Российская Федерация
Администрация Кумлякского сельского поселения
Уйского муниципального района Челябинской области

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от «10 » октября 2023 г. № 30

Об утверждении корпоративной программы здоровья сотрудников Администрации Кумлякского сельского Поселения Уйского муниципального района Челябинской области

В целях исполнения пункта 2, Протокола заседания координационного совета по формированию здорового образа жизни населения Уйского муниципального района Челябинской области, руководствуясь Федеральным законом от 06.10.2003г. № 131-ФЗ « Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», Администрация Кумлякского сельского поселения.

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить корпоративную программу укрепления здоровья сотрудников Администрации Кумлякского сельского поселения Уйского района Челябинской области (далее корпоративная карта) согласно приложению к настоящему постановлению
2.Опубликовать корпоративную программу на официальном сайте Администрации Кумлякского сельского поселения в информационно-телекоммуникационной сети « интернет»
3. Контроль за исполнением настоящего постановление оставляю за собой.

Глава поселения Лёвина Л.А.

Приложение

к Постановлению Администрации Кумлякского сельского поселения Уйского муниципального района Челябинской области от 10.10.2023 года № 30

Корпоративная программа укрепления здоровья сотрудников Администрации Кумлякского сельского поселения Уйского муниципального района Челябинской области

с. Кумляк

2023г.

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 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% 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 программы, посредством создания 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 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 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 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 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 и пр.

2. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, организации соревнований между трудовыми коллективами и прочее.

3. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.

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

5. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

1. Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, гимнастика для спины.

2. Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях,

3. Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и др.

4. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.

5. Участие в субботниках.

6. Организация футбольных, волейбольных, баскетбольных команд работников, занятия настольным теннисом.

8. Приобретение спортивного инвентаря для занятий спортом.

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

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки).

2. Создание для сотрудников специально оборудованных мест для приема пищи с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением.

1. Оценивается соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации.

2. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории предприятия).

3. Проведение мероприятий в День отказа от курения.

4. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах.

5. Оформление мест для курения вне территории предприятия: место для курения должно быть обозначено соответствующим знаком, установлена урна для окурков, размещен плакат о вреде курения, не должно быть оборудовано скамейкой, беседкой или другими атрибутами комфортного время провождения.

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.

2.Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.

1. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.

2. Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом.

3. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапии, музыкотерапия, фототерапия.

4. Формирование у работников таких личностных качеств, как жизнерадостность, стрессоустойчивость, целеустремленность, уверенность в себе на основе стабилизации душевного равновесия, поддержание в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия.

7. Ожидаемые результаты эффективности

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.
- 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.

План мероприятий

№	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.	Распределение обязанностей в сфере охраны труда между должностными лицами работодателя. Создание и функционирование системы управления охраной труда в организации. Проведение специальной оценки условий труда в соответствии с законодательством о специальной оценке условий труда. Организация и проведение процедуры управления профессиональными рисками. Проведение совещаний, семинаров, конференций, встреч заинтересованных сторон, переговоров с целью информирования работников об условиях труда на их рабочих местах, уровнях профессиональных рисков, а также о предоставляемых им гарантиях, полагающихся компенсациях. Обеспечение оптимальных режимов труда и отдыха работников.	постоянно	Администрация сельского поселения	Глава сельского поселения
2	Проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.	Составить и утвердить список контингента работников, подлежащих прохождению ПМО в Уйской ЦРБ.	ежегодно	Уйская ЦРБ	Глава и специалист сельского поселения

		Направить списки в Уйскую ЦРБ не позднее, чем за 2 месяца до согласованной датой начала проведения ПМО. Ознакомить работников, подлежащих прохождению ПМО с планом его проведения, не позднее, чем 10 дней до согласованной с Уйской ЦРБ даты.			
3	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок		по графику	ФАП с. Кумляк	Глава сельского поселения
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности					
1	Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, гимнастика для спины	Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте.	ежедневно	Рабочее место	специалист
2	Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде»,	Акция «на работу пешком»- ходить от дома до Администрации сельского поселения пешком и обратно. Акция «на работу на велосипеде»	Ежегодно апрель - октябрь	Администрация сельского поселения	специалист
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию					
1	Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки).	В здании администрации сельского поселения размещены информационные материалы	постоянно	Администрация сельского поселения	специалист
2	Оборудование специальных мест для приема пищи	Оборудовано место для чаепития.		Администрация сельского поселения	Глава сельского поселения
4. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом					

1	Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями.	Проведение анкетирования сотрудников по вопросу профессионального выгорания, разработка мероприятий, направленных на противодействие профессионального выгорания.	постоянно	Администрация сельского поселения	Глава сельского поселения	