

ПРИНЯТА

на Педагогическом совете

МАДОУ д/с № 393 «Росток»

город Новосибирск

Протокол № 2 от 26.10.2022

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 53/107 от 26.10.2022

Заведующий МАДОУ д/с № 393

город Новосибирск

Кудлюкова Н.А.



Корпоративная программа по сохранению и укреплению здоровья

«Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!»

Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения

детского сада № 393 «Росток» города Новосибирск

(срок реализации 2022-2024гг)

Новосибирск

Содержание

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

1. Актуальность

Программа по сохранению и укреплению здоровья сотрудников ДОУ 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 ДОУ 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 проекта Производственная гимнастика, посредством создания здоровье-сберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

Срок реализации программы: 2022-2024 год

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 и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия.

4. Ожидаемые результаты эффективности программы

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.
- Приверженность к ЗОЖ.
- 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 .
- Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни

План на 2022год

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Планируемые сроки реализации	По состоянию на декабрь 2022 г
<i>1. Создание благоприятных условий для укрепления здоровья и благополучия работников ДОУ:</i>			
Улучшение освещения рабочей зоны	администрация	2022 - 2024	Проведены работы на кухне, в бухгалтерии, методическом и логопедическом кабинетах, в группах, музыкальном и физкультурном зале.
Идентификация опасностей и оценки профессиональных рисков	заведующий, ответственный по ОТ	Ноябрь 2022	Проведена
Инструктаж по охране труда	ответственный по ОТ	по графику	Проведено
Инструктаж по пожарной безопасности	ответственный по пожарной безопасности	по графику	Проведено
Обучение навыкам оказания доврачебной помощи пострадавшим	Мед. работник	по графику	Проведен в ноябре
<i>2. Наблюдение за состоянием здоровья работников</i>			
Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры	администрация	по плану	Проведён
Профилактические осмотры (комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления заболеваний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения	администрация	по плану	Ведётся

группы здоровья и выработки рекомендаций для пациентов)			
Диспансеризация (комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья, включая определение группы здоровья.	администрация	по плану	Ведётся
Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (COVID-19)	администрация	по плану	Ведётся
<i>3. Повышение физической активности</i>			
Цикл мастер-классов по повышению физической активности	инструктор по ФК	2022-2024	Проводится
Тренировка спортивной команды ДОУ	инструктор по ФК	2022-2024	Проводится
Индивидуальные консультации для сотрудников ДОУ	инструктор по ФК	2022-2024	Оказаны

**План мероприятий по реализации корпоративной программы
по сохранению и укреплению здоровья сотрудников МАДОУ д/с № 393 «Росток»**

«Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!»

на 2023 год

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители.	Планируемые сроки реализации	Формы и названия планируемых мероприятий
<i>1. Создание благоприятных условий для укрепления здоровья и благополучия работников ДОУ:</i>			
Улучшение освещения рабочей зоны	администрация	С 2022 года по 2024 год	Проверка и устранение неполадок: Январь 2023 год
Идентификация опасностей и оценки профессиональных рисков	заведующий, ответственный по ОТ	Сентябрь 2023	
Инструктаж по охране труда	ответственный по ОТ	по графику	
Инструктаж по пожарной безопасности	ответственный по пожарной безопасности	по графику	
Обучение навыкам оказания доврачебной помощи пострадавшим	Мед. работник	по графику	
Мероприятия направленные на профилактику психологического и эмоционального благополучия	Педагог-психолог	Сентябрь 2023	Тренинг по профилактике профессионального выгорания «В гармонии с собой»

2. Наблюдение за состоянием здоровья работников

<p>Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры</p>	<p>администрация</p>	<p>по плану Март 2023</p>	
<p>Профилактические осмотры (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)</p>	<p>администрация</p>	<p>по плану</p>	
<p>Диспансеризация (комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья, включая определение группы здоровья.</p>	<p>администрация</p>	<p>по плану</p>	
<p>Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (COVID-19)</p>	<p>администрация</p>	<p>по плану</p>	

Мероприятия направленные на диагностику и профилактику заболеваний и формирование ЗОЖ	Мед. Работник	Февраль 2023	Презентация «Будьте здоровы»
Мероприятия направленные на развитие культуры здорового питания	Мед. работник	Октябрь 2023	Презентация: «Секреты здорового питания»
Мероприятия направленные на профилактику потребления алкоголя и курения	Мед. работник	Февраль 2023	Беседа: «Меня привычки-меняем жизнь»
Мероприятия по организации базовых условий для поддержания здоровья	Заведующий, ответственный по ОТ, Мед. работник,	Следить за состоянием освещения на протяжении всего периода реализации корпоративной программы С 2022 года по 2024 год	Видеопрезентация: «Чистота на рабочих местах-залог здоровья сотрудников»

3. Повышение физической активности

Цикл мастер-классов по повышению физической активности	инструктор по ФК	Февраль, Май, Август, Ноябрь – 2023	Ежеквартально «Фитнес-паузы» «Фитбол-гимнастика» «Утренняя гимнастика» «Спорт это жизнь»
Тренировка спортивной команды ДОУ	инструктор по ФК	Два раза в неделю 2023	«Фитнес-паузы» «Фитнес» «Растяжка» «Гимнастика для спины»

индивидуальные
консультации для
сотрудников ДОУ

инструктор по
ФК

Январь, Июнь,
Декабрь
2023

«Что такое фитнес-паузы»
«Как не навредить при
выполнении растяжки»
«Какую лучше применять
гимнастику для спины»

План мероприятий на 2024 год корректируется.