




муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска
«Детский сад № 15 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
физического развития детей»

ПРИНЯТА

Решение Общего собрания работников
Протокол № 2 от 15.08.2022

 Председатель
Н.В.Маковская

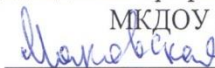
УТВЕРЖДЕНА

Заведующий МКДОУ д/с № 15
В.В.Макарова
Приказ № 62 от 15.08.2022 г.



СОГЛАСОВАНА

Председатель профсоюзной организации
МКДОУ д/с № 15

 Н.В.Маковская

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА
СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ РАБОТНИКОВ
МКДОУ Д/С № 15

«ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ»

г. Новосибирск
2022 год

Оглавление

1. Актуальность	3
2. Нормативно-правовая база	4
3. Цели и задачи, основные направления программы	4
4. Тип корпоративной Программы	5
5. Основные мероприятия Программы	6
5.1. Блок «Наше здоровье – в наших руках»	6
5.2. Блок «Движение – это Жизнь!»	7
5.3. Блок «Правильное питание – основа здоровья и долголетия!»	8
5.4. Блок «Нет вредным привычкам!»	8
5.5. Блок «Управляй стрессом»	9
6. Ожидаемые результаты	9
7. Мониторинг реализации Программы	10
8. Оценка эффективности Программы	10

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.

С января 2019 года в Новосибирской области реализуется региональный проект «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)» национального проекта «Демография», одной из задач которого является разработка и внедрение на территории региона корпоративных программ по укреплению здоровья 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).

Формирование интереса, навыков, а потом и привычки ведения здорового образа жизни сотрудников необходимо начинать с мотивации и осуществлять через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровой среды и здорового образа жизни работников.

2. Нормативно-правовая база

- 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".
- Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации".
- Федеральный закон N 15-ФЗ от 23 февраля 2013 года "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака".
- Паспорт национального проекта "Демография", утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 N 16.
- 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.
- 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".
- Приказ Департамента образования мэрии города Новосибирска №0164-од от 01.03.2022 г «О разработке и реализации корпоративных программ по сохранению и укреплению здоровья работников»

3. Цели и задачи, основные направления программы

Корпоративная программа сохранения и укрепления здоровья работников трудового коллектива МКДОУ д/с № 15 «Формула здоровья» (далее Программа) – это объединение усилий работодателя, администрации, профсоюзной организации и работников учреждения по улучшению здоровья и благополучия работников. Программа учитывает отраслевую специфику, условия труда и комплексное влияние факторов производственного процесса на здоровье работников.

Основные мероприятия Программы направлены на формирование у работников учреждения мотивации к здоровому образу жизни и осознанной потребности в сохранении и укреплении здоровья, на борьбу с факторами риска развития неинфекционных заболеваний – низкую физическую активность, нерациональное питание, избыточную массу тела, вредные привычки (табакокурение, злоупотребление алкоголем).

В комплекс мероприятий также включены меры психологической поддержки, способствующие улучшению атмосферы в коллективе.

Программа определяет цели, задачи и основные направления (разделы Программы) деятельности учреждения в области формирования здорового образа жизни работников, основные мероприятия программы. План мероприятий программы составляется на один учебный год.

Цель Программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе.

Задачи Программы:

1. Создание благоприятной здоровой среды на рабочих местах.
2. Формирование у работников заинтересованности в ведении здорового образа жизни, ценностного отношения к состоянию своего здоровья, улучшение информированности о заболеваниях и мерах их предотвращения.
3. Повышение мотивации к занятиям физкультурной и общеукрепляющей направленности.
4. Разработка и проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих отказу от вредных привычек и выработке навыков ведения здорового образа жизни среди работников.
5. Внедрение в деятельность учреждения комплекса мероприятий, направленных на поддержку инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди сотрудников. В ходе анализа сведений о работниках учреждения (пол, возраст, состояние здоровья, образ жизни и трудовой деятельности), их интересов и предпочтений, были выделены основные направления работы (проектные линии):

- «Наше здоровье – в наших руках». Блок, направленный на формирование культуры здорового образа жизни, формирование мотивации и личной ответственности за сохранение здоровья, медицинской активности работников.

- «Движение – это Жизнь!». Блок, направленный на повышение физической активности сотрудников

- «Правильное питание – залог здоровья и долголетия!». Блок, направленный на интерес и формирование привычки здорового питания.

- «Нет вредным привычкам!». Блок, направленный на борьбу с табакокурением и злоупотреблением алкоголем.

- «Управляй стрессом». Блок, направленный на борьбу со стрессом и профессиональным выгоранием.

4. Тип корпоративной Программы

Программа предполагает охват всего трудового коллектива (около 60 человек), а также возможно привлечение членов их семей.

Программа учитывает основные факторы риска условий труда дошкольного образовательного учреждения:

- повышенное психоэмоциональное напряжение, приводящее к стрессу, эмоциональному выгоранию, психосоматическим и нервно-психическим заболеваниям
- значительная голосовая, зрительная нагрузка при выполнении профессиональных обязанностей
- высокая плотность контактов в условиях современной эпидемиологической обстановки.

Возможно привлечение сторонних лиц и организаций в качестве компетентных специалистов, примера для подражания и т.д.

5. Основные мероприятия Программы

Основными позициями планирования и организации мероприятий Программы являются:

- Анализ показателей здоровья работников по доступным источникам (медицинским заключениями по результатам периодического медицинского осмотра, наличие и количество больничных листов по различным заболеваниям)
- Оценка потребности работников (отношение, информированность, активность).
- Оценка потенциальных ресурсов для реализации программы (кадры, финансы, организационные ресурсы).

Необходимые ресурсы для реализации программы:

Кадровые	Специалисты, которые будут задействованы в работе над программой (администрация, педагоги, активисты профсоюзной организации учреждения)
Финансовые	Средства бюджета (федерального, регионального), внебюджетные источники, средства от профсоюзной организации
Материально-технические	Методические рекомендации, тесты, опросные листы, плакаты, буклеты, спортивное оборудование и др.
Информационные	Информационно-телекоммуникационная сеть «Интернет», мессенджеры, социальные сети, официальный сайт учреждения, телефонная связь

5.1. Блок «Наше здоровье – в наших руках»

Название мероприятия	Срок	Ответственные
Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о	Один раз в год, после проведения проф. осмотра	Администрация, ответственный по охране труда, профсоюзная

Название мероприятия	Срок	Ответственные
состоянии здоровья работников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.		организация
Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.	В течение года	Администрация, ответственный по охране труда, профсоюзная организация
Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.	В течение года	Заведующий ДОУ
Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок и пр.	В течение года	Администрация, профсоюзная организация ДОУ
Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия, фототерапия.	В течение года	Администрация

5.2. Блок «Движение – это Жизнь!»

Название мероприятия	Срок	Ответственные
Информационно-просветительские мероприятия по агитации и распространению опыта активного образа жизни, способствующую повышению двигательной активности работников (лекции, беседы, наглядная агитация и др).	В течение года	Администрация, профсоюзная организация ДОУ
Организация производственной гимнастики для сотрудников Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, йога.	Еженедельно	Музыкальный руководитель

Название мероприятия	Срок	Ответственные
Участие и проведение командно-спортивных, оздоровительных мероприятиях	В течение года	Администрация, профсоюзная организация учреждения
Мероприятия по повышению физической активности среди работников (совместные выезды на природу, пешие прогулки по городу и т.д.)	В течение года	Администрация, профсоюзная организация ДОУ

5.3. Блок «Правильное питание – залог здоровья и долголетия!»

Название мероприятия	Срок	Ответственные
Обеспечение сотрудников в течение рабочего времени возможности приема пищи, соблюдения питьевого режима.	Ежедневно	Администрация
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.	В течение года	Администрация, профсоюзная организация ДОУ
Проведение мероприятий, тематических дней и акций по популяризации принципов здорового питания, организация соревнований, конкурсов рецептов, фотографий блюд среди работников	В течение года	Администрация, работники пищеблока

5.4. Блок «Нет вредным привычкам!»

Название мероприятия	Срок	Ответственные
Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья.	В течение года	Администрация
Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с	В течение года	Администрация, профсоюзная

Название мероприятия	Срок	Ответственные
пропагандой здорового образа жизни.		организация учреждения

5.5. Блок «Управляй стрессом»

Название мероприятия	Срок	Ответственные
Проведение тренингов, консультаций по управлению конфликтными ситуациями, направленных на противодействие эмоциональному выгоранию.	В течение года	Администрация
Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом.	В течение года	Заведующий ДОУ
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.	В течение года	Администрация

6. Ожидаемые результаты от реализации Программы

- ✓ Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников;
- ✓ Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- ✓ Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- ✓ Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;
- ✓ Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- ✓ Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;
- ✓ Снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание;
- ✓ Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- ✓ Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- ✓ Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников

- ✓ Профилактика вредных привычек;
- ✓ Улучшение имиджа организации по мнению работников и повышение их мотивации;
- ✓ Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала.

7. 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.

8. Оценка эффективности Программы

Для оценки эффективности реализации программы могут быть использованы следующие критерии:

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