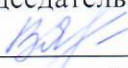


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска «Детский сад № 415»
(МБДОУ д/с № 415)

Согласовано: Председатель ПК  Вяткина Т.А. Протокол № 21 от «18» декабря 2023г.	Утверждаю Заведующий МБДОУ д/с № 415  Сафошкина С.В. Приказ № 87-од, от «22» декабря 2023г.
--	--



Корпоративная программа
по сохранению и укреплению
здоровья сотрудников
МБДОУ д/с № 415

г. Новосибирск, 2023

Паспорт программы

Наименование программы	Корпоративная программа по сохранению и укреплению здоровья сотрудников МБДОУ д/с № 415 (далее – Программа)
Наименование организации, являющейся заказчиком-координатором корпоративной программы	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска «Детский сад № 415» (далее ДОУ)
Разработчик программы	Первичная профсоюзная организация, администрация ДОУ
Нормативная правовая база	<p>Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года N 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года".</p> <p>Указ Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 года».</p> <p>Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями).</p> <p>Федеральный закон N 15-ФЗ от 23 февраля 2013 года "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака"(с изменениями и дополнениями).</p> <p>Паспорт национального проекта "Демография", утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 N 16.</p> <p>Паспорт федерального проекта "Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек", утвержденный протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 24 декабря 2018 года N 16.</p> <p>Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 года N 8 "Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года".</p>
Обоснование разработки программы	<p>Программа разработана в рамках национального проекта «Демография» при реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья».</p> <p>По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье - это состояние полного физического, душевного и</p>

	<p>социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье - неоценимое счастье для каждого человека, условие его активной полноценной и долгой жизни, успешности во всех сферах жизнедеятельности, а также основа для процветания и развития своей страны.</p> <p>Согласно определению ВОЗ, рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний. Система управления рисками (мероприятия по охране труда) является патерналистским инструментом выстраивания системы взаимодействия всех участников, которая пронизывает все уровни взаимодействия: государство-работодатель, работодатель-работник, государство-работник.</p> <p>Корпоративная программа укрепления здоровья (далее - программа) - это инвестиционный проект, участниками которого выступают государство-работодатель-работник, как элемент корпоративной культуры и программы лояльности в системе управления персоналом и достижении конкретных измеримых результатов.</p> <p>По данным Всемирной организации здравоохранения, ведение корпоративных программ, стимулирующих здоровый образ жизни, позволяет компании на 30% минимизировать потери от болезней сотрудников. При этом число пропусков работы по болезни сокращается на 20%, а эффективность работы сотрудника вырастает почти на 10%.</p> <p>Человеческий капитал является одним из ведущих факторов социально-экономического развития, и сохранение здоровья сотрудника является актуальным приоритетом для государства и отдельного работодателя.</p>
--	--

Цель программы	Создание условий для сохранения и укрепления здоровья сотрудников, для снижения распространенности факторов риска, профилактики заболеваний и обучения сотрудников знаниям, умениям, навыкам здорового образа жизни путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, культуры здоровья на основе осознания его ценности.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечить оптимальные гигиенические, экологические, эргономические условия деятельности работников на их рабочих местах, безопасные и комфортные условия труда, способствовать укреплению здоровья работников. 2. Создать условия для снижения факторов риска, предупреждения травматизма и профессиональных заболеваний, снижения уровня заболеваемости, восстановления трудового потенциала работников. 3. Способствовать повышению мотивации сотрудников к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.

	<p>4. Создавать благоприятный социально-психологический климат в коллективе.</p> <p>5. Создавать условия для обеспечения психологической и физической устойчивости работников, профилактики эмоционального выгорания.</p> <p>6. Содействовать прохождению работниками профилактических осмотров, диспансеризации.</p> <p>7. Мотивировать сотрудников к ведению здорового образа жизни посредством проведения информационно-коммуникационной кампании, а также вовлечения граждан и некоммерческих организаций в мероприятия по укреплению общественного здоровья.</p>
Численность	- сотрудники ДООУ - 60 человек
Описание программы	<p>Организационно-методическая работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация работы с целью создания необходимых условий для сотрудников с заболеваниями. 2. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников. 3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни. 4. Проведение дней здоровья в ДООУ. 5. Тренинги по навыкам ЗОЖ. <p>Информационно-просветительская работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация выставок по ЗОЖ. 2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний. 3. Организация работы по профилактики вредных привычек, социально - опасных заболеваний. <p>Обеспечение безопасных для здоровья условий</p> <ol style="list-style-type: none"> 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. <p>Массовая работа по оздоровлению сотрудников</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Диспансеризация сотрудников. 2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья. 3. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий. 4. Санаторно-курортное лечение сотрудников с хроническими заболеваниями. <p>Индивидуальная работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация прохождения периодического медицинского осмотра сотрудников ДООУ, диспансеризации.

	<p>2. Проведение планового, первичного инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников.</p> <p>Охрана труда и создание безопасных условий труда</p> <p>1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.</p> <p>2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.</p> <p>3. Осуществление периодического медицинского осмотра работников.</p> <p>4. Проведение специальной оценки условий труда.</p> <p>Спортивно-массовая работа</p> <p>1. Организация работы по различным направлениям (фитнесс, аэробика, командные спортивные игры).</p> <p>2. Организация досуга сотрудников.</p> <p>3. Участие в массовых спортивных городских мероприятиях.</p>
Сроки реализации программы	Без ограничений
Ожидаемые результаты	<p><u>Количественные:</u></p> <p>1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью.</p> <p>2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни.</p> <p>3. Увеличение индекса здоровья сотрудников.</p> <p><u>Качественные:</u></p> <p>1. Уменьшение употребления табака.</p> <p>2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников.</p> <p>3. Увеличение работоспособности сотрудников.</p>

1. Актуальность

Программа 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,
- подверженность стрессовым ситуациям
- 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 года». 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 здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни. Одной из задач национального проекта «Демография», а также входящих в него федерального и региональных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» является разработка, утверждение в установленном порядке и реализация корпоративных программ по общественному здоровью, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

2. Цель программы: создание условий для сохранения и укрепления здоровья сотрудников, для снижения распространенности факторов риска, профилактики заболеваний и обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, культуры здоровья на основе осознания его ценности.

3. Задачи программы

1. Обеспечить оптимальные гигиенические, экологические, эргономические условия деятельности работников на их рабочих местах, безопасные и комфортные условия труда, способствовать укреплению здоровья работников;
2. Создать условия для снижения факторов риска, предупреждения травматизма и профессиональных заболеваний, снижения уровня заболеваемости, восстановления трудового потенциала работников;
3. Способствовать повышению мотивации сотрудников к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек
4. Создавать благоприятный социально-психологический климат в коллективе;
5. Создавать условия для обеспечения психологической и физической устойчивости работников, профилактики эмоционального выгорания;
6. Содействовать прохождению работниками профилактических осмотров, диспансеризации

4. Основные мероприятия

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.
2. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, взаимодействия с представителями профсоюзной организации, организации соревнований между трудовыми коллективами и пр.
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. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.
5. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.
6. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок и пр.
7. Разработка «Профиля (паспорта) здоровья сотрудника» и «Профиля (паспорта) здоровья организации».

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

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. Проведение соревнований с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников на постоянной основе.
4. Участие в программе сдачи норм ГТО.
5. Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и др.
6. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.
7. Организация культурно-спортивных мероприятий для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых.
8. Организация посещения работниками занятий в группе «Фитнес».
9. Участие работников в спортивных соревнованиях – «Папа, мама, я – спортивная семья».
10. Проведение ежегодной корпоративной спартакиады по нескольким видам спорта.
11. Организация соревнований в обеденное время «Попали в десятку» – дартс.
12. Организация клуба «Скандинавская ходьба».
13. Организация футбольных, волейбольных, баскетбольных команд работников, занятия настольным теннисом.
14. Создание собственных спортивных объектов для занятий спортом, приобретение спортивного инвентаря.

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 образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания.
2. Создание для сотрудников специально оборудованных мест для приема пищи с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.

3. Проведение на конкурсной основе Кампании, направленной на снижение веса, с демонстрацией личного примера. Всем решившимся контролировать свой вес направляются буклеты с рекомендациями по снижению веса, здоровому питанию и физической активности.
4. Проведение еженедельного взвешивания и определение победителей по итогам Кампании. Фото участников до и после Кампании, их истории размещаются на стенде для сотрудников организации.
5. Проведение конкурса здоровых рецептов (сотрудники отправляют куратору рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами).
6. Проведение конкурсов информационных бюллетеней на тему «Здоровый перекус», «Правильная тарелка» и пр.
7. Маркировка блюд и напитков из категории «здоровое питание».
8. Обеспечение продуктов и блюд для здорового питания в ДОУ.
9. Проведение тематических Дней здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

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. Проведение Кампании (конкурсы, соревнования) «Брось курить и победи», призванной помочь сотрудникам отказаться от курения, с определением победителя и награждением.
3. Мотивирование к отказу от курения путем организации возможных здоровых альтернатив вместо перекуров на рабочих местах и в местах общего пользования: проведение акции «Обменяй сигареты на витамины» с обменом сигарет на фрукты (размещение тарелок с фруктами вокруг рабочих зон, в холлах, в местах общего пользования для их потребления вместо перекуров или для разрядки во время работы), оборудование в местах общего пользования, вокруг рабочих зон, в холлах зоны для самостоятельных занятий физическими упражнениями вместо перекуров или для разрядки во время работы.
4. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории предприятия).
5. Проведение мероприятий в День отказа от курения.
6. 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.
7. Оформление мест для курения вне территории предприятия: место для курения должно быть обозначено соответствующим знаком, установлена урна для окурков, размещен плакат о вреде курения, не должно быть оборудовано скамейкой, беседкой или другими атрибутами комфортного времяпровождения.
8. Оформление мест общего пользования (туалеты, лестницы, коридоры) детекторами дыма для осуществления контроля за соблюдением запрета курения на предприятии.
9. Организация кабинета по оказанию помощи курящим сотрудникам в отказе от курения: оборудование помещения для проведения консультаций, назначение медработника ответственного за консультирование о вреде курения, оснащение кабинета необходимыми методическими материалами для медработника.
10. Учредить систему санкций и поощрений.

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.

2. Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.

3. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни.

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, поощрение общения сотрудников друг с другом.

4. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия, фототерапия.

5. Удовлетворение базовых потребностей работника. Чем больше потребностей удовлетворено, тем ниже уровень стресса и выше продуктивность.

6. 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. Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки.

5. Ожидаемые результаты эффективности

В результате реализации корпоративной программы по сохранению и укреплению здоровья сотрудников ДООУ 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 работодателей:

- 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.

5. Мониторинг реализации программы

В ходе реализации программы необходимо проводить мониторинг с целью своевременной коррекции в случае неудовлетворенности работников программой, а также низким охватом работников мероприятиями программы.

6. Оценка эффективности реализации программы

Для оценки эффективности реализации программы могут быть использованы следующие критерии:

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА "ДЕТСКИЙ САД № 415",**
Сафошкина Светлана Владимировна, Заведующий

08.02.24 07:48 (MSK)

Сертификат 5207534DE9A0F1A00BBAF49D7EF1933B