


Принята на общем собрании
трудового коллектива
Протокол № 4 от 26 октября 2022 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом директор
от 27 октября 2022 г. № 458-ОД



СОГЛАСОВАНО:

Председатель совета трудового
коллектива


Балобанова О.А.
от 26 октября 2022 г

Корпоративная программа
укрепления здоровья сотрудников
краевого государственного автономного учреждения
социального обслуживания
«Реабилитационный центр для детей и подростков
с ограниченными возможностями» на 2023 год

г. Ачинск, 2022

Содержание

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

1. 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% 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 краевого государственного автономного учреждения социального обслуживания «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями» (далее – КГАУ СО «РЦДПсОВ») разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе учреждения, сохранения здоровья сотрудников на рабочем месте.

Основная цель программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников КГАУ СО «РЦДПсОВ», профилактика заболеваний и снижение потери трудоспособности.

3. Задачи программы

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников КГАУ СО «РЦДПсОВ» являются:

- Формирование системы мотивации сотрудников учреждения 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.
- Создание благоприятных условий в учреждении для ведения здорового и активного образа жизни.
- Содействие прохождению сотрудников профилактических осмотров и диспансеризации.
- Проведение для сотрудников профилактических мероприятий.
- Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности сотрудников на их рабочих местах.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия в коллективе.

4. Основные мероприятия программы

Блок 1. Организационные мероприятия

1. Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.

2. Воспитание у сотрудников более ответственного отношения к своему здоровью.

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

4. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.

5. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.

6. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.

7. Создание уголка здоровья.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности

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

2. Участие коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах.

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

4. Организация культурно-спортивных мероприятий для работников с участием членов их семей.

5. Проведение корпоративной спартакиады по нескольким видам спорта.

Блок 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация лекций, мастер-классов.

2. Проведение среди сотрудников конкурса на лучший рецепт здорового питания, мероприятий направленных на информирование здорового образа жизни.

3. Проведение тематических Дней здорового питания.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением

1. Оценивается соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации.

2. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории предприятия).

3. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах.

4. Контроль за работоспособностью оформленных мест общего пользования (туалеты, лестницы, коридоры) детекторами дыма, для соблюдения запрета курения на предприятии.

Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя

1. Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

1. Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.

2. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.

3. Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи.

4. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, аромотерапия.

5. Формирование у работников таких личностных качеств, как жизнерадостность, стрессоустойчивость, целеустремленность, уверенность в себе на основе стабилизации душевного равновесия, поддержание в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия.

7. Ожидаемые результаты эффективности программы

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

Для работников:

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Увеличение продолжительности жизни.
- Приверженность к ЗОЖ.
- Выявление заболеваний на ранней стадии.

- Возможность получения социального поощрения.
- Сокращение затрат на медицинское обслуживание.
- Улучшение условий труда.
- Улучшение качества жизни.

Для работодателя:

- Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов.
- Повышение производительности труда.
- Сокращение трудопотерь по болезни.
- Снижение текучести кадров.
- Повышение имиджа организации.
- Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников; изменение отношения работников к состоянию своего здоровья.
- Снижение заболеваемости и инвалидизации работников.
- Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.

Для государства:

- Снижение уровня заболеваемости.
- Сокращение дней нетрудоспособности.
- Сокращение смертности.
- Снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью.
- Увеличение национального дохода.

План мероприятий

№	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный исполнитель
1. Организационные мероприятия					
1	Сбор и анализ общих сведений о состоянии здоровья работников.	Анкетирование с целью получение общих сведений о состоянии здоровья работников.	Январь 2023 Декабрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Медицинские сестры: Татарникова Л.В.. Сундукова С.Ю.. Михайлова С.А. Григорьева Л.П. Ашлапова Ю..А.
2	Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.	Проведение первичных, повторных, внеплановых инструктажей на рабочем месте	Июнь 2023 Декабрь 2023 и по мере необходимости	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Специалист по охране труда: Яблущевская Е.А.
3	Проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.	Ежегодный медицинский осмотр, диспансеризации сотрудников	Май-Июнь 2023	КГУЗ «Ачинская межрайонная больница №1»	Заведующий ОДРП: Балобанова О.А.
4	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок	Вакцинация от гриппа, COVID-19» и др	В течение года	КГУЗ «Ачинская межрайонная больница №1»	Заведующий ОДРП: Балобанова О.А.
5	Мониторинг активности сотрудников учреждения в реализации программы	Заполнение и анализ сводной таблицы	В течение года	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заместитель директора: Соболева И.Н.
6	Поощрение работников за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.	По итогам реализации программы награждение самых активных участников грамотами и благодарственными письмами учреждения	Декабрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Директор: Цветков В.О.
7	Создание уголка здоровья	Оформление стенда с	Январь 2023	КГАУ СО	Врач педиатр:

		информацией о здоровом образе жизни		«РЦДПсОВ»	Морозова Е.В.
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках физкультурно-спортивного клуба)					
1	Дыхательная гимнастика	Обучающий мастер - класс	Февраль 2023 Ноябрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Медицинские сестры по массажу: Балайчик Н.А. Гофман Е.А.
2	Производственная гимнастика	Утренний, перед началом работы, десятиминутный комплекс упражнений, который проводится на рабочем месте	Ежедневно в течение года	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Медицинский брат по массажу: Саматов Р.И.
3	Спортивно – развлекательное мероприятие «Шуточные старты»	Мероприятие направлено на развитие командного духа, подвижности, ловкости. В программу включены шуточные спортивные конкурсы и состязания	Апрель 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Социальный педагог: Наумова И.Г. Специалист по социальной работе: Мамедова Л.Б.,
4	Танцевально – спортивный флешмоб «Делай как я»	Спортивное мероприятие под музыку на свежем воздухе	Июль 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заведующий ОДП: Смагина Т.В. Воспитатель ОДП: Стальмакова В.В..
5	Корпоративная спартакиада «Спорт для всех»	Спартакиада по разным видам спорта между сотрудниками структурных подразделений учреждения	Сентябрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заведующий ОДРП: Балобанова О.А. Медицинский брат по массажу: Саматов Р.И.
6	Спортивно – развлекательное мероприятие «Дворовые игры»	Коллективный отдых на свежем воздухе с применением активных дворовых игр.	Май 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Специалист по социальной работе: Мельник Д.А., Социальный

					педагог: Каренгина К.Е
7	Спортивно – туристический конкурс «Веселый турист»	Мероприятие для сотрудников на свежем воздухе с конкурсами на тему туризма	Июль 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заведующий СО: Глазова С.Н.
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию					
1.	Лекция «Здоровое питание»	Информирование работников об основах рациона здорового питания	Февраль 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Врач педиатр: Морозова Е.В.
2.	Лекция «Диета: польза и вред»	Информирование сотрудников о пользе и вреде диет	Ноябрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Врач невролог: Данькова Н.В.
3.	Проведение конкурса среди сотрудников на лучший рецепт: «Твое здоровье – в твоей тарелке!».	Сбор рецептов здорового питания среди сотрудников, с определением трех победителей	Октябрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заведующий ОДРП: Балобанова О.А.
4	Мероприятие «Овощи – фрукты – полезные продукты»	Выставка овощей и фруктов, выращенных сотрудниками с информационным сопровождением о пользе	Август 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Социальный педагог: Наумова И.Г. Социальный педагог: Бадьина О.В.
4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением					
1.	Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения	Размещение информационных бюллетеней в уголке здоровья, на официальном сайте и страницах учреждения в социальных сетях	1 раз в квартал	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заведующий ОДРП: Балобанова О.А.
2.	Проведение лекции «Влияние никотина: изменения в организме при курении»	Информирование сотрудников о вреде курения	Май 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Врач невролог: Данькова Н.В.
3.	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение.	Контроль за выполнением запрета курения в здании и на территории учреждения	В течение года	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заместитель директора: Гучина Е.Г

4.	Оформление мест общего пользования детекторами дыма.	Контроль за работоспособностью установленных в здании учреждения детекторов дыма	В течение года	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Заместитель директора: Гучина Е.Г
5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя					
1	Информирование сотрудников о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	Лекция для сотрудников учреждения о вреде алкоголя	Март 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Врач психиатр: Заславская Н.А.
6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом					
1.	Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями.	Проведение индивидуальных бесед и тренингов с коллективом по анализу конфликтных ситуаций в коллективе, нормализации психологической атмосферы в коллективе	1 раз в квартал	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Врач психиатр: Заславская Н.А.
2.	Изучение психологического климата в коллективе	Проведение диагностического обследования по изучению психологического климата в трудовом коллективе с использованием экспресс – методики О. С. Михайлюка и А. Ю. Шалыто	Январь 2023, Декабрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Педагог – психолог ОППП: Пипина С.С.
3.	Лекция с сотрудниками: «Ароматерапия – влияние на организм, методы применения».	Проведение лекции и сеанса ароматерапии	Ноябрь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Старшая медицинская сестра: Робкас Д.В.
4.	Лекция «Роль фитотерапии в повышении защитных сил организма».	Проведение лекции и сеанса фитотерапии	Июнь 2023	КГАУ СО «РЦДПсОВ»	Старшая медицинская сестра: Робкас Д.В.