

(Протокол №5 от 19.12.2022 г.)

Приказ №24 от 19.12.2022 г.



**Корпоративная программа
укрепления здоровья сотрудников
МКОУ «Минская СОШ»
на 2023 год и плановый период 2024 и 2025 годов**

п. Мина, 2023

Содержание

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

1. Актуальность

Программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников МКОУ «Минская СОШ» (далее – работодатель) 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 организации многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По данным исследователей почти 60% общего бремени 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 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.

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность организации в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

2. Цель программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для работников МКОУ «Минская СОШ» (далее – организация) разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

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

3. Задачи программы

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации являются:

- Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации.
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.
- Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни.
- Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
- Проведение для работников профилактических мероприятий.
- Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.
- Снижение потребления алкоголя.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия.

4. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия

1. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.
2. Организация и проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.
3. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок и пр.
4. Создание уголков здоровья.
5. Создание физкультурно-спортивного клуба по месту работы.
6. Создание на официальном сайте МКОУ «Минская СОШ» рубрики «Корпоративный спорт».

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках мероприятий физкультурно-спортивного клуба)

1. Участие в уникальном Всероссийском проекте «Производственная гимнастика».
2. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.
3. Организация пеших прогулок в обеденное время.

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

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания.
2. Проведение конкурса здоровых рецептов (сотрудники отправляют куратору рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами).

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением

1. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях МКОУ «Минская СОШ», знаками, запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории ОУ).
2. Проведение мероприятий в День отказа от курения.

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.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

1. Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.
2. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.

3. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия.
4. Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки.

5. Ожидаемые результаты эффективности

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

Для работников:

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Увеличение продолжительности жизни.
- Приверженность к ЗОЖ.
- 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.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
663555, Партизанский район, п. Мина, ул. Школьная 3а
Тел. 8(39140)24-4-81
E-mail: mou60k@mail.ru

ПРИКАЗ

№24.1

19.12.2022 г.

**Об утверждении Плана мероприятий по
реализации Корпоративной программы
укрепления здоровья сотрудников МКОУ
«Минская СОШ» на 2023 год и на
плановый период 2024 и 2025 годов**

С целью реализации Корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников МКОУ «Минская СОШ» на 2023 год и на плановый период 2024 и 2025 годов, утвержденной 19.12.2022 г., с учетом мнения общего собрания работников МКОУ «Минская СОШ» (протокол №5 от 19.12.2022 г.)

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить План мероприятий по реализации Корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников МКОУ «Минская СОШ» (Приложение 2).
2. Ознакомить с настоящим приказом работников под подпись (Приложение 1).
3. Контроль над исполнением приказа оставляю за собой.

И.о. директора:

А.А. Михайленко

ЛИСТ

ознакомления работников с приказом от об утверждении Плана мероприятий по реализации Корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников МКОУ «Минская СОШ»

№ п.п.	Фамилия, имя, отчество	Дата	Роспись
1	Бакшетская Анна Павловна	19.12.2022	
2	Баранов Олег Викторович	19.12.2022	
3	Баранова Ярослава Владимировна	19.12.2022	
4	Белоколодова Любовь Витальевна	19.12.2022	
5	Бревнова Вера Михайловна	19.12.2022	
6	Варакин Александр Анатольевич	19.12.2022	
7	Варакина Ирина Геннадьевна	19.12.2022	
8	Девяткина Ирина Кузьминична	19.12.2022	
9	Зименкова Олеся Владимировна	19.12.2022	
10	Консвик Анна Васильевна	19.12.2022	
11	Косякова Маргарита Данииловна	19.12.2022	
12	Литвинцева Марина Сергеевна	19.12.2022	
13	Маркова Ирина Яковлевна	19.12.2022	
14	Матвеева Екатерина Михайловна	19.12.2022	
15	Мерлушкина Татьяна Сергеевна	19.12.2022	
16	Михайленко Андрей Анатольевич	19.12.2022	
17	Мягих Ольга Витальевна	19.12.2022	
18	Нущик Елена Викторовна	19.12.2022	
19	Поламарчук Сергей Андреевич	19.12.2022	
20	Попов Виктор Викторович	19.12.2022	
21	Попова Александра Валерьевна	19.12.2022	
22	Рыгалова Оксана Владимировна	19.12.2022	
23	Смирнова Светлана Николаевна	19.12.2022	
24	Шевцова Надежда Николаевна	19.12.2022	

**План мероприятий по реализации Корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников
МКОУ «Минская СОШ»**

№ п/п	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный исполнитель
1. Организационные мероприятия					
1	Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы	Информирование персонала о случаях наступления инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы	1 раз в квартал	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Михайленко А.А., и.о. директора
2	Организация и проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников	Организация и проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников	Ежегодно	КГБУЗ «Партизанская РБ»	Михайленко А.А., и.о. директора; Консвик А.В., завхоз
3	Организация культурного досуга сотрудников:	Посещение театра, выставки	Ежеквартально	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Белоколодова Л.В., педагог-организатор

	посещение музеев, театров, выставок и пр.				
4	Создание уголков здоровья	Создание информационного стенда, мотивирующего работников к ведению здорового образа жизни	До 01.02.2023 г.	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Михайленко А.А., и.о. директора; Консвик А.В., завхоз
5	Создание физкультурно-спортивного клуба по месту работы	Выполнение плана мероприятий по созданию и развитию ФСК по месту работы	До 30.05.2023 г.	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Белоколодова Л.В., педагог-организатор
6	Создание на официальном сайте рубрики «Корпоративный спорт»	Создание и размещение на официальном сайте информации о корпоративном спорте	До 09.01.2023 г.	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Михайленко А.А., и.о. директора
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках физкультурно-спортивного клуба)					
1	Участие в уникальном Всероссийском проекте «Производственная гимнастика»	Разработка комплекса упражнений, предназначенных для тех, кто в условиях офиса и сниженной двигательной активности выполняет умственную или административную работу, связанную с принятием ответственных решений,	До 09.01.2023 г.; Проведение – ежедневно	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Белоколодова Л.В., педагог-организатор; Баранов О.В., учитель физической культуры

		концентрацией внимания и коммуникациями. Проведение производственной гимнастики			
2	Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр	Проведение корпоративного мероприятия на открытом воздухе, приуроченных к праздничным дням: Новый год, День физкультурника, День защитника Отечества, Международный женский день, День знаний	Ежегодно		Белоколодова Л.В., педагог-организатор; Баранов О.В., учитель физической культуры
мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию					
1	Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания	Создание информационного стенда. Организация семинаров	До 09.01.2023 г. Ежегодно	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Консвик А.В., завхоз

2	Проведение конкурса здоровых рецептов	Мероприятие проводится в рамках «Дня физкультурника». Сотрудники отправляют ответственному лицу рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами	Ежегодно	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Белоколодова Л.В., педагог-организатор
3. Мероприятия, направленные на борьбу с курением					
1	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях МКОУ «Минская СОШ», знаками запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории)	Закупка знаков, запрещающих курение	Первый квартал 2023 г.	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Консвик А.В., завхоз
2	Проведение мероприятий в День отказа от курения	Составление программы. Организация и проведения мероприятий	Ежегодно	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Белоколодова Л.В., педагог-организатор
1. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя					
1	Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	Оформление информационного стенда	Первый квартал 2023 г.	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Михайленко А.А., и.о. директора
2. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом					

1	Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями	Разработка программы тренингов, семинаров, проведение консультаций	По запросу сотрудников	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Мягих О.В., педагог-психолог
2	Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию	Составление плана мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию сотрудников	До 01.09.2023 г.	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Бакшетская А.П., заместитель директора по УР
3	Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия	Подготовка информационных буклетов, подбор музыкального сопровождения нетрадиционных методов улучшения здоровья	До 01.09.2023	п. Мина, ул. Школьная, 3а	Белоколодова Л.В., педагог-организатор