественное и своевременное выполнение лечебно-профилактических мероприятий, позволяющих вернуть работников к активной трудовой и социальной деятельности с минимальными повреждениями здоровья, формирование системы мотивации граждан к ведению здорового образа жизни.

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

Личная заинтересованность сотрудников ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

2. Цель программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для работников организации разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе организации, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

Основная цель программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников организации, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

З. Задачи программы

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации являются:

Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.

Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации.

Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.

Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни.

 Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации. 

Проведение для работников профилактических мероприятий.

Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.

Формирование установки на отказ от вредных привычек.

Формирование мотивации на повышение двигательной активности.

 Формирование стрессоустойчивости.

Снижение потребления алкоголя.

Сохранение психологического здоровья и благополучия.

4. Основные мероприятия

**Организационные мероприятия.**

1. Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников.

2. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.

1. Организация контроля над проведением периодических медицинских

осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.

1. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев,

театров, выставок и пр.

1. Создание уголка здоровья.
2. Создание физкультурно-спортивного клуба по месту работы.

**Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках мероприятий физкультурно-спортивного клуба).**

1. Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика.

2. Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах.

3. Участие в программе сдачи норм ГТО.

4. Дни здоровья — проведение акции «На работу пешком»,

«Неделя без автомобиля».

 5. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.

6. Организация культурно-спортивных мероприятий для работников с

участием членов их семей.

**Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию.**

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки).

2. «Чистая вода» на предприятии: оснащение кулерами с питьевой водой.

1. Создание для сотрудников специально оборудованных мест для

приема пищи.

1. Обмен рецептами, поддерживающими здоровое и полезное питание.

**Мероприятия, направленные на борьбу с курением.**

1. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и

на территории знаками запрещающими курение.

1. Проведение мероприятий в День отказа от курения.
2. Оформление мест для курения вне территории предприятия.
3. Оформление мест общего пользования (туалет, коридоры, кабинеты)

детекторами дыма для осуществления контроля за соблюдением запрета курения на предприятии.

**Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя.**

1. Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о

социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.

**Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.**

1. Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом.

5. Ожидаемые результаты эффективности

В результате реализации корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации предполагаются следующие результаты: *Для работников:*

Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.

Увеличение продолжительности жизни.

Возможность получения социального поощрения.

Сокращение затрат на медицинское обслуживание.

Улучшение качества жизни.

*Для работодателей:*

Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов.

Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников.

Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.