

Утверждаю
Директор БУ СО ВО
«КЦСОН «Гармония»
Л.А.Ганина
« 13 » 12 2022 г.



**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ
НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ
«ЗДОРОВЫЙ СОТРУДНИК - УСПЕШНЫЙ КОЛЛЕКТИВ»
на 2023-2024 годы**

Здоровье - одно из самых больших желаний человека. «Будьте здоровы!» – говорят люди друг другу. «Желаем Вам самого главного – здоровья», – говорят наши близкие.

Здоровье не означает просто отсутствие болезней - это положительное, жизнерадостное состояние души, которое позволяет охотно выполнять обязанности, возложенные на нас жизнью.

Здоровье каждого работника является важным условием деятельности бюджетного учреждения социального обслуживания Вологодской области «комплексный центр социального обслуживания населения Устюженского района «Гармония» 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 укрепления здоровья на рабочем месте «Здоровый сотрудник – успешный коллектив» разработана с целью укрепления и сохранения здоровья через комплекс мероприятий, направленных на создание необходимых условий, способствующих повышению приверженности сотрудников комплексного центра здоровому образу жизни и стрессоустойчивости, формированию культуры и ценностей здорового образа жизни.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

- укрепление физического и психического здоровья, способствующего социальной адаптации, личностному и профессиональному росту работников, содействие здоровьесбережению сотрудников учреждения.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- повышение физической активности;
- отказ от вредных привычек;
- выявление заболеваний на ранних стадиях, предупреждение профзаболеваний, травматизма;
- профилактика эмоционального выгорания и профессиональных стрессовых ситуаций у сотрудников, укрепление стрессоустойчивости, обучение основам самообладания и рефлексии;
- мотивация сотрудников к участию в программных мероприятиях;
- мониторинг и оценка эффективности программы;
- создание в учреждении условий, способствующих повышению приверженности работников к здоровому образу жизни и сохранение психологического здоровья в процессе трудовой деятельности.

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: 2023 -2024 гг.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Формирование медицинской активности:

- прохождение медицинских осмотров;
- проведение вакцинации сотрудников в рамках Национального календаря профилактических прививок;
- посещение медицинских учреждений при заболеваниях;
- контроль за основными показателями здоровья;
- сохранение репродуктивного здоровья;
- соблюдение санитарно-гигиенических навыков;
- преодоление вредных привычек.

2. Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте:

- обеспечение безопасности и здоровья работников на рабочих местах;
- проведение специальной оценки условий труда;
- обеспечение работников средствами индивидуальной защиты;
- информирование сотрудников, в том числе проведение инструктажей, с целью предупреждения случаев инвалидности, причинами которой являются производственный травматизм и вредные производственные факторы;
- обучение работников основам оказания первой помощи на производстве, в том числе при острых сердечно-сосудистых состояниях;
- распространение информационных материалов по вопросам здорового образа жизни, физической активности, преодоления стрессов, о вреде курения, злоупотребления алкоголем и т.п.;
- организация субботников, озеленение и благоустройство территории.

3. Формирование мотивации и личной ответственности за сохранение здоровья

3.1 повышение физической активности:

- проведение физкультминуток, физкульт-пауз в течение рабочего дня ;
- вовлечение сотрудников для участия в районных спортивно-массовых мероприятиях;
- организация коллективных лыжных прогулок, турниров по настольным играм, посещений ЛПХ «Конный дворик».

3.2 рациональное питание:

- проведение мероприятий по популяризации принципов здорового питания с привлечением медицинских работников;

3.3 профилактика вредных привычек:

- оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение;
- привлечение работников к участию в конкурсах по профилактике вредных привычек;

3.4 создание комфортного психологического климата в коллективе:

- проведение тренинговых мероприятий по эмоциональному выгоранию и профессиональных стрессовых ситуаций у сотрудников;
- мотивация сотрудников за активное участие в мероприятиях по укреплению здоровья на рабочем месте.

4. Ожидаемые результаты:

- увеличение доли сотрудников, занимающихся физической культурой постоянно;
- увеличение доли сотрудников, отказавшихся от вредных привычек;
- снижение числа случаев временной нетрудоспособности;
- повышение уровня психологического благополучия и снижение уровня эмоционального выгорания работников учреждения;
- увеличение доли сотрудников, охваченных профилактическими мероприятиями по здоровому образу жизни;
- отсутствие (снижение) производственного травматизма и профессиональных заболеваний;
- стабильное психическое состояние сотрудников;
- повышение уровня информированности сотрудников учреждения о здоровом образе жизни.

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ КОРПОРАТИВНОЙ
ПРОГРАММЫ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ
«ЗДОРОВЫЙ СОТРУДНИК – УСПЕШНЫЙ КОЛЛЕКТИВ»**

№	Наименование мероприятия	Срок реализации	Ответственные
Формирование медицинской активности			
1	Прохождение периодических медицинских осмотров, при поступлении при работе	согласно установленных сроков	специалист по охране труда
2	Проведение вакцинации сотрудников в рамках Национального календаря профилактических прививок	согласно установленных сроков	специалист по охране труда
3	Поддержание в актуальном состоянии стенда «Уголок здоровья»	постоянно	специалист по охране труда
4	Участие в областных конкурсах и акциях по здоровому образу жизни	2023-2024 г.г.	заведующие отделений специалисты по социальной работе
Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте			
5	Проведение специальной оценки условий труда, анализ результатов, оценка профессиональных рисков	согласно установленных сроков	специалист по охране труда
6	Проведение физкультурминут, физкульт-пауз	в течение рабочего дня	специалист по социальной работе
7	Анкетирование сотрудников о состоянии их здоровья	1 раз в полугодие	заведующие отделений
8	Организация места для самостоятельного контроля показателей факторов риска здоровья (артериальное давление, масса тела)	январь 2023 г.	специалист по охране труда
Мероприятия по укреплению здоровья			
9	Занятия в спортивно-реабилитационном зале	по расписанию	специалист по охране труда
10	Организация и проведение турнира по настольному теннису	1 раз в полугодие	отделение срочного социального обслуживания
11	Организация и проведение	1 раз в полугодие	социально-

	турнира по настольным играм		реабилитационное отделение
12	Проведение лекций «Азбука здоровья»	1 раз в квартал	заведующие отделений
13	Квест – игра «День здоровья»	1 раз в полугодие	заведующие отделений
14	Участие в районных спортивно-массовых мероприятиях	по срокам проведения	специалист по охране труда
15	Занятия по предупреждению профессионального выгорания	1 раз в квартал	заведующие отделений
16	Экскурсия на ЛПХ «Конный дворик»	2 квартал	специалист по охране труда
17	Размещение информации профилактического характера о профессиональном здоровье на сайте	в течение года	специалист по охране труда
18	Размещение информации о ходе реализации корпоративной программы на сайте, в группе Вконтакте	в течение года	специалист по охране труда