

Приложение 1 к приказу  
МАУ «Парк «Роев ручей»  
№ 354а/х от 14.12.2023

**Корпоративная программа**  
**«Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах»**  
**МАУ «Парк «Роев ручей»**  
**на 2023-2024**

## Общие сведения

Программа укрепления здоровья работников 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 навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровье формирующей программы, посредством создания здоровье сберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

### 1. Цели программы

1.1 Сохранение и укрепление здоровья работников путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе, повышение эффективности деятельности всех работников.

1.2 Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.

1.3 Профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление.

1.4 Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.

1.5 Улучшение психологического климата в коллективах.

### 2. Задачи программы

2.1 Увеличение продолжительности жизни работников;

2.2 Увеличение трудового долголетия работников;

2.3 Укрепление здоровья работников;

2.4 Обеспечение безопасных и комфортных условий труда;

2.5 Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;

2.6 Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;

2.7 Организация отдыха работников;

2.8 Формирование приверженности работников здоровому образу жизни;

2.9 Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;

2.10 Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;

2.11 Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;

2.12 Повышение производительности труда и конкурентоспособности предприятия;

2.13 Совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий.

**3. Примерный перечень направлений, мероприятия по их реализации и индикаторов**

**1. Создание благоприятной рабочей среды и оптимальных гигиенических условий для укрепления здоровья и благополучия работников учреждения**

**ЦЕЛЬ:** Разработка и реализация системы управления охраной труда. Создание благоприятных санитарно-гигиенических условий труда, улучшение условий труда на рабочих местах, снижение уровня производственного травматизма, обеспечение оптимального режима труда и отдыха.

**ОПИСАНИЕ:** Система управления охраной труда в учреждении – ключевой элемент, благодаря которому в учреждении обеспечивается безопасность сотрудников. Данная часть общей системы менеджмента направлена на защиту здоровья и жизни работников. Положительное воздействие внедрения системы управления охраной труда на уровне учреждения, выражается в снижении воздействия опасных и вредных производственных факторов и рисков, повышении производительности труда.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
Изменение рабочей среды (повышение комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания. Охрана и безопасность труда (контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда). Предупреждение несчастных случаев (обучение и инструктажи по предотвращению риска получения травмы). Оценка производственных рисков, приводящих к расстройству здоровья (проведение СОУТ на рабочих местах, организация производственного санитарного контроля, утверждение положения о системе управления охраной труда).	Руководители структурных подразделений, Ведущий специалист по охране труда	Постоянно	Увеличение количества рабочих мест, на которых улучшены условия труда по результатам СОУТ (подтвержденные результатами СОУТ); Доля рабочих мест, на которых проведена СОУТ (100%); Снижение количества несчастных случаев на производстве.
<b>2. Медицинский мероприятия</b>			
<b>ЦЕЛЬ:</b> Обеспечение охвата медицинскими осмотрами работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда.			
Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация. Обязательные предварительные	Фельдшер, Ведущий специалист по	Постоянно	Процент охвата медосмотрами работников, занятых во

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
(при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры.	охране труда		вредных и (или) опасных условиях труда. (100%).
<b>3. Профилактика потребления табака</b>			
<b>ЦЕЛЬ:</b> Соблюдение запрета потребления табака в учреждении.			
<b>ОПИСАНИЕ:</b> Запрет курения на рабочих местах и на территории учреждения регулируется Федеральным законом №15-ФЗ от 23 Февраля 2013г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». В корпоративной практике необходимо обеспечить исполнение закона на территории учреждения путем издания внутренних нормативных документов.			
Установление запрета курения на рабочих местах и на территории предприятий (оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение).	Руководители структурных подразделений, Ведущий специалист по охране труда	Постоянно	Процент курящих сотрудников, сокративших количество перекуров, %.
<b>4. Отказ от употребления алкоголя и других психоактивных веществ</b>			
<b>ЦЕЛЬ:</b> Повышение осведомленности работников о вреде, связанном с алкоголем и другими психоактивными веществами, и рисках, связанных с ними на рабочем месте.			
<b>ОПИСАНИЕ:</b> Коммуникационная кампания, направленная на повышение осведомленности сотрудников, является ключевым компонентом, предворяющим организацию любых действий, направленных на снижение пагубного употребления алкоголя и других психоактивных веществ. Научные данные показывают, что программы обучения и подготовки на рабочем месте могут эффективно влиять на поведение сотрудников, связанное с употреблением алкоголя и других психоактивных веществ. Обучение сотрудников следует проводить регулярно, и также регулярно сотрудники должны быть снабжены информационными материалами (брошюрами, буклетами) и контактной информацией, куда можно обратиться за помощью.			
Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вреда алкоголя и других психоактивных веществ. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий. Изменение отношения персонала к употреблению алкоголя как необходимому атрибуту праздника.	Фельдшер, Ведущий специалист по охране труда, Руководители структурных подразделений	Постоянно	Рост числа сотрудников с положительным отношением к безалкогольным праздникам.
<b>5. Повышение физической активности</b>			
<b>ЦЕЛЬ:</b> Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях.			
Организация командно-спортивных мероприятий. Пятиминутная зарядка на рабочем месте.	Ведущий специалист по охране труда, Руководители структурных подразделений	Постоянно	Снижение доли работников с низким уровнем физической активности, %
<b>6. Здоровое питание</b>			
<b>ЦЕЛЬ:</b> Обеспечение сотрудников предприятия в течение рабочего времени свободным доступом к			

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
питьевой воде. Обеспечить сотрудников в течение рабочего времени возможностью приема пищи в отдельно отведенном помещении.			
Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде. Обеспечение возможности приема пищи сотрудниками в отдельно отведенном помещении).	Ведущий специалист по охране труда, Руководители структурных подразделений	Постоянно	% сотрудников, имеющих доступ к питьевой воде не далее 50м от рабочего места Охват сотрудников, имеющих возможность приема пищи в рабочее время, %.
<b>7. Сохранение психологического здоровья и благополучия. повышение корпоративной культуры.</b>			
<b>ЦЕЛЬ:</b> Достижение высокого уровня участия работников в программах здорового образа жизни.			
<b>ОПИСАНИЕ:</b> При проведении коммуникационной кампании важно ориентироваться на количественные показатели, а именно какое количество работников изучит профилактический материал, примет участие в оздоровительных мероприятиях. Для достижения целевого эффекта необходимо использовать несколько каналов коммуникации (желательно 2-3 вида), в том числе рассылку по электронной почте, оповещение работников на собраниях, использование корпоративных СМИ и др.			
Проведение коммуникационной кампании по популяризации ЗОЖ. Проведение «Кружков здоровья»	Фельдшер, Ведущий специалист по охране труда, Руководители структурных подразделений	Постоянно	Уровень удовлетворенности работой (% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами)

#### 4. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий Программы

- 4.1 Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников;
- 4.2.Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- 4.3.Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- 4.4.Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;
- 4.5.Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- 4.6.Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;
- 4.7.Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- 4.8.Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- 4.9.Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- 4.10. Профилактика вредных привычек.

#### 5. 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.

#### **6. 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.

Ведущий специалист по охране труда  А.С. Степанова