

Утверждена приказом
от 18.09.2023 г. № 20

**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА ПО УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ
СОТРУДНИКОВ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ «ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»
МКУ Чесменский Историко-краеведческий музей им. А.Н. Беликова**

название предприятия

Паспорт программы

Наименование программы	Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников на рабочем месте «Здоровье на рабочем месте»
Разработчик программы	МКУ Чесменский историко-краеведческий музей им. А.Н. Беликова
Соисполнители программы	В ГБУЗ «Районная больница с. Чесма» в качестве организации, проводящей диспансеризацию сотрудников
Обоснование разработки программы	План мероприятий федерального (регионального) проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)» национального проекта «Демография»
Цель программы	Укрепление здоровья работников МКУ Музей в условиях трудового процесса и производственной среды, увеличение количества сотрудников, приверженных здоровому образу жизни
Задачи программы	1.Выявление и коррекция факторов риска хронических неинфекционных заболеваний у сотрудников предприятия 2.Создание условий для ведения здорового образа жизни на предприятии, информирование по вопросам здорового образа жизни (регулярного сбалансированного питания, повышение физической активности, отказ от курения, употребления алкогольных напитков, управления стрессом). 3.Создание системы мотивации работников к ведению здорового образа жизни.
Контингент	Сотрудники, охваченные программой: Количество сотрудников - 7, из них мужчин - 1 женщин - 6
Характер профессиональной деятельности группы	Сотрудники музея
Описание программы	Мероприятия, направленные на: - повышение физической активности; - увеличение количества лиц, приверженных здоровому питанию; - борьбу со стрессом
Сроки реализации программы	Сентябрь 2023г. – сентябрь 2024 год
Ожидаемые результаты	Снижение распространенности факторов риска ХНИЗ среди сотрудников; Увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому питанию

	<p>Увеличение доли сотрудников, регулярно занимающихся физической активностью;</p> <p>Снижение числа лиц, подверженных стрессу;</p> <p>Снижение временной нетрудоспособности среди сотрудников (случаев и дней).</p>
<p>Механизм реализации и контроля выполнения мероприятий Программы</p>	<p>Предприятие (организация) принимает решение о реализации программы, создает рабочую группу, формирует паспорт здоровья предприятия, паспорт программы и план мероприятий (приложение № 1), проводит регулярный мониторинг эффективности реализации программы (приложение № 2)</p> <p>ГБУЗ «Районная больница с. Чесма» осуществляет методологическое сопровождение мероприятий, мониторинг реализации программы и оценку эффективности мероприятий.</p> <p>Утверждается паспорт здоровья предприятия (Приложение № 1), план мероприятий и показатели его реализации (Приложение № 2).</p> <p>Программа может изменяться и дополняться на основании предложений, выносимых в результате детального планирования (сбор данных о состоянии здоровья и ресурсах, формирования органа управления), внедрения запланированных мероприятий, мониторинга результатов их реализации.</p>

1. Актуальность

Состояние здоровья является одной из основных составляющих качества жизни населения. Охрана здоровья работников МКУ Чесменский историко-краеведческий музей им. А.Н. Беликова (далее - Учреждение) является из одной из наиболее важных задач, стоящих перед Учреждением.

Низкий уровень здоровья работников приводит к существенным издержкам: пропуски рабочего времени по болезни ведут к прямым потерям производительности, выход на работу нездоровых работников приводит к снижению продуктивности работы и возможности травматизма. Работник с ослабленным здоровьем, подверженный частым инфекционным заболеваниям, оказывает негативное влияние на здоровье и производительность труда, работающих рядом с ним.

В связи с этим корпоративная программа укрепления здоровья на рабочем месте за счет изменения поведения и образа жизни работников играет важную роль как инвестиции в охрану и поддержание здоровья работников и способна принести позитивные результаты, как для работников и работодателей, так и для общества в целом.

Корпоративная программа укрепления здоровья работников «Здоровье на рабочем месте» разработана в целях содействия формированию и распространению (продвижению) приоритетов здорового образа жизни в Учреждении, сохранения и укрепления здоровья работников на рабочем месте.

Программа основана на стратегии по профилактике неинфекционных заболеваний, здоровому образу жизни и направлена на снижение уровня сердечно-сосудистых, а также онкологических заболеваний среди работников, факторами риска развития которых являются нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточный вес, курение, злоупотребление алкоголем.

Целью принятия программы является: создание условий для сохранения и укрепления здоровья работников на рабочем месте; формирование приоритетов здорового образа жизни; позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью; преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения; снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников; улучшение психологического климата в коллективах.

Задачи программы:

- выявление и коррекция факторов риска неинфекционных заболеваний (низкая физическая активность, нерациональное питание, избыточный вес, курение, повышенное артериальное давление);

- разработка мероприятий по профилактике профессиональных заболеваний, контроль профессиональных рисков;

- создание «здоровой» среды на рабочем месте;

- популяризация здорового образа жизни (проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, организация правильного питания, пропагандистские мероприятия, способствующие отказу от вредных привычек и пр.).

Результатом реализации Программы является улучшение показателей здоровья работников Учреждения, формирования предпосылок повышения мотивации к ведению здорового образа жизни и ответственного отношения к своему здоровью.

2. Организационно-методическая работа

2.1 Мероприятия по изучению информированности работников Учреждения по вопросам профилактики заболеваний и популяризации здорового образа жизни, формирования мотивации ответственного отношения к своему здоровью. В рамках мероприятия проводится мониторинг поведенческих факторов риска (курение, злоупотребление алкоголем, нерациональное питание, повышенное содержание холестерина в крови, низкая физическая активность, избыточная масса тела и малоподвижный образ жизни), влияющих на здоровье работников Учреждения, в том числе путем анкетирования работников с целью выявления и оценки их распространенности.

2.2 Мероприятия по воспитанию у работников Учреждения более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, создания условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни, а также условий труда, отвечающим санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.

2.3 Мероприятия по массовому оздоровлению работников путем организации работы по проведению цикла лекций, круглых столов и семинаров, направленных на приобретение работниками Учреждения навыков и знаний направленных на сохранение и укрепление здоровья. Кроме того, - проведение мероприятий направленных на вакцинацию работников и прохождение периодических медицинских осмотров (диспансеризации).

2.4 Мероприятия по предупреждению травматизма и развитию профессиональных заболеваний. В рамках мероприятия проводится работа по организации работы по улучшению условий труда работников, организацией контроля над состоянием труда, техники безопасности и пожарной безопасности. Проведение специальной оценки условий труда, проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых работников.

3. Ожидаемые результаты

- значительное увеличение доли лиц с физической активностью;

- увеличение количества работников Учреждения, ведущих здоровый образ жизни;

- уменьшение употребления табака;

- снижение или отказ от потребления алкоголя;

- снижение веса у лиц страдающих избыточной массой тела;

- формирование культуры здорового питания; - повышение работоспособности и улучшение психического здоровья работников (борьба со стрессом и профессиональным выгоранием);

- формирование положительных, личностных качеств у работников (целеустремленность, стрессоустойчивость, жизнерадостность, уверенность в себе и позитивный настрой и т.п.);

- повышение производительности труда; сокращение уровня заболеваемости;
улучшение условий труда.

Руководитель:



подпись

Александрова Г.С.
(Ф.И.О.)

М.П.

« 18 » сентября 2023.

ПЛАН
корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте сотрудников
«Здоровье на рабочем месте»
МКУ Чесменский Историко-краеведческий музей им. А.Н. Беликова
название предприятия

№ п/п	Мероприятие	Дата и место проведения	Ответственный исполнитель	Отметка о выполнении
1. Организационные мероприятия				
1.1.	Создание рабочей группы в организации по разработке и внедрению корпоративной программы.	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	Сентябрь 2023г.
1.2.	Проведение анкетирования с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников	МКУ Музей	Экскурсовод Сергеева А.И.	Сентябрь 2023г.
1.3.	Анализ анкетирования	МКУ Музей	Экскурсовод Сергеева А.И.	Сентябрь 2023г.
1.4	Анализ результатов диспансеризации и профилактических осмотров	МКУ Музей	Экскурсовод Сергеева А.И.	Сентябрь 2023г.
1.5.	Разработка паспорта здоровья предприятия	МКУ Музей	Коллектив МКУ Музей	Сентябрь 2023г.
1.6.	Разработка паспорта корпоративной программы. Определение приоритетов (направлений) корпоративной программы и показателей эффективности. Составление «Дорожной карты» по достижению целевых показателей на период 2023 -2024 гг.	МКУ Музей	Экскурсовод Сергеева А.И.	Сентябрь 2023г.

1.7.	Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	Постоянно
1.8.	Организация контроля над проведением диспансеризации, профилактических медицинских осмотров и иммунизации сотрудников	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	Постоянно
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности				
2.1.	<i>«Жизнь - это движение!»</i>	МКУ Музей Ледовая арена «Чесма» Территория Чесменского района	Экскурсовод Сергеева А.И.	Сентябрь 2023г.- Сентябрь 2024г.
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию				
3.1	<i>«Здоровое питание – это легко!»</i>	МКУ Музей	Специалист по учету музейных предметов Мельникова С.Ю.	Ноябрь 2023г., Декабрь 2023г., Июнь 2024г., Сентябрь 2024г.
4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением табака				
4.1	<i>«Территория без табака!»</i>	МКУ Музей	Методист Уткина М.А.	Октябрь 2023г., Апрель 2024г.
5. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом				
5.1.	<i>«Управляй стрессом»</i>	МКУ Музей	Экскурсовод Сергеева А.И.	Апрель 2024г., Сентябрь 2024
6. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя				
6.1	<i>«Живи трезво!»</i>	МКУ Музей	Хранитель музейных ценностей Бутяева С.А.	Январь 2024г. Июль 2024г.
7. Мониторинг мероприятий программы (1 раз в полугодие)				
7.1.	Проведение мониторинга и оценка состояния здоровья сотрудников	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 полугодие года
7.2.	Оценка охвата сотрудников и удовлетворенности программой	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 полугодие года

7.3.	Подготовка отчетной документации	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 полугодие года
8. Оценка эффективности программы				
8.1.	Распространенность факторов ХНИЗ среди сотрудников	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 раз в полугодие
8.2.	Доля сотрудников, приверженных здоровому питанию	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 раз в полугодие
8.3.	Доля сотрудников, регулярно занимающихся физической активностью	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 раз в полугодие
8.4.	Доля сотрудников, употребляющих табачные изделия	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 раз в полугодие
8.5.	Доля сотрудников, подверженных стрессу	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 раз в полугодие
8.6.	Доля сотрудников, злоупотребляющих алкоголем	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 раз в полугодие
8.7.	Временная нетрудоспособность сотрудников (количество случаев и дней) за год	МКУ Музей	Директор Полтавская Т.Т.	1 раз в полугодие

**Мониторинг результатов реализации мероприятий корпоративной программы
укрепления здоровья работающих
МКУ Чесменский Историко-краеведческий музей им. А.Н.Беликова
(название организации)**

за _____ полугодие 202_ года

Численность сотрудников всего – мужчин – женщин –
Из них персонал по профессиональным группам:
Рабочие –
Офисные сотрудники –
Технический персонал – , и.т. д.

Таблица №1

№ п/п	Показатель	Абсолютное значение	Процент	
1.	Охват диспансеризацией и профилактическими осмотрами			
2.	Охват вакцинацией против новой коронавирусной инфекцией			
3.	Охват анкетированием по распространенности факторов риска развития ХНИЗ			
4.	Анализ распространенности факторов риска хронических неинфекционных заболеваний			
	Курение			
	Низкая физическая активность			
	Нерациональное питание			
	Стресс			
	Употребление алкоголя			
	Высокий сердечно-сосудистый риск. SCORE			
	Артериальная гипертензия			
	Избыток массы тела, ожирение			
	Наследственный фактор развития ХНИЗ			
	Повышенный холестерин крови			
	Повышенный уровень сахара в крови			

Таблица № 2

№ п/п	Мероприятие	Дата проведения	Ссылка на сайте организации	Число участников
Мероприятие № 1 «Жизнь - это движение!»				
	Коллективные выходы на природу	Сентябрь- Октябрь 2023г./ май 2024г. – август 2024г.		
	Катание на велосипедах	Сентябрь- Октябрь 2023г./ май 2024г. – август 2024г.		
	Посещение ледового катка	Ноябрь 2023г. – Февраль 2024г.		
	Утренние зарядки	Сентябрь 2023г. – Сентябрь 2024г.		
Мероприятие 2 «Здоровое питание – это легко!»				
	Беседы о правильном питании: «Самые полезные продукты», «Что надо есть, если хочешь стать здоровым» и т.д.	Декабрь 2023г. Июнь 2024г.		
	Постепенно меняем рацион. В обеденный перерыв обязательно употребляем мясо, рыбу, фрукты, овощи и фрукты. Пищу сваренную или приготовленную на пару. Предпочтение отдаем медленным углеводам (цельнозерновой хлеб, греча, бурый рис и т.д.). Отказываемся от жирных майонезных соусов, усилителей вкуса, консервантов, химии, полуфабрикатов.	Ноябрь 2023г. Сентябрь 2024г.		
Мероприятие 3 «Территория без табака!»				
	Беседа с сотрудниками	Октябрь 2023г.		
	Беседа с сотрудниками	Апрель 2024г.		
Мероприятие 4 «Управляй стрессом»				
	Упражнения психофизической релаксации	Сентябрь 2023г. Март 2024г.		
	Ароматотерапия	Сентябрь 2023г. – Сентябрь 2024г.		
Мероприятие 5 «Живи трезво!»				
	Беседа с сотрудниками	Январь 2024г.		
	Беседа с сотрудниками	Июль 2024г.		

