

Утверждаю:
Директор ГБУ РК «ЦСЗН
Прилузского района»
_____ Т.В. Чукилева
« ____ » _____ 2020 год

***Корпоративная программа укрепления
здоровья на рабочем месте работников ГБУ
РК «ЦСЗН Прилузского района»***

**БЫТЬ ЗДОРОВЫМ,
ЖИТЬ АКТИВНО -
ЭТО СТИЛЬНО, ПОЗИТИВНО!**

Проект подготовил:
специалист по охране труда
Жданова Светлана Борисовна

Общее положение

Здоровье каждого работника является важным условием деятельности ГБУ РК «ЦСЗН Прилузского района» для выполнения задач, стоящих перед социальной защитой.

Повышение эффективности труда работников учреждения, невозможно без приверженности их к здоровому образу жизни, который должен стать фундаментом их собственного здоровья.

По определению ВОЗ «здоровье – состояние полного физического, духовного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Корпоративная программа ГБУ РК «ЦСЗН Прилузского района» разработана с целью укрепления и сохранения здоровья через комплекс мероприятий, направленных на создание необходимых условий, способствующих повышению приверженности работников социальной сферы здоровому образу жизни и стрессоустойчивости; формирование культуры и ценностей здорового образа жизни работников на рабочем месте в ГБУ РК «ЦСЗН Прилузского района».

Цели Программы:

- ✓ Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.
- ✓ Сохранение и укрепление здоровья работников ГБУ РК «ЦСЗН Прилузского района», профилактика заболеваний, факторами риска которых является низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление; сокращение сроков восстановления здоровья работников, выявление и коррекция факторов хронических неинфекционных заболеваний.
- ✓ Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.
- ✓ Развитие и сохранение трудового потенциала работников ГБУ РК «ЦСЗН Прилузского района» реализация ими своих способностей, формирование и сохранение профессионального здоровья, профессионального долголетия.
- ✓ Популяризация здорового образа жизни.
- ✓ Улучшение психологического климата в коллективе.
- ✓ Улучшение условий труда, быта и отдыха работников ГБУ РК «ЦСЗН Прилузского района».

✓ Продвижение ценностей здорового образа жизни путём вовлечения работников учреждения и членов семьи в мероприятия по укреплению здоровья, а также созданий условий, способствующих повышению приверженности к здоровому образу жизни.

Приоритетными задачами Корпоративной программы являются:

- Разработка перспективных и увеличение объема существующих оздоровительных мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний работников ГБК РК «ЦСЗН Прилузского района».
- Укрепление здоровья работников на рабочем месте, содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности и активное привлечение самих работников к участию в Программе по укреплению здоровья на рабочем месте.
- Создание условий для ведения и продвижения здорового образа жизни.
- Организация гигиены труда.
- Выполнение нормативных требований по видам подготовки.
- 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 пр.
- Популяризация здорового образа жизни в обществе при помощи демонстрации собственного примера.
- Выявление заболеваний на ранних стадиях, санаторно-курортное и профилактическое лечение работников.
- Снижение рисков несчастных случаев на производстве.
- Контроль и оценка эффективности мероприятий Программы.

Этапы реализации программы

- I. Издание приказа о реализации программы в учреждении.
- II. Разработка программы и плана мероприятий.
- III. Реализация мероприятий программы.
- IV. Оценка эффективности проводимых мероприятий.
- V. Подведение итогов, награждение победителей.

Мероприятия Программы:

Блог 1. Организационные мероприятия

✚ Разработка программы по укреплению здоровья на рабочем месте.

✚ Проведение инструктажа для работников учреждения, с целью предупреждения производственного травматизма.



✚ Организация контроля за проведением периодического медицинского осмотра.

✚ Организация поощрения за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни.



Блог 2. «Наше здоровье в наших руках» - определение группы здоровья, планирование и выполнение мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья; предупреждение и выявление социально значимых, начальных форм профессиональных заболеваний; предупреждение и снижение заболеваемости работников инфекционными заболеваниями - включает в себя:

- ✎ Проведение предварительных медицинских осмотров при поступлении на работу, периодических медицинских осмотров в процессе трудовой деятельности, согласно требований приказа Минздравсоцразвития РФ №302н от 12.04.2011 г.

- ✎ Прохождение работниками ежегодной диспансеризации в рамках диспансеризации взрослого населения.

- ✎ Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок, в том числе гриппа, кори, дифтерии, гепатита В.

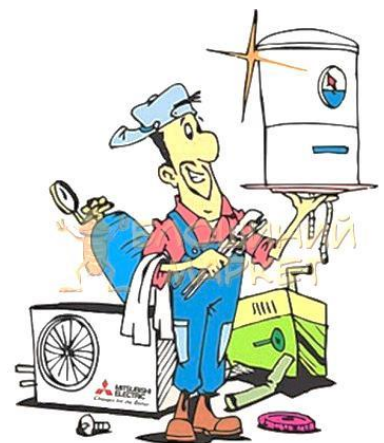


**ВАКЦИНАЦИЯ-
ПРОТИВ ГРИППА**

- ✎ Ежегодное дистанционное обучение безопасным методам и приемам выполнения работ по оказанию первой доврачебной помощи пострадавшим, профилактика ВИЧ/СПИД на рабочем месте.



- ✎ Приобретение необходимой бытовой техники для мест приема пищи в структурных подразделениях учреждения, оборудованы санитарные комнаты в соответствии с СП и СанПиН.



Блог 2. «Будь активным – будь здоров!» - включают в себя физкультурно-спортивные мероприятия, направленные на повышение двигательной активности работников:

◆ Участие в физкультурно – оздоровительных общероссийских и районных мероприятиях и акциях «Кросс наций», «Лыжня России», «Велоночь», «Весёлые старты» - направленные на повышение двигательной активности работников, снятие напряжения, стресса, снижение утомляемости.



◆ Групповые занятия по скандинавской ходьбе с инструктором - направленные на повышение двигательной активности, выносливости, укрепление здоровья работников.



◆ Проведение спортивных соревнований между структурными подразделения учреждения в канун дня Социального работника – направленные на повышение двигательной активности, усиление мотивации на здоровьесберегающее поведение.

◆ Участие в программе сдачи ГТО, совместные походы, выезды на природу.

◆ Дни здоровья – проведение акции: «На работу пешком», «На работу на велосипеде».



Блог 3. «Семейный отдых. Семейные традиции» включает в себя продолжение укрепления здорового образа жизни в семье (семейные спортивные мероприятия, совместный отдых и т.д.):

♦ В выходные дни по семейным традициям совершаются зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах.



♦ Летний отдых членов семьи и детей.

♦ Занятие в кружках «Фитнес».

♦ Участие в Спартакиадах, командных спортивных соревнованиях «Мама, папа, я - Спортивная семья» и т.д.

**СТАНЬ ЧАСТЬЮ
НАШЕЙ КОМАНДЫ**



Блог 3. «Внимание конкурс!»

■ проведение конкурсов посвященных пропаганде здорового образа жизни, фотоконкурс «Я люблю ЗОЖ»,



Лучший плакат»; «Рецепт женского здоровья», в котором участникам конкурса необходимо подготовить информационные материалы своих «рецептов здоровья и долголетия».



Победить может каждый!!!

Всем крепкого здоровья, пусть жизненной энергии хватает на настоящие подвиги, активность бьет фонтаном, а настроение будет просто потрясающим

Ожидаемые результаты программы:

- ★ Повышение уровня культуры здоровья у работников, снижение уровня потребительского отношения к своему здоровью.
- ★ Отсутствие производственного травматизма, уменьшение количества сотрудников, временно нетрудоспособных по болезни.
- ★ Сохранение здоровья и выполнение социально активной роли в обществе в пожилом возрасте, увеличение продолжительности жизни.
- ★ Рост престижности профессии социального работника, сохранение трудового потенциала и увеличение кадровых ресурсов ГБУ РК «ЦСЗН Прилузского района». Сокращение потери рабочего времени.
- ★ Укрепление здоровья, улучшение физической подготовленности, улучшение самочувствия.
- ★ Формирование устойчивого стремления работников к здоровому образу жизни.
- ★ Минимализация отклонений санитарно-гигиенических норм и требований, обеспечивающих безопасность и комфортность на рабочих местах.
- ★ Сохранение Семейных традиций.

Срок реализации Программы – без ограничений.

Индикаторы Программы: Административное поощрение, участие работников в мероприятиях по здоровому образу жизни.

Индикаторы результата: уменьшение % работников с низким уровнем физической активности.

**Ответственные лица за проведение мероприятий
Корпоративной программы:**

Заместитель директора – заведующий ТЦСН, специалист по охране труда, заведующие структурными подразделениями, медицинская сестра, начальник ОКР.

**Личная заинтересованность работников «ГБУ РК «ЦСЗН
Прилузского района» – ключевое условие эффективного внедрения
Корпоративной программы**