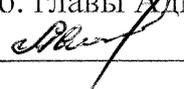


ПРИНЯТО

решением членов рабочей группы
по охране труда и безопасности
производства на территории
Солонешенского района от 01.04.2024
Председатель рабочей группы

 С.В. Осетрова

УТВЕРЖДАЮ

И. о. главы Администрации района
 А.В. Сысоев

Корпоративная программа укрепления здоровья работников
Администрации Солонешенского района Алтайского края
(далее по тексту – Программа)

1. Введение

Здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов (определение ВОЗ).

Здоровый образ жизни – образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление организма в целом.

Внедрение корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте является частью государственной политики в рамках федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография». Корпоративные программы укрепления здоровья направлены на улучшение здоровья и благосостояния людей трудоспособного возраста.

Укрепление здоровья на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития наиболее социально значимых хронических заболеваний, который повышается при нерациональном питании, недостатке физической активности, стрессах на рабочем месте, курении.

Корпоративная программа Администрации Солонешенского района Алтайского края (далее по тексту - Администрация) разработана с целью укрепления и сохранения здоровья через комплекс мероприятий, направленных на создание необходимых условий, способствующих повышению приверженности работников Администрации и подведомственных ей учреждений здоровому образу жизни и стрессоустойчивости, формирование культуры и ценностей здорового образа жизни работников на рабочем месте.

2. Цель программы

Сохранение и укрепление здоровья работников Администрации, профилактика заболеваний, факторами риска которых является низкая физическая активность, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление; сокращение сроков восстановления здоровья работников.

3. Задачи программы

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

Укрепление здоровья работников через пропаганду здорового образа жизни (отказ от табакокурения, здоровое питание);

Повышение физической активности;

Снижение эмоционального выгорания работников и повышение стрессоустойчивости;

Контроль и оценка эффективности мероприятий Программы.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

4. Сроки реализации

Программа реализуется ежегодно. По окончании годового плана реализации программы проводится анализ и оценка полученных показателей результативности, на основании полученных данных при необходимости корректируются мероприятия для реализации программы.

5. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия.

1. Организация прохождения сотрудниками ежегодной диспансеризации/профилактического медицинского осмотра. Вакцинопрофилактика работников;

2. Анализ результатов здоровья работников и оценка результатов обследования на факторы риска инфекционных заболеваний;

3. Выбор направления/направлений программы: повышение физической активности, отказ от курения, сохранение психологического здоровья;

4. Проведение инструктажа для работников Администрации, с целью предупреждения производственного травматизма;

5. Ежегодное дистанционное обучение безопасным методам и приемам

выполнения работ, и оказанию первой доврачебной помощи пострадавшим.

6. Назначение ответственных лиц за разработку и реализацию программы.

Блок 2. Мероприятия, направленные на борьбу с курением.

1. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения в корпоративных социальных сетях, чатах в мессенджерах.

2. Соблюдение Федерального закона от 23.02.2013 № 15 – ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»;

3. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение;

4. Проведение профилактических мероприятий в День отказа от курения (в третий четверг ноября);

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

1. Информирование работников о правилах здорового питания (семинары, тренинги, аудио, видео, буклеты);

2. Проведение тематических Дней здорового питания;

3. Проведение конкурса «здоровых рецептов».

Блок 4. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

1. Информирование работников о пользе физической активности, повышение мотивации к занятиям физической культурой и спортом;

2. Проведение ежедневных физкультминуток (гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика и т.п.);

3. Участие коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах и т.п.;

4. Проведение соревнований между трудовыми коллективами;

5. Организация участия работников в сдаче нормативов ГТО;

6. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр;

7. Организация культурно – спортивных мероприятий для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых.

Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.

1. Проведение антистрессовых тренингов, консультаций;
2. Проведение мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию (организация культурного досуга сотрудников, экскурсий и пр.);
3. Формирование у работников личностных качеств, таких как жизнерадостность, целеустремленность, стрессоустойчивость, уверенность в себе на основе поддержания в коллективе атмосферы взаимности, поддержки и доверия.

Ожидаемые результаты программы

1. Повышение уровня культуры здоровья у работников, снижение уровня потребительского отношения к своему здоровью;
2. Отсутствие производственного травматизма. Уменьшение количества сотрудников временно нетрудоспособных по болезни;
3. Рост престижности профессии муниципального служащего, сохранение трудового потенциала и увеличение кадровых ресурсов Администрации;
4. Укрепление здоровья, улучшение физической подготовки, улучшение самочувствия;
5. Формирование устойчивого стремления работников к здоровому образу жизни;
6. Улучшение условий труда;
7. Сохранение семейных традиций.

Ответственные лица за проведение мероприятий Корпоративной программы: заместители главы Администрации Солонешенского района, управляющий делами Администрации района, руководители подведомственных организаций, главный специалист комитета по экономике, предпринимательству, туризму и труду (ответственный за охрану труда Администрации).

**План организации и проведения мероприятий в рамках программы
«Укрепление здоровья работников Администрации» на 2024-2026 гг.**

| № п/п | Мероприятие | Сроки проведения | Ответственный организатор | Непосредственный исполнитель | Отметка об исполнении |
|--|---|------------------|--|--|-----------------------|
| 1. Организационные мероприятия | | | | | |
| 1.1 | Назначение ответственных лиц за разработку и реализацию программы | II- квартал | Администрация Солонешенского района | Заместители главы Администрации Солонешенского района, управляющий делами Администрации района, руководители подведомственных организаций, главный специалист комитета по экономике, предпринимательству, туризму и труду (ответственный за охрану труда Администрации). | |
| 1.2 | Инструктаж по предупреждению производственного травматизма работников Администрации | II, IV квартал | Администрация Солонешенского района | Главный специалист комитета по экономике, предпринимательству, туризму и труду (ответственный за охрану труда Администрации) | |
| 1.3 | Ежегодный медицинский осмотр/диспансеризация | В течение года | Администрация Солонешенского района | КГБУЗ «Солонешенская ЦРБ» | |
| 2. Мероприятия, направленные на борьбу с курением | | | | | |
| 2.1 | Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения | в течение года | Администрация Солонешенского района | КГБУЗ «Солонешенская ЦРБ» | |

| | | | | | |
|--|---|----------------|---|---|--|
| | сети, чаты в мессенджерах) Мероприятие «Чистые легкие» в День отказа от курения | | | | |
| 2.2 | Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение | I - квартал | Администрация Солонешенского района | Заведующий хозяйством | |
| 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию | | | | | |
| 3.1 | Информирование сотрудников о правилах здорового питания | В течение года | Администрация Солонешенского района | КГБУЗ «Солонешенская ЦРБ» | |
| 3.2 | Обеспечение сотрудников доступом к чистой питьевой воде | В течение года | Администрация Солонешенского района | Администрация района, начальники отделов, руководители подведомственных организаций | |
| 3.3 | Тематический День здорового питания | 3 июня | Администрация Солонешенского района | КГБУЗ «Солонешенская ЦРБ» | |
| 4. Мероприятия, направленные на повышение физической активности | | | | | |
| 4.1 | Пропаганда физической культуры и спорта | В течение года | Администрация Солонешенского района | Начальник отдела по спорту, главный специалист комитета по образованию и делам молодежи Администрации района (специалист по молодежи) | |
| 4.2 | Проведение ежедневных физкультурминуток (гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика) | В течение года | Администрация Солонешенского района, начальники отделов, руководители, подведомственных организаций | Сотрудники Администрации Солонешенского района | |
| 4.3 | Подготовка к выполнению и выполнение нормативов испытаний ВФСК «ГТО» | В течение года | Администрация Солонешенского района | Отдел по спорту Администрации Солонешенского района | |
| 4.4 | Участие коллектива в спортивных | II - квартал | Администрация | Отдел по спорту Администрации | |

| | | | | | |
|---|--|----------------|-------------------------------------|--|--|
| | мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах и т.п. | | Солонешенского района | Солонешенского района | |
| 4.5 | Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр | В течение года | Администрация Солонешенского района | Отдел по спорту Администрации Солонешенского района | |
| 5. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом | | | | | |
| 5.1 | Информирование сотрудников о способах снижения стресса, и профилактики профессионального выгорания | В течение года | Администрация Солонешенского района | КГБУЗ «Солонешенская ЦРБ» | |
| 6. Контроль и оценка эффективности программы | | | | | |
| 6.1 | Контроль и оценка эффективности мероприятий корпоративной программы «Укрепление здоровья работников» | Декабрь | Администрация Солонешенского района | Администрация Солонешенского района, КГБУЗ «Солонешенская ЦРБ» | |