

Утверждаю
И.о. директора МБУ ДО
«Кежемский районный центр
детского творчества»
А. Карпенкова



**Корпоративная программа
по сохранению и укреплению здоровья работников
МБУ ДО «Кежемский районный центр детского творчества»
2024-2027 годы**

Паспорт программы

Программа	Корпоративная программа по сохранению и укреплению здоровья работников МБУ ДО «Кежемский районный центр детского творчества»
Разработчики программы	Администрация МБУ ДО «Кежемский районный центр детского творчества»
Участники программы	Трудовой коллектив МБУ ДО «Кежемский районный центр детского творчества»
Цель программы	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников МБУ ДО «Кежемский районный центр детского творчества», профилактика заболеваний, потери трудоспособности, профессионального выгорания
Задачи программы	1. Позитивное изменение отношения сотрудников к собственному здоровью. 2. Формирование системы мотивации сотрудников к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек. 3. Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников, здорового и активного образа жизни. 4. Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации. 5. Формирование стрессоустойчивости 6. Сохранение психологического здоровья и благополучия.
Сроки реализации программы	апрель 2024 года – апрель 2027 года
Ожидаемые результаты	1. Увеличение среди сотрудников количества лиц с умеренной физической активностью. 2. Повышение доступности знаний по основам сохранения и укрепления здоровья. 3. 100% ежегодный охват сотрудников диспансеризацией и профилактическими осмотрами. 4. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости сотрудников.

Введение

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 отсутствия болезней, но и как состояния 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 имеет большое значение. 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.

Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 06.06.2019 N 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 здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

Цель и задачи программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников МБУ ДО «Кежемский районный центр детского творчества», профилактика заболеваний и потери трудоспособности, профессионального выгорания.

Задачи программы:

1. Позитивное изменение отношения сотрудников к собственному здоровью.
2. Формирование системы мотивации сотрудников к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
3. Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников, здорового и активного образа жизни.
4. Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
5. Формирование стрессоустойчивости.
6. Сохранение психологического здоровья и благополучия.

Программа направлена на:

- увеличения количества лиц с умеренной физической активностью среди сотрудников;
- профилактику вредных привычек;
- повышение доступности знаний по основам сохранения и укрепления здоровья;
- создание безопасных условий труда.

Сроки и этапы реализации программы

Срок реализации программы – 3 года.

Реализация программы рассчитана на период с апреля 2024 по апрель 2027 года.

Практический этап реализации программы

1. Создание безопасных условий труда

Сроки	Мероприятия	Ответственный
Ежегодно	Разработка новых или актуализация действующих нормативных правовых актов по охране труда (положений, инструкций и др.)	Заместители директора по УВР, АХР
Ежегодно	Актуализация уголка по охране труда и технике безопасности	Заместитель директора по АХР
Ежегодно январь, август	Организация предварительных и периодических медицинских осмотров, профилактических медицинских осмотров, психиатрического освидетельствования, содействие прохождению диспансеризации и осмотров в Центрах здоровья сотрудников с целью выявления заболеваний и факторов риска их развития	Директор
Ежегодно	Предоставление условий труда и отдыха в соответствии с законодательством РФ и трудового кодекса	Директор
Ежегодно	Предоставление согласованных с работником оплачиваемых отпусков в соответствии с графиком	Директор, специалист ОК
Ежегодно, по мере необходимости	Предоставление отпусков без содержания в соответствии с Трудовым кодексом	Директор, специалист ОК
Ежегодно	Обеспечение безопасных условий труда в направлении антитеррористической защищенности: пропускной режим, видеонаблюдение, работа ЧОП	Заместитель директора по АХР
Ежегодно	Обеспечение безопасных условий труда в направлении противопожарной безопасности	Заместитель директора по АХР
Сентябрь-октябрь, ежегодно	Контроль проведения СОУТ, исполнения Положения об управлении профессиональными рисками	Директор, заместитель директора по АХР
Ежегодно	Рациональный режим труда и отдыха, расписание учебных занятий, не допускающие перегрузок	Заместители директора по УВР, АХР

2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности, профилактики заболеваний

Сроки	Мероприятия	Ответственный
Июнь, ежегодно	Организация коллективного отдыха на природе	Педагоги-организаторы
Апрель 2024г., далее постоянно	Разработка и проведение десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	Педагоги-организаторы
Февраль, ежегодно	Участие в спартакиаде работников образования	Педагоги-организаторы
Ежемесячно (еженедельно) по графику	Организация посещения бассейна	Педагоги-организаторы
Октябрь, март ежегодно	Организация обучения сотрудников методам сохранения здоровья, профилактики заболеваний: групповое консультирование, тематических лекций с приглашением специалистов здравоохранения. Примерная тематика: «Профилактика заболеваний суставов», «Рациональное питание», «Как сохранить здоровье в мегаполисе», «Профилактика ожирения», «Первая помощь при сосудистых катастрофах», «Компьютер и здоровье» и т.п.	Методисты
Ежегодно	Организация проведения вакцинации работников	Специалист ОК
По мере появления предложений от профсоюза/РУО	Направление работников на санаторно-курортное лечение	Специалист ОК
Август- сентябрь 2024 года, обновление информации ежеквартально	Оформление стенда с размещением информационных материалов по популяризации здорового образа жизни, профилактике заболеваний	Педагоги-организаторы
Январь, ежегодно	Проведение «Единого дня контроля артериального давления» для сотрудников МБУ ДО «Кежемский районный центр детского творчества»	Заместители директора по УВР, АХР

3. Сохранение психологического здоровья работников (профилактика эмоционального выгорания), повышение корпоративной культуры

Сроки	Мероприятия	Ответственный
Ежегодно, по плану методической работы	Обучение сотрудников на курсах повышения квалификации, участие в семинарах, онлайн-лекциях, мастер-классах, тренингах, тематических консультациях по управлению конфликтными ситуациями, технологиям выработки эмоциональной устойчивости, способам управления стрессом на эмоциональном и физическом уровне, предупреждение синдрома эмоционального выгорания	Методисты, педагог-психолог
По запросу	Оказание психологической поддержки, индивидуальное консультирование сотрудников	Педагог-психолог
Постоянно	Поддержание традиций коллектива: корпоративные встречи календарных праздников, торжественные мероприятия, поздравление коллег с профессиональными успехами, днем рождения и юбилейными датами, рождением детей и пр.	Педагоги-организаторы
Постоянно	Участие в городских и районных мероприятиях педагогических работников: КВН, туристический слёт, спартакиада, творческих выставки, концерты и пр.	Педагоги-организаторы

Ожидаемые результаты

1. Увеличение количества сотрудников с физической активностью, ведущих активный образ жизни.
2. Формирование у сотрудников правильного рациона питания.
3. Уменьшение у сотрудников количества вредных привычек.
4. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников.

Показатели эффективности программы

1. Улучшение состояния здоровья членов коллектива (по результатам периодического медицинского осмотра).
2. Уменьшение количества пропусков по болезни.
3. Улучшение психологического климата в коллективе.
4. Осознание ценности своего здоровья и ответственное к нему отношение.