

УТВЕРЖДЕНА
Приказом №__ от __.__.2021г.
Заведующий «МАДОУ № 120»

г. Перми

М.В. Верховланцева



КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА

«Укрепление здоровья работников

МАДОУ «Детский сад № 120»

г. Перми

ПАСПОРТ
корпоративной программы
«Укрепление здоровья работников»
МАДОУ «Детский сад № 120» г. Перми

Исполнители Программы	Руководство ДОУ
Участники Программы	все работники ДОУ
Основание разработки Программы	Программа «Укрепление общественного здоровья города Перми на 2020-2024 годы», разработанной в соответствии с национальным проектом «Демография», федеральными и региональными проектами «Укрепление общественного здоровья» и утвержденной постановлением администрации города Перми от 11.08.2020 № 697....
Основная цель программы	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников МАДОУ «Детский сад № 120» г. Перми путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе, повышение эффективности деятельности всех сотрудников.
Цели Программы	<p>Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.</p> <p>Сохранение и укрепление здоровья работников и профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание.</p> <p>Улучшение психологического климата в коллективах.</p>
Задачи Программы	<p>Формирование системы мотивации работников к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.</p> <p>Создание благоприятной рабочей среды для сохранения психологического здоровья работников (профилактика эмоционального выгорания).</p> <p>Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни.</p> <p>Создание оптимальных гигиенических, эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.</p> <p>Выявление заболеваний на ранних стадиях, контроль за прохождением периодических медицинских осмотров.</p> <p>Проведение для работников профилактических мероприятий.</p>
Анализ показателей здоровья и наличия вредных привычек у работников	<p>Анализ анкет сотрудников ДОУ по вопросам здоровья и здорового образа жизни, проведенный в ноябре 2021 г., показал следующее.</p> <p>В опросе участвовало 88 сотрудников</p> <p>Повышенное артериальное давление бывает:</p> <p>редко - 40 опрошенных;</p> <p>постоянно - 35 опрошенных;</p> <p>никогда - 5 опрошенных;</p> <p>затруднились в ответе - 20 опрошенных.</p> <p>Ответы на вопрос о других заболеваниях распределились следующим</p>

образом:

- болезни сердца - 10
- болезни легких - 16
- женские болезни - 24
- болезни органов пищеварения - 13
- другие - 25
- нет заболеваний - 5

Знают свой уровень холестерина в крови 32 опрошенных, не интересуются своим уровнем холестерина 56 опрошенных.

Знают свой уровень сахара в крови 45 опрошенных, не интересуются своим уровнем сахара в крови 43 опрошенных.

Ответы на вопрос «Какими видами физической активности Вы занимаетесь» распределились следующим образом:

- зарядка - 15
- пешие прогулки - 33
- затрудняются ответить - 40

Физической активностью занимаются не менее 30 минут:

- 5 раз в неделю - 5 опрошенных;
- 4-3 раза в неделю - 12 опрошенных;
- 2-1 раз в неделю - 38 опрошенных;
- редко или никогда - 33 опрошенных.

Отвечая на вопрос о соотношении своего веса и роста, 50% сотрудников сочли, что их вес находится в пределах нормы, избыточным свой вес признали 20% опрошенных; 5% опрошенных считают, что у них пониженный вес, 20% опрошенных затруднились ответить на этот вопрос.

Сильные психоэмоциональные нагрузки в семье:

- испытывают - опрошенных;
- не испытывают - 80%;
- затруднились ответить - 20%.

Сильные психоэмоциональные нагрузки на работе:

- испытывают - 95% опрошенных;
- не испытывают - 5%;
- затруднились ответить - 0%.

Ответы на вопросы о необходимости мероприятий по здоровому образу жизни, представляющих интерес для работников, распределились следующим образом:

- занятия по здоровому питанию и консультации с врачами специалистами - 80%;
- помощь при сильных психоэмоциональных напряжениях (стрессах) - 4%;
- информационные стенды, листовки, брошюры, интерактивные беседы - 11%;
- школа «Похудеть - поздороветь» - 3%;
- измерение индивидуальных факторов риска и консультации по этим вопросам - 2%;

На вопрос «Как Вы считаете, достаточно ли внимания уделяется вопросам укрепления здоровья и профилактики заболеваний в вашей организации» - 65% опрошенных ответили положительно, 20% опрошенных ответили отрицательно, затруднились в ответе 15% опрошенных.

Удовлетворены условиями труда 85% опрошенных, не удовлетворены условиями труда - 5%, затруднились ответить - 10%.

Из всего спектра ответов на вопросы о здоровье и здоровом образе жизни

	<p>можно сделать следующие выводы:</p> <p>1) не все участники опроса знают о состоянии своего здоровья, мало времени уделяют физической активности и, как следствие, многие признали свой вес избыточным;</p> <p>2) участники опроса желают, чтобы с ними проводили занятия по здоровому питанию и организовали консультации с врачами-специалистами;</p> <p>3) уровень здоровья работников не высок, требуется разработка комплекса мероприятий по улучшению здоровья.</p>
<p>Ожидаемый эффект от реализации Программы</p>	<p>Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников, изменение отношения работников к своему здоровью.</p> <p>Снижение заболеваемости работников.</p> <p>Увеличение продолжительности жизни.</p> <p>Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.</p> <p>Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников.</p> <p>Повышение уровня физической грамотности, осознанная потребность в здоровом образе жизни.</p>
<p>Сроки реализации Программы</p>	<p>1 декабря 2021 г. - 31 декабря 2024 г.</p>

Введение

Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» предусматривает решение таких задач, как снижение смертности населения трудоспособного возраста и увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни. Достижение целевых показателей данного проекта только за счет усилий системы здравоохранения невозможно. В ситуации, когда сотрудники, в силу различных причин, не заботятся о своем здоровье, работодатель должен взять функцию управления здоровьем своих работников на себя. Поэтому одним из ведущих направлений проекта «Укрепление общественного здоровья» является «Разработка и внедрение корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте». Реализация данного направления в МАДОУ «Детский сад № 120» г. Перми предусматривает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск социально значимых хронических заболеваний, который повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем).

Связь между состоянием здоровья работающих и условиями их труда очевидна. Меры по укреплению здоровья и созданию здоровых (эргономичных) рабочих мест относятся к ключевым задачам охраны общественного здоровья, которые должны формироваться при сотрудничестве руководства администрации, представительного органа работников (профсоюза) и самих работников.

Корпоративная программа «Укрепление здоровья работающих в ДОУ (далее - Программа) представляет собой комплекс мер, направленных на:

- обеспечение безопасной физической производственной среды, охраны труда;
- профилактику не только профессиональных, но основных хронических заболеваний работников;

- оздоровление психосоциальной среды в ДОУ, повышение личного потенциала работников, уменьшение вреда от нездорового поведения, повышение активности и стремления к сохранению здоровья;

- повышение социальной ответственности руководства ДОУ для создания условий, способствующих и обеспечивающих возможность укрепления и сохранения здоровья работников.

Реализация Программы будет обеспечиваться силами руководства ДОУ.

**План мероприятий по реализации корпоративной программы
«Укрепление здоровья работников»
МАДОУ «Детский сад № 120» г. Пермь
2021-2024 год**

№ п/п	Мероприятия	Финансовое обеспечение Программы	Сроки	Ответственный
Задача 1 «Создание безопасных условий труда, эргономичных (здоровых) рабочих мест, развитие гигиены труда»				
1.	Разработка новых или актуализация действующих нормативных правовых актов по охране труда (положений, инструкций и др.)	Финансирование не требуется	4 квартал ежегодно	Ответственный по ОТ
2.	Проведение анализа результатов периодических медицинских осмотров, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников.	В пределах бюджетной сметы		Ответственный по ОТ
3.	Оформление уголка здоровья			Ответственный по ОТ
4.	Приобретение аптечки для оказания первой доврачебной помощи		По мере необходимости	Завхоз
5.	Проведение инструктажа для персонала, с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которой является производственный травматизм и вредные факторы.	Финансирование не требуется	1 раз в 6 месяцев	Ответственный по ОТ
Задача 2 «Стимулирование отказа работников от вредных привычек, включая потребление алкоголя и нерациональное питание»				
1.	Проведение лекций по основам рациона здорового питания на темы: «Здоровое питание: сложно или просто?!», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин» и др.	Финансирование не требуется	Ежегодно в июне	Заместитель заведующего
2.	Оформление стендов о вреде курения и алкоголя	В пределах бюджетной сметы	1 раз в 6 месяцев	Завхоз
Задача 3 «Повышение физической активности работников, профилактика заболеваний»				
1.	Создание группы «Здоровье»	Финансирование не требуется	Проведение занятий физкультурой и оздоровительной гимнастики в спортивном зале корпус 1 (ул.	Инструктор по ФИЗО

№ п/п	Мероприятия	Финансовое обеспечение Программы	Сроки	Ответственные
			Строителей,14) - вторник, корпус 2,3 (ул. Маяковского,35, 46б) – понедельник. Бассейн – среда.	
2.	Составление списков работников, подлежащих прохождению периодического медицинского осмотра	Финансирование не требуется	Ежегодно по согласованию с поликлиникой	Завхоз
3.	Проведение вакцинации работников (по желанию)	В пределах бюджетной сметы		
Задача 4 «Сохранение психологического здоровья работников (профилактика эмоционального выгорания)»				
1.	Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни (призовой фонд: частичная компенсация путевок, частичная компенсация абонемента в фитнес - клуб/спортзал, в том числе с привлечением профсоюзной организации) и другое.	В пределах бюджетной сметы	По мере необходимости	Заведующий
2.	Проведение тренинга с коллективом по технологиям выработки эмоциональной устойчивости, способам управления стрессом на эмоциональном и физическом уровне, предупреждение синдрома эмоционального выгорания.	Финансирование не требуется	1 раз в квартал	Штатные психологи