

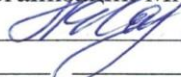


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ»**

660073, г. Красноярск, ул. Устиновича, д. 24 «А»
ИНН 2465062003 КПП 246501001
тел. 245-59-98, 245-52-17; E-mail: udo_cps@mailkrsk.ru

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель первичной профсоюзной
организации МАОУ ДО ЦПС


_____ П.Е. Савинкина
_____ 2022г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ ДО ЦПС

Д.Г. Давыдов

Приказ № 01-04-271/1 от «28» 11.2022г.



Программа МАОУ ДО ЦПС

«Сохранение и укрепление здоровья сотрудников на рабочих местах»

2022 г.

ВВЕДЕНИЕ

Программа укрепления здоровья работников Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр профессионального самоопределения» (Далее - МАОУ ДО ЦПС) на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития социально значимых хронических заболеваний.

Данный риск 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 МАОУ ДО ЦПС в рамках здоровье формирующей программы, посредством создания здоровье сберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

1. Актуальность программы

Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам.

Рабочее место оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По показателю почти 60% общего бремени болезней обусловлено 7 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. Одной из задач национального проекта «Демография», а также входящих в него федерального и региональных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» является разработка, утверждение в установленном порядке и реализация корпоративных программ по общественному здоровью, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников.

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

Мероприятия по укреплению здоровья работающего населения – система мер в рамках политики учреждения по охране здоровья.

2. Нормативно -правовая база

1. Конституция Российской Федерации
2. Указ Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 "Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года".
3. Указа Президента РФ от 09.05.2017 № 203 "О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы".
4. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 (ред. от 19.07.2018 № 444) «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
5. Паспорт федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
6. Паспорт национального проекта «Демография». Утверждён 24 декабря 2018 года на заседание президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
7. Паспорт федерального проекта «Спорт - норма жизни» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседание президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
8. Трудовой Кодекс Российской Федерации, статья 213

9.Федеральный закон от 24.07.1998 № 125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний»

10.Федеральный закон "Об основах обязательного социального страхования" от 16.07.1999 N 165-ФЗ

11.Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" (с изменениями и дополнениями)

12.Федеральный закон от 10.07.2001 № 87-ФЗ «Об ограничении курения табака»

13.Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ "Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации"

14.Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»

15.Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

16. Федеральный закон от 28.12.2013 N 426-ФЗ "О специальной оценке условий труда"

17. Приказ Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 № 302н "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда" (зарегистрировано в Минюсте России 21.10.2011 № 22111).

18. Приказ Минздравсоцразвития России от 01.03.2012 № 181н «Типовой перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков»

19. Приказ Минтруда России от 19.08.2016 № 438н «Об утверждении типового положения о системе управления охраной труда».

3.Тип корпоративной программы

По степени охвата: трудовой коллектив работников МАОУ ДО ЦПС.

По содержанию: образовательные (школы и дни здоровья, семинары, поддержка онлайн-ресурсов, посвященных проблемам здоровья и т. п.).

Программа - элемент системы охраны здоровья работающих. Она включает расширенный перечень задач по управлению здоровьем, помимо профилактики профессиональных и профессионально связанных заболеваний, травм и находится в компетенции мер по охране труда.

3. Цели программы

1.1 Сохранение и укрепление здоровья работников МАОУ ДО ЦПС 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 МАОУ ДО ЦПС 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.

4. 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.

5. Перечень направлений, мероприятий по их реализации и индикаторов

1. Создание благоприятной рабочей среды и оптимальных гигиенических условий для укрепления здоровья и благополучия работников МАОУ ДО ЦПС

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 организации — ключевой элемент,

благодаря которому обеспечивается безопасность сотрудников. Данная часть общей системы управления охраной труда направлена на защиту здоровья и жизни работников.

Положительное воздействие внедрения системы управления охраной труда на уровне организации, выражается в снижении воздействия опасных и вредных производственных факторов и рисков, повышении производительности труда.

Перечень мероприятий	Ответственные лица	Сроки реализации	Индикаторы
Изменение рабочей среды, в том числе: повышение комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания.	Административный персонал, специалист по охране труда	постоянно	Уменьшение процента работников с эмоциональным выгоранием, психологическая стабилизация работников
Охрана и безопасность труда (контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда).	Специалист по охране труда	постоянно	
Предупреждение несчастных случаев (обучение и инструктажи по предотвращению риска получения травмы).	Специалист по охране труда	постоянно	Уменьшение количества несчастных случаев
Оценка производственных рисков, приводящих к расстройству здоровья, а именно: проведение СОУТ на рабочих местах, организация производственного санитарного контроля, утверждение положения о системе управления охраной труда).	Директор, руководители структурных подразделений, специалист по охране труда	постоянно	Увеличение количества рабочих мест, на которых улучшены условия труда по результатам СОУТ (подтвержденные результатами СОУТ)

2. Медицинские мероприятия

Цель: Обеспечение охвата медицинскими осмотрами работников.

Перечень мероприятий	Ответственные лица	Сроки реализации	Индикаторы
Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры.	Отдел кадров, специалист по охране труда	постоянно	Процент охвата медосмотрами работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда.
Профилактические осмотры (комплекс медицинских)	Отдел кадров Специалист по	постоянно	Процент охвата медосмотрами

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).	охране труда		работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда.
--	--------------	--	--

3. Профилактика употребления табака

Цель: Соблюдение запрета потребления табака на предприятии.

Описание: Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий 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 предприятия путем издания внутренних нормативных документов. Для осуществления практики необходимо издать внутренний документ: НПА, стандарт МАОУ ДО ЦПС :

- о запрете курения на территории МАОУ ДО ЦПС (включая открытую территорию);
- о запрете потребления любых электронных сигарет, испарителей и устройств с нагреванием табака;

Практика не требует дополнительного финансирования.

Перечень мероприятий	Ответственные лица	Сроки реализации	Индикаторы
Установление запрета курения на рабочих местах и на территории предприятий (оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение).	Руководители структурных подразделений, специалист по охране труда	Однократно, в начале программы	Процент курящих сотрудников, сокративших количество перекуров, %.
Организация индивидуальной и групповой поддержки по мобильным приложениям, мессенджере и чатах.	Психологи, руководители структурных подразделений, специалист по охране труда	Однократно, в начале программы	Процент курящих сотрудников, сокративших количество перекуров, %.

4. Отказ от употребления алкоголя и других психоактивных веществ

Цель: Повышение осведомленности работников и менеджеров о вреде, связанном с алкоголем и другими психоактивными веществами, и рисках, связанных с ними на рабочем месте.

Описание: Коммуникационная кампания, направленная на повышение осведомленности сотрудников, является ключевым компонентом, предваряющим 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 и контактной информацией, куда можно обратиться за помощью.

Перечень мероприятий	Ответственные лица	Сроки реализации	Индикаторы
Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вреда алкоголя и других психоактивных веществ.	Руководители структурных подразделений, специалист по охране труда	До устойчивого результата	Рост числа сотрудников с положительным отношением безалкогольным праздникам.
Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.	Руководители структурных подразделений, специалист по охране труда	До устойчивого результата	Рост числа сотрудников с положительным отношением безалкогольным праздникам.
Изменение отношения персонала к употреблению алкоголя как необходимому атрибуту праздника.	Руководители структурных подразделений, специалист по охране труда	До устойчивого результата	Рост числа сотрудников с положительным отношением безалкогольным праздникам.

5. Повышение физической активности

Цель: Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях, организации физкультур-брейков.

Описание: Компания, направленная на повышение физической активности работников, является ключевым компонентом действий, направленных на снижение стрессовых ситуаций, на рабочем месте, уменьшения психофизической нагрузки, сплочения коллектива.

Перечень мероприятий	Ответственные лица	Сроки реализации	Индикаторы
Организация спортивно-командных мероприятий	Руководители структурных подразделений, профсоюз, специалист по охране труда	Без ограничений	Снижение количества работников с низким уровнем физической активности, %
Организация физкультур-брейков	Руководители структурных подразделений, профсоюз,	Без ограничений	Снижение количества работников с низким уровнем физической активности, %

	специалист по охране труда		
Организация использования мобильных приложений к смартфону «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни»	Руководители структурных подразделений, профсоюз, специалист по охране труда	Без ограничений	Снижение количества работников с низким уровнем тренированности, %

6. Сохранение психологического здоровья и благополучия, повышение корпоративной культуры

Цель: Достижение высокого уровня участия работников в программах здорового образа жизни.

Описание: При проведении коммуникационной кампании важно ориентироваться на количественные показатели, а именно какое количество работников изучит профилактический материал, примет участие в оздоровительных мероприятиях. Необходимо учитывать, что высокоэффективные коммуникационные кампании могут потребовать потратить рабочее время на участие в оздоровительной акции, что может привести к переработке. Для достижения целевого эффекта необходимо использовать несколько каналов коммуникации (желательно 2 вида), в том числе рассылку по электронной почте и оповещение работников на собраниях.

Перечень мероприятий	Ответственные лица	Сроки реализации	Индикаторы
Проведение коммуникационной кампании по популяризации ЗОЖ (социальный маркетинг).	Руководители структурных подразделений, профсоюз, специалист по охране труда	Постоянно действующая практика	Уровень удовлетворенности работой (% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду)
Проведение «Кружков здоровья» (открытые встречи с руководством (в индивидуальном или групповом формате), для обсуждения вопросов и проблем создания благоприятной среды).	Руководители структурных подразделений, профсоюз, специалист по охране труда	Постоянно действующая практика	Уровень удовлетворенности работой (% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду)
Проведение недели психоэмоционального здоровья (оздоровительное тестирование)	Психологи, профсоюз, специалист по охране труда	Постоянно действующая практика	Уровень удовлетворенности работой (% изменений по

(оценка риска Возникновения хронических неинфекционных заболеваний, оценка функциональных параметров организма).			сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду)
Создание комнаты психоэмоциональной разгрузки.	Психологи, профсоюз, специалист по охране труда	Постоянно действующая практика	Уровень удовлетворенности работой (% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду)

6. 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 стоимости затрат на медицинское обслуживание;
- 4.8. Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- 4.9. Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- 4.10. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- 4.11. Профилактика вредных привычек;
- 4.12. Улучшение имиджа организации по мнению работников и повышение их мотивации;
- 4.13. Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала;

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.

Разработал

К.С. Архипенко