



МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
«Комплексный центр социального обслуживания населения «Дивногорский»
(КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»)

П Р И К А З

«05» декабря 2023 год

г. Дивногорск

№ 222

**Об утверждении Корпоративной программы
«Укрепление и сохранение здоровья
сотрудников» КГБУ СО «КЦСОН
«Дивногорский»**

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.12.2021 № 1089 «Об утверждении методических рекомендаций по повышению двигательной активности граждан, организации физкультурно-спортивной работы среди различных категорий населения по месту жительства, отдыха и работы», пунктом 3.2 протокола совещания Губернатора Красноярского края от 29.08.2022 № 222 «О развитии физической культуры и массового спорта на территории Красноярского края», протоколом заседания краевого межведомственного координационного совета по охране труда Правительства Красноярского края от 24.10.2023 № 3, руководствуясь Уставом КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Корпоративную программу «Укрепление и сохранение здоровья сотрудников» КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский» (далее – Корпоративная программа) согласно Приложению.
2. Возложить осуществление текущего контроля по реализации Корпоративной программы на специалиста по охране труда Дубровскую Л.П.
3. Специалисту по социальной работе Кириловой П.А. провести работу по размещению Программы на официальном сайте КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский» в сети Интернет.
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор

О.В. Чикунова

Приложение
утверждено приказом КГБУ СО
«КЦСОН «Дивногорский»
от «25» декабря № 222

**Корпоративная программа
«Укрепление и сохранение здоровья сотрудников»
КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»**

г. Дивногорск, 2023 год

Содержание

1. Актуальность программы
2. Цель программы
3. Задачи программы
4. Основные мероприятия программы
5. Ожидаемые результаты эффективности программы
6. План мероприятий

1. Актуальность программы

Программа укрепления и сохранения здоровья 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 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 учреждения многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По данным исследователей почти 60% всех 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).

Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 года». 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

здоровьеформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

2. Цель программы

Цель корпоративной программы «Укрепление и сохранение здоровья сотрудников» КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский» (далее - Корпоративная программа) – увеличение доли сотрудников приверженных здоровому образу жизни и вовлеченных в занятия физической культурой и спортом, а также сохранение и укрепление здоровья сотрудников учреждения, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

3. Задачи программы

Основными задачами Корпоративной программы являются:

анализ состояния здоровья работников и определение факторов риска, оказывающих влияние на здоровье работающих (курение, злоупотребление алкоголем, нерациональное питание, недостаточная физическая активность, стресс);

разработка и применение комплекса организационных и медико-социальных мероприятий по сохранению и улучшению здоровья работников; повышение физической активности работников;

формирование мотивации к ведению здорового образа жизни, включая сбалансированное питание и отказ от вредных привычек;

снижение эмоционального выгорания работников и повышение стрессоустойчивости;

создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации;

создание условий в учреждении для ведения здорового и активного образа жизни;

содействие прохождению работниками профилактических медицинских осмотров и диспансеризации.

4. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия

1. Организация прохождения сотрудниками ежегодной диспансеризации/профилактического медицинского осмотра. Вакцинопрофилактика работников.

2. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности по причине производственного травматизма и вредных производственных факторов (при наличии).

3. Выбор направлений Корпоративной программы: повышение физической активности; отказ от курения; здоровое питание; снижение потребления алкоголя; сохранение психологического здоровья; разработка и утверждение плана мероприятий.

4. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте.

5. Организация мест для самостоятельного контроля показателей факторов риска здоровья и уголков здоровья.

6. Организация спортивного и культурного досуга сотрудников.

7. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности

1. Проведение ежедневных физкультминуток, десятиминутных комплексов упражнений на рабочем месте (производственной гимнастики).

2. Участие трудового коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, здоровьесберегающих акциях и т.д.

4. Участие работников в программе сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

5. Организация физкультурно-оздоровительных занятий для сотрудников в тренажерном зале учреждения.

6. Организация посещения сотрудниками плавательного бассейна.

7. Проведение здоровьесберегающих акций: «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и т.д.

8. Создание собственных спортивных объектов для занятий спортом, приобретение спортивного инвентаря.

Блок 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки); краткие тематические информационные сообщения в корпоративных социальных сетях, чатах в мессенджерах.

2. «Чистая вода» на предприятии: оснащение кулерами с питьевой водой.

3. Проведение тематических дней здоровья и компаний, направленных на снижение веса.

4. Проведение тематических Дней здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением

1. Соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях учреждения.
2. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение.
3. Проведение мероприятий в День отказа от курения.
4. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в помещениях учреждения.

Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя

1. Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя в корпоративных социальных сетях, чатах в мессенджерах.
2. Организация консультативной помощи психолога по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.
3. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

1. Проведение консультаций по управлению конфликтными ситуациями.
2. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.
3. Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом.
4. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия, фототерапия.
5. 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.
6. Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки.
Консультации психолога для предупреждения профессионального выгорания или при появлении признаков профессионального выгорания.

7. Ожидаемые результаты эффективности реализации корпоративной программы

В результате реализации Корпоративной программы предполагаются следующие результаты:

увеличение доли работников, охваченных профилактическими мероприятиями по здоровому образу жизни, включая информационно-коммуникационные кампании до 100% (от общего количества работников);

увеличение доли работников, отказавшихся от курения;

увеличение доли работников, питающихся рационально;

увеличение доли работников, охваченных диспансеризацией/профилактическими медицинскими осмотрами;

увеличение доли работников, принявших участие в сдаче нормативов ГТО;

укрепление здоровья и улучшение самочувствия;

улучшение качества жизни работников;

сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов;

повышение производительности труда;

сокращение трудопотерь по болезни;

внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников;

изменение отношения работников к состоянию своего здоровья;

снижение заболеваемости и инвалидизации работников;

повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.

8. Сроки реализации

Корпоративная программа реализуется ежегодно. По окончании годового плана реализации Корпоративной программы проводится анализ и оценка полученных показателей результативности, на основании полученных данных корректируются мероприятия для реализации программы на следующий год.

**9. План мероприятий Корпоративной программы
«Укрепление и сохранение здоровья сотрудников» КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»»**

№	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный исполнитель
1. Организационные мероприятия					
1	Инструктаж на рабочем месте	Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда Заведующие отделениями
2	Ежегодный медицинский осмотр/диспансеризация	Организация периодических ежегодных медицинских осмотров и диспансеризация сотрудников	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда Специалист по кадрам
3	Вакцинация работников в рамках Национального календаря профилактических прививок	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по кадрам
4	Уголок здоровья	Организация мест для самостоятельного контроля показателей факторов риска здоровья и уголков здоровья	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности					
1	Ежедневные физкультминутки	Проведение ежедневных физкультминуток, десятиминутных комплексов упражнений на рабочем месте (производственной гимнастики)	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Заведующие отделениями

2	Спортивные мероприятия, спартакиады, турниры, спортивные конкурсы, велопробеги	Участие трудового коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, акциях и т.д.	В течение года	Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	Методист Заведующие отделениями
3	Декада ВФСК ГТО среди населения г. Дивногорска	Участие работников в программе сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	Методист Заведующие отделениями
4	Физкультурно-оздоровительные занятия	Организация физкультурно-оздоровительных занятий для сотрудников в тренажерном зале учреждения	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Заведующие отделениями
5	Посещение сотрудниками плавательного бассейна	Организация посещения сотрудниками плавательного бассейна.	Октябрь-май	Плавательный бассейн МБОУ ДО «ДЦТ», г. Дивногорск, ул. Б. Полевого, д. 3	Заведующие отделениями
6	Дни здоровья	Проведение здоровьесберегающих акций: «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и т.д.	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Методист Заведующие отделениями

7	Всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России»		Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	Методист Заведующие отделениями
8	Муниципальный этап Всероссийского Дня бега «Кросс нации»		Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	Методист Заведующие отделениями
9	Спортивный праздник, посвященный празднованию «Дня России»		Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной политики Администрации г. Дивногорска	С/К «Спутник», г. Дивногорск, ул. Спортивная, д. 2	Методист Заведующие отделениями
10	Спортивный праздник, посвященный празднованию «Всероссийского дня физкультурника»		Согласно плану физкультурно-спортивных мероприятий Отдела спорта и молодежной	С/К «Спутник», г. Дивногорск, ул. Спортивная, д. 2	Методист Заведующие отделениями

			политики Администрации г. Дивногорска			
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию						
1	Проведение тематических дней здоровья и компаний, направленных на снижение веса		Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки); краткие тематические информационные сообщения в корпоративных социальных сетях, чатах в мессенджерах	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Методист Заведующие отделениями
2	«Чистая вода»		Оснащение кулерами с питьевой водой	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Заведующий хозяйством
4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением						
3	Мероприятия в День отказа от курения		Проведение мероприятий в День отказа от курения	Ноябрь	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда Заведующие отделениями
4	Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья в местах		Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах,	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда Заведующие отделениями

		корпоративных социальных сетях, чатах в мессенджерах	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда Заведующие отделениями
6	Оформление рабочих мест учреждения мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение	Соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курени.			
5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя					
1	Информирование сотрудников о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя	Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя в корпоративных социальных сетях, чатах в мессенджерах	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда Заведующие отделениями
2	Консультативная помощь по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя	Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Специалист по охране труда Заведующие отделениями

3	Безалкогольные корпоративные мероприятия с пропагандой здорового образа жизни	Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Директор Заместитель директора Заведующие отделениями
6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом					
1	Консультации по управлению конфликтными ситуациями	Проведение для работников тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Психолог
2	Сенсорная релаксация (фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия)	Проведение сеансов сенсорной релаксации для работников (фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия)	В течение года	КГБУ СО «КЦСОН «Дивногорский»	Психолог

РАЗРАБОТАЛ:

Специалист по охране труда

Л.П. Дубровская

Методист

О.Г. Дробышевская

