

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 249 компенсирующего вида»

660037, г. Красноярск, ул. Московская 12 А, телефон/ факс (391)264-05-24,

E-mail: mdou249@mail.ru

ОКПО 52291260, ОГРН 1022402063584 ИНН 2462022274/КПП 246201001

ПРИНЯТО:

Общим собранием трудового
коллектива МБДОУ №249

Протокол № 1
от «20» сентября 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ №249

Гикифорова Е.В.

2022г.



Корпоративная программа укрепления здоровья сотрудников
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №249 компенсирующего вида»

Красноярск 2022

Содержание программы

№ раздела	Название	Страница
	Паспорт программы	3
1	Введение	5
2	Цель программы	6
3	Задачи	7
4	Ожидаемый эффект от реализации программы	-
5	Оценка эффективности реализации программы	8
6	Основные мероприятия	-
6.1	Организационные мероприятия	-
6.2	Мероприятия, направленные на повышение физической активности.	9
6.3	Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию, отказу от вредных привычек	-
6.4	Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом	-
	План мероприятий	11

Паспорт программы

Ответственный исполнитель программы	Администрация МБДОУ № 249, педагог-психолог
Участники программы	Трудовой коллектив МБДОУ № 249
Цели программы	сохранение и укрепление здоровья сотрудников организации, профилактика заболеваний и потери трудоспособности
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек. • Создание условий для физического, психологического и социального благополучия сотрудников. • Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни. • Проведение для работников профилактических мероприятий. • Формирование установки на отказ от вредных привычек. • Формирование мотивации на повышение двигательной активности. • Формирование стрессоустойчивости.
Этапы и сроки реализации программы	2022 год, без разделения на этапы
Ожидаемые конечные результаты реализации программы	<p>Для работников:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Изменение отношения к состоянию своего здоровья. • Укрепление здоровья и улучшение самочувствия. • Выявление заболеваний на ранней стадии. • Укрепление социального и психического здоровья сотрудников. • Сокращение затрат на медицинское обслуживание. • Улучшение условий труда. • Улучшение качества жизни. <p>Для работодателей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов. • Повышение производительности труда. • Сокращение трудопотерь по болезни. • Снижение текучести кадров. • Повышение имиджа организации.

	<ul style="list-style-type: none">• 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.
--	---

1. Введение

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.

Залогом успешности программы является целостный подход, основанный на определении здоровья не только как отсутствия 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).

Факторами, способствующими развитию хронических неинфекционных заболеваний, связанных с образом жизни человека являются:

- низкая физическая активность,
- нерациональное питание,
- избыточная масса тела,
- курение,
- злоупотребление алкоголем,
- неумение справляться со стрессами.

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.

Профессия «педагог» - стоит в группе риска по восприимчивости к синдрому эмоционального выгорания. ДОО несет ответственность за создание условий, обеспечивающих сохранение здоровья сотрудников. Но кроме этого сами сотрудники учреждения обязаны владеть теоретическими и практическими знаниями в области здоровьесбережения.

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 г.». 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.

Одной из задач национального проекта «Демография», а также входящих в него федерального и региональных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» является разработка, утверждение в установленном порядке и реализация корпоративных программ по общественному здоровью, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

2. Цель программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для работников организации разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе организации, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

Основная **цель** программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников организации, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

3. Задачи

- Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- Создание условий для физического, психологического и социального благополучия сотрудников.
- Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни.
- Проведение для работников профилактических мероприятий.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.

4. Ожидаемый эффект от реализации программы

Для работников:

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Выявление заболеваний на ранней стадии.
- Укрепление социального и психического здоровья сотрудников.
- Сокращение затрат на медицинское обслуживание.
- Улучшение условий труда.
- Улучшение качества жизни.

Для работодателей:

- Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов.
- Повышение производительности труда.

- Сокращение трудопотерь по болезни.
- Снижение текучести кадров.
- Повышение имиджа организации.
- 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.

5. Оценка эффективности реализации программы

Для того, чтобы оценить эффективность реализации данной программы, используются следующие параметры:

1. Отзывы сотрудников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой).
2. Охват сотрудников программой.
3. Оценка достижений результатов программы:
 - сокращение доли лиц с факторами развития заболеваний (выявляются при прохождении медицинских осмотров, диспансеризации);
 - увеличение приверженности к здоровому образу жизни;
 - снижение заболеваемости, временной нетрудоспособности.

6. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия.

1. Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание, профессиональное выгорание.

2. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: обучения, поддержания навыков и проверки знаний, взаимодействия с представителями

профсоюзной организации, организации соревнований между трудовыми коллективами и пр.

3. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

1. Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах.

1.2 Участие работников в спортивных соревнованиях – «Фитнесинка».

2. Разработка буклета.

Блок 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию, отказу от вредных привычек.

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (буклетов), организация образовательных семинаров.

2. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов.

3. Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.

4. Разработка памяток о вреде алкоголя, курения.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.

1. Проведение тренингов, семинаров 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:
ароматерапия, музыкотерапия, фототерапия.

5. Оборудование зоны психоэмоциональной разгрузки.

Прошито и пронумеровано

10 (десять) листов

Заведующий: Никифорова Е.В.

