

МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ  
Государственное бюджетное учреждение  
«Областной социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»  
(ГБУ «ОСРЦ»)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ «ОСРЦ»  
М.А.Дружкова  
\_\_\_\_\_ 2024 г.

**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА**  
**«С заботой о здоровье сотрудников»**  
**ГБУ «ОСРЦ»**

2024 год, г. Курган

## **1. Введение**

Внедрение корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте является частью государственной политики в рамках федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография». Корпоративные программы укрепления здоровья направлены на улучшение здоровья и благосостояния людей трудоспособного возраста.

Укрепление здоровья на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития наиболее социально значимых хронических заболеваний, который повышается при нерациональном питании, недостатке физической активности, стрессах на рабочем месте, нездоровом поведении (курение, злоупотребление алкоголем).

Разработка, реализация, мониторинг и оценка корпоративных программ укрепления здоровья работников поэтапный процесс взаимно необходимых и взаимосвязанных действий: Планирование (сбор данных о состоянии здоровья и ресурсах, формирование органа управления и мероприятий программы);

- внедрение запланированных мероприятий;
- контроль процесса внедрения со сбором информации о ходе исполнения;
- анализ итогов программы, принятие и реализация решений по дальнейшему улучшению деятельности.

Залогом успешности программы является целостный подход, основанный на определении здоровья не только как отсутствие болезней, но и состояние полного физического, эмоционального, интеллектуального, социального благополучия.

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность организации в рамках здоровье формирующей программы, посредством создания здоровье сберегающей среды в организации. Личная заинтересованность сотрудников ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

## **2. Цель программы**

Увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому образу жизни и вовлеченных в занятия физической культурой и спортом, а также сохранение и укрепление здоровья сотрудников организации, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

## **3. Задачи программы**

- 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;
- формирование мотивации к ведению здорового образа жизни, включая сбалансированное питание и отказ от вредных привычек;
- снижение эмоционального выгорания работников и повышение стрессоустойчивости.

## **4. Показатели эффективности реализации программы**

- увеличение доли работников, охваченных профилактическими мероприятиями по ЗОЖ, включая информационно-коммуникационные кампании до 100 % (от общего количества работников);
- увеличение доли работников, отказавшихся от курения (на 10 %);
- увеличение доли работников, имеющих нормальные показатели артериального давления (на 100 %);
- увеличение доли работников, питающихся рационально (на 100 %);
- увеличение доли работников, охваченных диспансеризацией/профилактическими медицинскими осмотрами до 100 % (от общего количества работников)

## **5. Сроки реализации**

Программа реализуется ежегодно. По окончании годового плана реализации

программы проводится анализ и оценка полученных показателей результативности, на основании полученных данных корректируются мероприятия для реализации программы на следующий год.

### **Политика поддержания здорового образа жизни сотрудников на рабочих местах**

Здоровье сотрудников, как социально-экономическая категория, является неотъемлемым фактором трудового потенциала и представляет собой основной элемент стабильности работы организации.

Ценность здоровья, как важнейшего ресурса, необходимого для плодотворной работы, определяется современными тенденциями снижения воспроизводства населения, процессом его старения и, таким образом, уменьшением численности населения. Важной целевой установкой государственной политики в регионах РФ является создание необходимых условий для сохранения здоровья населения страны.

Политика поддержания здорового образа жизни на рабочих местах (далее - Политика) соответствует специфике экономической деятельности и организации работ

Политика направлена на:

- поддержание и сохранение здоровья работников в процессе их трудовой деятельности;
- формирование ведения активного, здорового образа жизни, отказу от вредных привычек;
- мотивацию сотрудников принимать участие в сдаче норм ГТО;
- реализацию целей в области поддержания здорового образа жизни на рабочих местах;
- проведение мероприятий по оздоровлению, профилактике заболеваний и организации отдыха работников;
- создание благоприятного климата в коллективе;
- стремление работодателя совершенствовать и актуализировать программы по пропаганде здорового образа жизни.

Реализация целей политики осуществляется в соответствии с утвержденными программами.

### **План мероприятий**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Описание мероприятия</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Ответственный</b>
<b>1. Организационные мероприятия</b>					
1.	Знакомство с программой	Информирование работников о цели, задачах, направлениях программы	Апрель 2024	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по ВРР, начальник филиала
2.	Анкетирование сотрудников	Проведение анкетирования с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников	1 квартал 2024 года	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по ВРР, начальник филиала
3.	Организация проведения медицинской площадки	Скрининг основных показателей здоровья на выявление факторов риска неинфекционных заболеваний	2024 год	По согласованию с медицинской организацией	Медицинский работник

		(определение уровня общего холестерина и глюкозы в крови, измерение артериального давления, насыщения крови кислородом, измерение внутриглазного давления, определение угарного газа в выдыхаемом воздухе (для курящих))			
<b>2. Мероприятия, направленные на улучшение условий труда</b>					
1.	Проведение вводного, первичного и повторного инструктажа по ОТ, проверка знаний требований ОТ	Проведение инструктажей и персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы	Ежемесячно	ГБУ «ОСРЦ»	Специалист по ОТ
2.	Проведение специальной оценки условий труда	Разработка мероприятий по идентификации вредных и (или) опасных факторов производственной среды и трудового процесса и оценке уровня их воздействия на работника	Ежегодно	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по АХР
3.	Обеспечение работников спецодеждой, специальной обувью и средствами индивидуальной защиты	Выдача работникам специальной одежды, специальной обуви и других средств индивидуальной защиты, согласно Норм бесплатной выдачи	По нормам	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по АХР

<b>3. Мероприятия, направленные на повышение физической активности</b>					
1.	Комплекс упражнений «Растяжка на рабочем месте»	Проведение десятиминутных комплексов упражнений на рабочем месте	2024 год	ГБУ «ОСРЦ»	Специалисты
2.	Гимнастика для глаз	Проведение комплекса упражнений для здоровья глаз в обеденное время на рабочих местах	2024 год	ГБУ «ОСРЦ»	Специалисты
3.	Акция «На работу пешком»	Сотрудники идут на работу пешком и выкладывают фотографию с #пешкомнаработу	Июль 2024 год	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по ВРР, начальник филиала
4.	Акция «На работу - на велосипеде»	Сотрудники приезжают на работу на велосипеде и выкладывают фотографию с #наработунавелоципеду	Август 2024	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по ВРР, начальник филиала
5.	Тимбилдинг на природе «Командное творчество»	День социального работника на природе	Июнь 2024	База отдыха	Старший воспитатель
6.	«Зеленый марафон от Сбербанка», вместе с семьей	Участие в ежегодном забеге	Май – июнь 2024 года	ЦПКиО	Заместитель директора
7.	Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Участие в сдаче ГТО	Сентябрь 2024 года	Спортивный центр	Заместитель директора
<b>4. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию</b>					
1.	Вопрос-ответ «Результат на лицо»	Пропаганда здорового питания специалистами учреждения	Октябрь 2024 год	ГБУ «ОСРЦ»	Заведующий РМЦ, старший воспитатель
2.	«Семейная чайная церемония»	Популяризация здорового питания	Июнь 2024 год	ГБУ «ОСРЦ»	Старший воспитатель
3.	Игра – соревнование «Веселый Арбузник»	Сплочение коллектива, формирование положительной атмосферы и праздника	Август 2024 года	ГБУ «ОСРЦ»	Заведующий РМЦ, старший воспитатель
<b>5. Мероприятия, направленные на борьбу с курением</b>					
1.	Оформление рабочих мест, мест общего	Формирование ЗОЖ	2024 год	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по

	пользования в помещениях и территории знаками, запрещающими курение				АХР, начальник филиала
<b>6. Мероприятия, направленные на снижение употребления алкоголя с вредными последствиями</b>					
1.	Проведение консультаций по вопросам, связанным с риском пагубного употребления алкоголя	Формирование ЗОЖ	2024 год	ГБУ «ОСРЦ», с приглашением специалиста, по согласованию	Заместитель директора по ВРР, начальник филиала
<b>7. Мероприятия, направленные на сохранение репродуктивного здоровья мужчин и женщин</b>					
1.	Встреча со специалистом «Спрашивайте на здоровье!»	Рассказ о продуктах Siberian Wellness (Сибирское здоровье), о пользе и эффективности	Октябрь 2024 год	ГБУ «ОСРЦ», с приглашением педагога-психолога ГБУ «Курганский областной центр медицинской профилактики, лечебной физкультуры и спортивной медицины» Т.Л.Хмелининой	Заведующий РМЦ, старший воспитатель
2.	Разговоры о важном «В фокусе – женское здоровье»	Беседа о значении психологического здоровья	Ноябрь 2024 год	ГБУ «ОСРЦ», с приглашением педагога-психолога ГБУ «Курганский областной центр медицинской профилактики	Заведующий РМЦ, старший воспитатель

				тики, лечебной физкультуры и спортивной медицины» Т.Л.Хмелининой	
3.	БиблиоСалон «О здоровье на страницах журналов»	Выставка полезных журналов о здоровье, физкультуре и спорте	Октябрь-ноябрь 2024 год	Специалист библиотеки, по согласованию	Старший воспитатель
<b>8. Мероприятия, направленные на сохранение психического здоровья</b>					
1.	Занятия в клубе «Пазлы жизни»	Профилактика синдрома эмоционального выгорания	2024 год, по плану	ГБУ «ОСРЦ»	Педагоги-психологи
2.	Встреча с косметологом Анной Можайкиной «Как стать еще привлекательней?»	Полезные советы по уходу за лицом, телом	Июль – август 2024 года	ГБУ «ОСРЦ»	Директор учреждения
3.	Фотосессия «Красивые – вместе!»	Сплочение коллектива, позитивный эмоциональный настрой	Май – июнь 2024 года	ГБУ «ОСРЦ»	Заместитель директора по ВРР, начальник филиала
4.	Музыкальная реабилитация «ПоемВместе»	Сплочение коллектива, позитивный эмоциональный настрой	Декабрь 2024 года	ГБУ «ОСРЦ»	Руководитель проекта Анохина О.В.