

**муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования города  
Новосибирска «Центр детского творчества Советского района»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБУДО «ЦДТ Советского района»

А.А. Франц



Корпоративная программа  
«Укрепление здоровья сотрудников на рабочем месте»

Новосибирск, 2022

## Введение.

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), «Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Здоровье - неопределимое 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. По данным ВОЗ, причиной 2/3 случаев преждевременной смерти населения в трудоспособном возрасте являются хронические неинфекционные заболевания, причем основная доля приходится на болезни системы кровообращения, злокачественные новообразования и травмы. Почти 60% общего бремени болезней обусловлены семью ведущими факторами: артериальная гипертония, курение, чрезмерное потребление алкоголя, повышенное содержание холестерина крови, избыточная масса тела, низкий уровень потребления фруктов и овощей, малоподвижный образ жизни. Данные факторы поддаются управлению через систему мероприятий, направленных на формирование ответственного отношения человека к собственному здоровью, повышение мотивации к здоровому образу жизни и ответственности за сохранение собственного здоровья.

Согласно определению ВОЗ, рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний. Корпоративная программа укрепления здоровья на рабочем месте - это объединенные усилия работодателей, работников и органов власти по улучшению здоровья и благополучия людей трудоспособного возраста.

Основные мероприятия программы направлены на формирование у работников организации 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/ожирение, табакокурение, пагубное потребление алкоголя. В комплекс мероприятий включены также меры психологической поддержки, способствующие улучшению атмосферы в коллективе.

**Основной целью** внедрения корпоративной программы по укреплению здоровья работников через комплекс управленческих решений, направленных на создание необходимых условий, способствующих повышению приверженности работников здоровому образу жизни.

### Основные задачи программы:

1. разработка перспективных и увеличение объема существующих оздоровительных мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний работников МБУДО «ЦДТ Советского района»;
2. создание условий для прохождения работниками профилактических осмотров и диспансеризации;
4. популяризация здорового образа жизни;
5. создание психологически комфортных условий труда.

### Перечень мероприятий программы:

1. Создание безопасных условий труда, снижение уровня производственного травматизма, обеспечение оптимального режима труда и отдыха		
Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации
Проведение специальной оценки условий рабочих мест в соответствии с нормативными документами.	Заместитель директора по АХР	Ежегодно
Меры, меняющие рабочую среду (мероприятия по повышению комфорта рабочей среды, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания, пр.)	Директор; Заместитель директора по УВР; Педагог-психолог	В течение всего учебного года

Предупреждение несчастных случаев (обучение и инструктажи по предотвращению риска получения травмы)	Специалист по охране труда; Методист по безопасности	В течение всего учебного года
<b>2. Медицинские, профилактические мероприятия</b>		
<b>Перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки реализации</b>
Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры	Отдел кадров	Ежегодно
Профилактические осмотры (комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов)	Заместитель директора по АХР; Специалист по охране труда;	Ежегодно
Санаторно-курортное лечение (предоставление путевок для сотрудников по результатам профилактических осмотров)	Профсоюз	Ежегодно
Медицинское социальное страхование (страхование от клеща)	Профсоюз	Ежегодно
<b>3. Популяризация здорового образа жизни, сохранение психологического благополучия коллектива</b>		
<b>Перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки реализации</b>
Освещение публикаций, мотивирующих к ведению ЗОЖ, размещенных в социальных сетях, чатах, сайтах трудового коллектива	Заместитель директора по УВР; Заведующие учебных отделений;	В течение всего учебного года
Проведение психолого-педагогической диагностики «Эмоциональное выгорание педагога»	Педагог-психолог	В конце учебного года
Обеспечение сотрудников регламентированными перерывами для приема пищи и отдыха в течение рабочего дня	Директор; Заместитель директора по УВР; Заместитель директора по АХР; Специалист по охране труда; Заведующие учебных отделений;	В течение всего учебного года
Организация оздоровительных, спортивных мероприятий для сотрудников «ЦДТ Советского района»	Заместитель директора по УВР;	Без ограничений
Организация корпоративных мероприятий (кадровая неделя, «Рождественские встречи», итоговый педагогический совет)	Директор; Заместитель директора по УВР; Заведующие учебных отделений;	В течение всего учебного года

### **Ожидаемый эффект от реализации мероприятий программы:**

В результате реализации корпоративной программы «Укрепление здоровья сотрудников на рабочем месте» предполагаются следующие результаты:

Для работников:

1. Повышение уровня культуры здоровья у работников, снижение уровня потребительского отношения к своему здоровью;
2. Сохранение личного здоровья и выполнение социально активной роли в обществе;
3. Увеличение продолжительности жизни.

Для работодателя:

1. Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение срока временной нетрудоспособности работников;
2. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
3. Снижение текучести кадров;
4. Повышение имиджа учреждения.

### **Оценка эффективности реализации 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.