

Принято на общем собрании
работников школы (наименование)
Протокол № 3 от 18.12.2023г.

Утверждаю:
Заведующий
_____ Кальбина Н.В.
«18» декабря 2023г.

**Корпоративная программа
укрепления здоровья сотрудников
МБДОУ д/с «Солнышко»
на 2023 год и плановый период 2024 и 2025 годов**

с.Партизанское, 2023

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 МБДОУ д/с «Солнышко» (далее – работодатель) 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% 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 здоровьесберегающей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или 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 МБДОУ д/с «Солнышко» (далее – организация) разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе, 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.
- Снижение потребления алкоголя.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия.

4. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия

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

2. Организация и проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.

3. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок и пр.

4. Создание уголков здоровья.

5. Создание физкультурно-спортивного клуба по месту работы.
6. Создание на официальном сайте МБДОУ д/с «Солнышко» рубрики «Корпоративный спорт».

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках мероприятий физкультурно-спортивного клуба)

1. Участие в уникальном Всероссийском проекте «Производственная гимнастика».
2. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.
3. Организация пеших прогулок в обеденное время.

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

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания.
2. Проведение конкурса здоровых рецептов (сотрудники отправляют куратору рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами).

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением

1. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях МБДОУ д/с «Солнышко», знаками запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории МБДОУ д/с «Солнышко»).
2. Проведение мероприятий в День отказа от курения.

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.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

1. Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.
2. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.
3. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия.

4. Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки.

7. Ожидаемые результаты эффективности

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.
- Увеличение продолжительности жизни.
- Приверженность к ЗОЖ.
- 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.
- Повышение имиджа организации.
- 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.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО»
с. Партизанское**

ПРИКАЗ

«18» декабря 2023 г.

№ 114

Об утверждении Плана мероприятий
по реализации Корпоративной программы
укрепления здоровья сотрудников МБДОУ д/с «Солнышко»
на 2023 год и на плановый
период 2024 и 2025 годов

С целью реализации Корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников МБДОУ д/с «Солнышко» на 2023 год и на плановый период 2024 и 2025 годов, утвержденной 18.12.2023, с учетом мнения общего собрания работников МБДОУ д/с «Солнышко» (протокол № 3 от 18.12.2023)

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить План мероприятий по реализации Корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников МБДОУ д/с «Солнышко» (приложение 1).
2. Делопроизводителю Тюркиной И.Н. ознакомить с настоящим приказом работников под подпись.
3. Контроль за исполнением приказа возложить на старшего воспитателя Голевскис Т.В.

Заведующий:

Н.В.Кальбина

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО»
с. Партизанское**

ПРИКАЗ

«18» декабря 2023 г.

№ 113

Об утверждении
корпоративной программы
«Укрепление здоровья работающих»

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024года», в целях мотивации к ведению сотрудниками здорового образа жизни,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить согласованную с председателем профсоюзного комитета корпоративную программу «Укрепление здоровья сотрудников МБДОУ д/с «Солнышко».
2. Делопроизводителю Тюркиной И.Н. обеспечить ознакомление с корпоративной программой «Укрепление здоровья сотрудников МБДОУ д/с «Солнышко» всех работников учреждения.
3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий:

Н.В.Кальбина

Приложение 1
к приказу от 18.12.2023г. № 114

План мероприятий

№ п/п	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	Информирование персонала о случаях наступления инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы	1 раз в квартал	МБДОУ д/с «Солнышко»	Заведующий Кальбина Н.В., завхоз Тюркина И.Н.
2	Организация и проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников	Организация и проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников	Ежегодно	по месту жительства сотрудников	Заведующий Кальбина Н.В., завхоз Тюркина И.Н.
3	Создание уголков здоровья	Создание информационного стенда, мотивирующего работников к ведению	До 20.02.2024	МБДОУ д/с «Солнышко»	Краснова О.А. , воспитатель

		здорового образа жизни			
4	Создание физкультурно-спортивного клуба по месту работы	Выполнение плана мероприятий по созданию и развитию ФСК по месту работы		МБДОУ д/с «Солнышко»	Лунева И.А., воспитатель
5	Создание на официальном сайте МБДОУ д/с «Солнышко» рубрики «Корпоративный спорт»	Создание и размещение на официальном сайте МБДОУ д/с «Солнышко» информации о корпоративном спорте	До 20.02.2024	МБДОУ д/с «Солнышко»	Голевский Т.В. старший воспитатель
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках физкультурно-спортивного клуба)					
1	Участие в уникальном Всероссийском проекте «Производственная гимнастика»	Разработка комплекса упражнений, предназначенных для тех, кто в условиях офиса и сниженной двигательной активности выполняет умственную или административную работу, связанную с принятием ответственных решений, концентрацией внимания и коммуникациями. Проведение производственной гимнастики	До 12.12.2022 Проведение - ежедневно	МБДОУ д/с «Солнышко»	Зубрицкая Ю.М. Инструктор по физической культуре

2	Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр	Проведение корпоративного мероприятия на открытом воздухе, приуроченных к праздничным дням: Новый год, День физкультурника, День защитника Отечества, Международный женский день, День знаний	Ежегодно		Зубрицкая Ю.М. Инструктор по физической культуре
3	Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком»	Организация пеших прогулок	Ежквартально		Заведующий Кальбина Н.В., завхоз Тюркина И.Н.
4.	Соревнования в обеденное время «Попади в десятку» - дартс.	Проведение соревнований на первом этаже и на втором этаже	ежквартально		Лунева И.А., воспитатель
5.	Соревнования с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников	Проведение соревнований на первом этаже и на втором этаже	Статистика еженедельно		Лунева И.А., воспитатель
6.	Занятия фитнесом	Проведение занятий	Каждый вторник и четверг		Лунева И.А., воспитатель
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию					
1	Информирование работников об основах рациона здорового питания:	Создание информационного стенда. Организация семинаров	До 20.02.2024 Ежегодно	МБДОУ д/с «Солнышко»	Лунева О.А., воспитатель

	размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания				
2	Проведение конкурса здоровых рецептов	Мероприятие проводится в рамках «Дня физкультурника». Сотрудники отправляют ответственному лицу рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами	Ежегодно	МБДОУ д/с «Солнышко»	Лунева О.А., воспитатель
4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением					
1	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях МБДОУ д/с «Солнышко», знаками запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории МБДОУ д/с «Солнышко»)	Закупка знаков, запрещающих курение	Первый квартал 2024	МБДОУ д/с «Солнышко»	Заведующий Кальбина Н.В., завхоз Тюркина И.Н.
2	Проведение мероприятий в День отказа от курения	Составление программы. Организация и проведения мероприятий	Ежегодно	МБДОУ д/с «Солнышко»	Заведующий Кальбина Н.В., завхоз Тюркина И.Н.

5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя					
1	Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	Оформление информационного стенда	До 20.02.2024	МБДОУ д/с «Солнышко»	Заведующий Кальбина Н.В., завхоз Тюркина И.Н.
6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом					
1	Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями	Разработка программы тренингов, семинаров, проведение консультаций	По запросу сотрудников	МБДОУ д/с «Солнышко»	Голевскис Т.В. ст.воспитатель
2	Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию	Составление плана мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию сотрудников	До 20.02.2024	МБДОУ д/с «Солнышко»	Голевскис Т.В. ст.воспитатель
3	Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия	Подготовка информационных буклетов, подбор музыкального сопровождения нетрадиционных методов улучшения здоровья	До 20.12.2023	МБДОУ д/с «Солнышко»	Семенова Т.А., диетсестра

4	Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки	Оборудование аудитории массажным креслом, «звездным небом» для психоэмоциональной разгрузки сотрудников	До 20.02.2024	МБДОУ д/с «Солнышко»	Психологи: Лунева И.А., Голевскис Т.В., Краснова О.А., Лунева О.А.
---	---	---	---------------	----------------------	--