

КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ

АДМИНИСТРАЦИЯ ИДРИНСКОГО РАЙОНА

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

17.03.2023 с.Идринское № 138-п

Об утверждении корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников администрации Идринского района на 2023-2025 годы

В соответствии с Федеральным законом от 06.10.2003 №131-ФЗ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации", руководствуясь статьями 19, 33 Устава Идринского района, ПОСТАНОВЛЯЮ:

1.Утвердить корпоративную программу укрепления здоровья сотрудников администрации Идринского района на 2023-2025 годы согласно приложению к постановлению.

2.Контроль за выполнением постановления возложить на исполняющего обязанности заместителя главы района по социальным вопросам – начальника отдела образования администрации района О.А. Левкину.

3.Опубликовать постановление на официальном сайте муниципального образования Идринский район в сети Интернет ([www.idra-rayon.ru](http://www.idra-rayon.ru)).

4.Постановление вступает в силу со дня подписания.

Исполняющий обязанности

главы района Н.П.Антипова

Приложение

к постановлению

администрации района

от 17.03.2023 № 138-п

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ СОТРУДНИКОВ

АДМИНИСТРАЦИИ ИДРИНСКОГО РАЙОНА

на 2023-2025 годы

«ОЗДОРОВЛЕНИЕ БЕЗ ЛЕЧЕНИЯ»

с. Идринское

2023г.

Содержание

[1. Актуальность 4](#_Toc129271617)

[2. Цель программы 5](#_Toc129271618)

[3. Задачи программы 5](#_Toc129271619)

[4. Направления планирования мероприятий: 5](#_Toc129271620)

[5. Механизмы (инструменты и мероприятия) 6](#_Toc129271621)

[6. Развитие корпоративной культуры в учреждении: 11](#_Toc129271622)

[7. Повышение уровня профессиональных компетенций сотрудников: 12](#_Toc129271623)

[8. Ресурсы, обеспечивающие выполнение программных мероприятий. 12](#_Toc129271624)

[9. Ожидаемый эффект от реализации мероприятий программы: 12](#_Toc129271625)

[10.Оценка эффективности реализации мероприятий программы. 13](#_Toc129271626)

[11.План реализации программы 13](#_Toc129271627)

# 1. Актуальность

Основой государственной социальной политики и главной научной задачей является разработка, обоснование и реализация мер по сохранению здоровья нации, минимизации воздействия вредных факторов на человека, достижению оптимальных качества жизни, эффективности производственной и иной деятельности населения.

В рамках реализации регионального проекта «Формирование среды, способствующей ведению гражданами здорового образа жизни, включая здоровое питание, защиту от табачного дыма, снижение потребления алкоголя» («Укрепление общественного здоровья») на территории Идринского района.

В связи с развитием цифровизации, а именно переходом на электронный документооборот изменяются условия работы сотрудников администрации, работа становится все более рутинной. Уменьшается двигательная активность населения, что приводит к развитию различных заболеваний. Перед разработкой корпоративной программы сотрудники администрации прошли диспансеризацию, в результате которой были выявлены риски. Анализ состояния здоровья работников администрации свидетельствует о его существенном ухудшении за последние годы. Социальная значимость профессиональных заболеваний обусловлена воздействием неблагоприятных производственных факторов.

Профилактика заболеваний путем борьбы с вредными привычками и факторами риска развития заболеваний, ведение здорового образа жизни, без сомнения, улучшат состояние здоровья работников администрации.

Модельная корпоративная программа укрепления здоровья на рабочем месте сотрудников администрации направлена на профилактику многих заболеваний, факторами, риска которых являются: низкая физическая активность, избыточный вес, курение, нездоровое питание.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения программы по укреплению здоровья на рабочем месте.

Для успешной реализации программы учитываются факторы мотивации сотрудников.

Факторы, влияющие на мотивацию сотрудников:

- личный пример руководителя;

- обеспечение высокого качества реализации программ;

- активная агитация и вовлечение сотрудников к участию в программах;

-информация о негативных последствиях для здоровья при несоблюдении принципов ЗОЖ;

-денежное поощрение участников программы.

Учёт перечисленных факторов усилит мотивацию сотрудников к участию в программе. Оценка эффективности программы проводится путем опроса (анкетирования) сотрудников, по результатам которого будет определяться личная заинтересованность и вовлеченность сотрудников в программу.

# 2. Цель программы

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

**Основная цель** внедрения модельной корпоративной программы по охране и укреплению здоровья работников администрации

- это сохранение и укрепление здоровья сотрудников через комплекс управленческих решений, направленных на создание необходимых условий, способствующих повышению приверженности работников администрации к здоровому образу жизни.

# 3. Задачи программы

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников администрации являются:

1. разработка перспективных мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний работников администрации Идринского района;

2. укрепление, сохранение здоровья и сокращение сроков восстановления здоровья (сниженных функциональных резервов) работников, выявление и коррекция факторов хронических неинфекционных заболеваний;

3. развитие и сохранение трудового потенциала работников администрации района, реализация ими своих способностей, формирование и сохранение профессионального здоровья, профессионального долголетия;

4. популяризация здорового образа жизни.

# 4. Направления планирования мероприятий:

- Разработка плана мероприятий по формированию системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни в целях их оздоровления.

- Создание условий для вовлечения работников в программы по укреплению их здоровья на рабочем месте.

- Создание условий для улучшения индивидуального и профессионального здоровья работников, повышения их работоспособности и продуктивности.

- Формирование активной жизненной позиции работников, создание благоприятного микроклимата в коллективе, повышение сплоченности коллектива администрации Идринского района.

- Создание условий для прохождения работниками профилактических медицинских осмотров и диспансеризации.

- Выполнение информационно-просветительской работы по пропаганде здорового образа жизни.

- Формирование мотивации на здоровое питание.

- Формирование установки на отказ от вредных привычек.

- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.

- Формирование стрессоустойчивости.

**Стратегии,** направленные на работу с сотрудниками, – поощрение и поддержка работников, стремящихся к здоровому образу жизни. Предпочтительны меры, которые делают здоровый выбор легким и предоставляют помощь поддерживать здоровые поведенческие изменения. Эти меры для здоровых людей или с риском заболеваний направлены на факторы здорового образа жизни, такие как:

* 1) отказ от курения
* 2) здоровое питание
* 3) физическая активность
* 4) снижение потребления алкоголя
* 5) снижение веса
* 6) социальное и эмоциональное благополучие (управление стрессом)

# 5. Механизмы (инструменты и мероприятия)

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Административные и организационные мероприятия | 1.1.Создание системы постановлений, распоряжений.  1.2.Разработка, утверждение и реализация в администрации корпоративной   программы укрепления здоровья сотрудников «оздоровление без лечения» сотрудников администрации Идринского района.  1.3.Проведение анкетирования в организации, с целью вы явления факторов, влияющих па здоровье работников.  1.4.Проведение инструктажа персонала, с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которой является производственный травматизм и вредные факторы.  1.5.Организация контроля за проведением периодических медицинских осмотров работников организаций, и иммунизации.  1.6.Исключение «мест для курения».  1.7.Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни. |
| 2. Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие «здоровой» производственной среды, эргономика (здоровые рабочие места) | 2.1.Меры, меняющие рабочую среду.  Мероприятия по повышению комфорта рабочей среды, проветривание помещений, меры психологической разгрузки, мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания, пр.  2.2.Мероприятия по охране и безопасности труда.  В соответствии с нормативными документами проводится контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда работников администрации.  2.3.Предотвращение происшествий на рабочем месте.  Проводятся инструктажи по предотвращению риска получения травмы.  2.4.Оценка производственных факторов риска, приводящих к расстройству здоровья.  Организация производственного санитарного контроля на предприятии.  Приказ Минтруда России от 29.10.2021 N 772н (с изм. от 17.03.2022) "Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем" |
| 3. Страхование | 3.1.Обязательное медицинское страхование (Фонд ОМС)  3.2.Социальное страхование (Фонд социального страхования)  3.3.Пенсионное страхование (Пенсионный фонд)   * Оплата родовых сертификатов. * Личное   3.4.Добровольное медицинское страхование (ДМС) |
| 4.Медицинские мероприятия | 4.1.Проводится ежегодная вакцинация.  4.2.Медицинские осмотры  4.3.Предварительные и периодические осмотры.  Предварительный медицинский осмотр – обязательное условие для приема на работу. Цель – оценка состояния здоровья, обратившегося для трудоустройства, его соответствие будущей должности, а также выявление заболеваний на момент трудоустройства.  Периодические медицинские осмотры подтверждают профпригодность сотрудника и определяют динамику в изменениях здоровья, возникающих под влиянием факторов труда. Выявление проблем позволяет предпринять необходимые меры в раннем периоде развития патологии.  Осмотры проводятся в соответствие с Приказом Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 N 302н «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда».  4.4.Профилактические осмотры  Профилактический медицинский осмотр – 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.  4.5.Диспансеризация  Диспансеризация – комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья (включая определение группы здоровья и группы диспансерного наблюдения).  Проведение профилактического медицинского осмотра и диспансеризация определенных групп взрослого населения проводятся в соответствии с Приказом Минздрава России от 13.03.2019 N124н “Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения” (зарегистрировано в Минюсте России 24.03.2019 № 54495). |
| 5.Мероприятия, направленные на нормализацию веса.   «Чтобы не расширяться, нужно спортом заниматься!» | 5.1.Проведение мероприятий, направленных на снижение веса. Целевая аудитория – сотрудники с индексом массы тела (отношение веса в килограммах к росту в метрах в квадрате) более 25.  Вариант: всем решившимся контролировать свой вес направляются буклеты с рекомендациями по снижению веса, здоровому питанию и физической активности.  5.2.Проведение еженедельного взвешивания и определение победителей по итогам проведения мероприятий.  Фото участников до и после, их истории размещаются на стенде для сотрудников администрации района. |
| 6. Отказ от употребления табака  «Не курить, модным быть!» | 6.1.Оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение.  *Цель:*  обеспечить соблюдение запрета потребления табака на территории администрации района.  Описание:  Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий регулируется Федеральным законом от 23 февраля 2013 г. № 15-ФЗ "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака"  Необходимо:  определить места для размещения знаков/составить список;  растиражировать знаки;  поместить знаки в обозначенных местах. |
| **7.**Повышение осведомленности в отношении вреда алкоголя. | 7.1.Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным употреблением алкоголя.  Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.  Цель: снижение мотивации для употребления алкоголя.  7.2.Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.  Цель: показать людям, что алкоголь – это не обязательная часть праздника, что можно веселиться и без употребления алкогольных напитков. Проведение праздника требует творческого подхода и может осуществляться самостоятельно или с привлечением сторонних организаций. |
| 8.Физкультурно-оздоровительные (спортивные) мероприятия или повышение физической активности (ЗОЖ) | 8.1.Оценка уровня физической активности и тренированности работников.  8.2.Посещение спортивного зала еженедельно по четвергам для коллективной игры в волейбол сотрудников администрации и участия в спартакиаде муниципальных и государственных служащих.  8.3.Сдача норм ГТО. |
| 9.Проведение мероприятий «Овощи и фрукты». Питание и питьевой режим в рабочее время | 9.1.Обеспечение возможности приема пищи сотрудниками администрации в течение рабочего времени.  9.2.Информирование сотрудников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя осознанному выбору.  Цель: формирование у сотрудников высокой осведомленности в области рациона здорового питания.  Выдача памяток заинтересованным сотрудникам в области рациона здорового питания  9.3.Краткие информационные сообщения для размещения во внутренних коммуникациях предприятия.  Цель: повысить информированность сотрудников в вопросах здорового питания.  Описание: Информация о здоровом питании в необходимом формате может быть разработана специалистами или взята из доступных официальных печатных и электронных источников, компетентных профильных ресурсов в области формирования здорового образа жизни.  9.4.Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания  Цель: стимулировать потребление продуктов и блюд, формирующих рацион здорового питания. |
| 10.Проведение мероприятий, направленных на борьбу со стрессом. | 10.1.Проведение круглых столов, собеседований.  Цель: создание благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте.  Наиболее важными темами для обсуждения являются: уровень рабочей нагрузки, возможность влияния на рабочий процесс, создание условий для взаимоподдержки, оптимальный режим труда и отдыха, создание благоприятного внутреннего климата.  10.2.Организация отдыха работников и членов их семей. Коллективный выезд на природу, по возможности проведения Дня здоровья.  10.3.Проведение корпоративных мероприятий |
| 11.Мониторинг мероприятий программы | 11.1.Проведение мониторинга и оценка состояния здоровья сотрудников.  11.2.Анализ издержек и выгод программы. 11.3.Оценка охвата сотрудников и удовлетворенности программой.  11.4.Подготовка отчетной документации. |

# 6. Развитие корпоративной культуры в учреждении:

- формирование благоприятного психологического климата в администрации района;

- улучшение профессионального коммуникативного взаимодействия в коллективе сотрудников, а также при работе с клиентами.

# 7. Повышение уровня профессиональных компетенций сотрудников:

- развитие потребности в профессиональном самообразовании, саморазвитии, профессиональном самосовершенствовании, раскрытии творческого потенциала;

- повышение эффективности реализации профессиональных задач;

-приобретение необходимых в реализации профессиональной деятельности знаний, умений, навыков, а также развития профессионально важных личностных качеств.

Снижение количества листов нетрудоспособности сотрудников по больничным листам на 10 % за период 2023-2025г.г.

# 8. Ресурсы, обеспечивающие выполнение программных мероприятий.

Для реализации Программы в учреждении имеются ресурсы, обеспечивающие основные (базовые) потребности сотрудников, необходимые для сохранения и укрепления здоровья:

- проведение вакцинации,

- организация горячего питания (Наличие буфета),

- обеспечение чистой питьевой водой.

- наличие спортивного зала и оборудования в ближайшем помещении.

# 9. Ожидаемый эффект от реализации мероприятий программы:

В результате реализации корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации предполагаются следующие результаты:

*Для работников:*

- изменение отношения к состоянию своего здоровья;

- укрепление здоровья и улучшение самочувствия;

- увеличение продолжительности жизни;

- приверженность к ЗОЖ;

- выявление заболеваний на ранней стадии;

- возможность получения материального и социального поощрения;

- 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.

*Для государства:*

- снижение уровня заболеваемости.

- сокращение дней нетрудоспособности.

- сокращение смертности.

- снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью.

- увеличение национального дохода.

# 10.Оценка эффективности реализации мероприятий программы.

Для оценки эффективности Программы разработаны критерии эффективности:

- отзывы сотрудников (удовлетворенность/положительная оценка);

- внедрение социальных технологий/ моделей/ методик;

- динамика участия сотрудников в оздоровительных и корпоративных мероприятиях, направленных на формирование здорового образа жизни, доступность и актуальность информирования сотрудников.

На основании анализа полученных показателей, Программа указывает основные стратегические направления становления здорового образа жизни, обеспечивающие позитивную динамику развития здоровьесберегающей среды учреждения, положительную динамику отказа от вредных привычек

# 11.План реализации программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п.** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** | **Ответственный** |
| 1. | Распределение сотрудников и определение ответственных для участия в мероприятиях | Июнь |  |
| 2. | Выявление потребностей в вопросах здоровья с помощью анкетирования | Июнь |  |
| 3. | Участие в Спартакиаде муниципальных и государственных служащих.  - дартс;  - волейбол;  - настольный теннис;  - стрельба и т.д. | В течение года |  |
| 4. | Проведение корпоративных праздничных мероприятий «Новый год», «День защитника отечества », «8 марта». | По графику проведения корпоративных мероприятий | Методический работник |
| 5. | Проведение ежегодной вакцинации сотрудников в осенне-зимний период. | Приказ по учреждению | Медицинский работник |
| 6. | Организация и проведение ежегодного обязательного медицинского осмотра. | 1 раз в год | Медицинский работник |
| 7. | Проведение массовых спортивных мероприятий. | В течение года | Инструктор по физической культуре |
| 8. | Проведение мероприятий по подразделениям организации. | В течение года | Инструктор по физической культуре |
| 9. | Мероприятия по борьбе с алкоголизмом, курением. Информационный стенд о профилактике зависимостей ««Не курить, модным быть!»» Проведение лекций-бесед. | В течение года | Медицинский работник, отдел кадров |
| 10. | Участие сотрудников администрации муниципальных мероприятиях:  - спартакиада;  - сдача норм ГТО; | В течение года | Инструктор по физической культуре  Методический работник |