

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад Берёзка»
(МБДОУ «Детский сад «Берёзка»)

Принято общим собранием
трудоого коллектива
Протокол № 2 от 01.09.2021



Утверждаю
Заведующая *Е. В. Гонтарева*
Приказ от 01.09.2021 № 152

Корпоративная программа
укрепления здоровья сотрудников
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад «Берёзка»,
Сампурского филиала МБДОУ «Детский сад «Берёзка»
«Начни с себя!»

п. Сатинка
2021г.

Паспорт корпоративной
программы укрепления здоровья
сотрудников
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад «Берёзка»,
Сампурского филиала МБДОУ «Детский сад «Берёзка»
«Начни с себя!»

Раздел I

Наименование программы	корпоративная программа укрепления здоровья сотрудников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Берёзка», Сампурского филиала МБДОУ «Детский сад «Берёзка» «Начни с себя!»
Разработчики программы	Рабочая группа МБДОУ «Детский сад «Берёзка»
Координаторы	заведующая МБДОУ «Детский сад «Берёзка» старший воспитатель, заведующий Сампурским филиалом МБДОУ «Детский сад «Берёзка»
Исполнители программы	Трудовой коллектив МБДОУ «Детский сад «Берёзка», Сампурского филиала МБДОУ «Детский сад «Берёзка»
Нормативно-правовая и методическая база для разработки программы	Конституция Российской Федерации Указ Президента РФ от 09.05.2017 № 203 "О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы". Трудовой Кодекс Российской Федерации, статья 213 Распоряжение Правительства Российской Федерации от 26.04.2019 № 833-р «Об утверждении комплекса мер по стимулированию работодателей и работников к улучшению условий труда и сохранению здоровья работников, а также по мотивированию граждан к ведению здорового образа жизни»
Цель программы	Продвижение здорового образа жизни в коллективе ДОУ, сохранение здоровья персонала

	на рабочем месте.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> -Формирование системы мотивации работников ДОУ к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек. - Создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников ДОУ. - Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников. - 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.
Ожидаемые результаты реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> -Изменение отношения к состоянию своего здоровья. - Укрепление здоровья и улучшение самочувствия - Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников

1. Актуальность

Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Ценность физического, психического и социального здоровья каждого сотрудника ДОО многократно возрастает.

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 навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность ДОО в рамках данной программы, посредством создания здоровьесберегающей среды.

2. Тип корпоративной программы

По степени охвата трудовой коллектив работников ДОО;

По содержанию: образовательные (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. Цель и задачи

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте «Начни с себя!» для работников ДОО разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе образовательной организации, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

Основная **цель** программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников ДОО, профилактика заболеваний.

Задачи:

- Формирование системы мотивации работников ДОО к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.

- Создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников ДООУ.
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников.
- 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.

Стратегии, направленные на работу с сотрудниками, – поощрение и поддержка работников, стремящихся к здоровому образу жизни. Предпочтительны меры, которые делают здоровый выбор легким и предоставляют помощь поддерживать здоровые поведенческие изменения. Эти меры для здоровых людей или с риском заболеваний направлены на факторы здорового образа жизни, такие как:

- 1) отказ от курения
- 2) здоровое питание
- 3) физическая активность
- 4) снижение потребления алкоголя
- 5) социальное и эмоциональное благополучие (управление стрессом)

4. Мероприятия программы

<p>1. Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие «здоровой» производственной среды, эргономика (здоровые рабочие места)</p>	<p>1.1. Меры, меняющие рабочую среду Мероприятия по повышению комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, специальные мероприятия (семинары) для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания, пр.</p> <p>1.2. Мероприятия по охране и безопасности труда</p> <p>1.3. Предотвращение происшествий на рабочем месте Проводятся инструктажи по предотвращению риска получения травмы.</p> <p>1.4. Оценка производственных факторов риска, приводящих к расстройству здоровья. Проведение специальной оценки условий труда. Организация производственного санитарного контроля в ДОУ.</p>
<p>2. Страхование</p>	<p>2.1. Обязательное медицинское страхование (Фонд ОМС)</p> <p>2.2 Социальное страхование (Фонд социального страхования)</p> <p>2.3 Пенсионное страхование (Пенсионный фонд)</p>
<p>3. Медицинские мероприятия</p>	<p>3.1. Предварительный медицинский осмотр-обязательное условие для приема на работу.</p>

	<p>3.2.Периодические медицинские осмотры подтверждают профпригодность сотрудника и определяют динамику в изменениях здоровья, возникающих под влиянием факторов труда. Выявление проблем позволяет предпринять необходимые меры в раннем периоде развития патологии.</p> <p>3.3. Профилактические осмотры Профилактический медицинский осмотр – 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>3.4. Диспансеризация Диспансеризация – комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья (включая определение группы здоровья и группы диспансерного наблюдения).</p>
<p>4. Изменения образа жизни и решение вопросов личностного роста</p>	<p>4.Меры, меняющие поведение работников индивидуальное (персональное) консультирование по снижению избыточного веса тела, по изменению питания, питьевого режима и технике дыхания, по повышению физической активности, по управлению персональным временем (тайминг).</p>
<p>5. Отказ от употребления табака</p>	<p>5.Оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение</p>
<p>6.Повышение осведомленности в отношении вреда алкоголя</p>	<p>6.Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным употреблением алкоголя.</p>

<p>7. Физкультурно-оздоровительные (спортивные) мероприятия или повышение физической активности (ЗОЖ)</p>	<p>7.1. Оценка уровня физической активности и тренированности работников. 7.2. Проведение разного рода спортивных состязаний по игровым и командным видам спорта и индивидуальному участию работников в формате летних и зимних спартакиад.</p>
<p>8. Питание и питьевой режим в рабочее время</p>	<p>8.1. Обеспечение сотрудников в течение рабочего времени возможность приема пищи. 8.2. Информирование сотрудников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя осознанному выбору. Проведение мероприятий с приглашением специалистов (врачи и др.) для проведения лекций, мастер-классов и семинаров. 8.3. Краткие информационные сообщения (размещение информации о здоровом питании) 8.4. Организация соревнований между сотрудниками в проведение конкурса рецептов блюд для здорового питания. 8.5. Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания</p>
<p>9. Проведение мероприятий по популяризации ЗОЖ</p>	<p>9.1. Проведение круглых столов, собеседований по созданию благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте. 9.2. Проведение Дня/Недели/Месяца психоэмоционального здоровья.</p>
<p>10. Административные и организационные мероприятия</p>	<p>10.1. Проведение анкетирования в ДОУ, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников. 10.2. Организация контроля за проведением периодических медицинских осмотров работников ДОУ</p>

6. Ожидаемый эффект от реализации программы:

В результате реализации корпоративной программы «Начни с себя!» в области укрепления здоровья работников предполагаются следующие результаты:

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Сохранение здоровых трудовых ресурсов.
- Снижение текучести кадров.
- Повышение имиджа детского сада.
- Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников;
- Снижение заболеваемости у работников.