

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Жемчужина»

Согласовано: Председатель первичной профсоюзной организации МДОУ «Детский сад «Жемчужина»  С.Е.Сунцова Протокол № 4 от « 9 » декабря 2022	Утверждаю: Заведующий МДОУ «Детский сад «Жемчужина» А.В.Остапенко Приказ № 253 от « 09 »  12 2022г.
--	---



Корпоративная программа
по укреплению здоровья сотрудников
МДОУ «Детский сад «Жемчужина»

Содержание

1. Актуальность
2. Цель программы
3. Задачи программы
4. Ожидаемые результаты эффективности программы
5. План мероприятий

1. Актуальность

Программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников ДОУ 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 ДОУ 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 здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

1.Цель программы

Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности.

Основная цель программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников организации, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

2. 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.
- Воспитать потребность в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни.
- Проведение информационной кампании по формированию представления здорового образа жизни в коллективе.
- 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.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия.

3. Ожидаемые результаты эффективности программы

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.
- Приверженность к ЗОЖ.
- Улучшение качества жизни.

Для работодателя:

- 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 среди работников ДОУ.
- Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.

4. План мероприятий

№	Наименование мероприятий	Цель мероприятия	Форма мероприятия	Сроки реализации	Ответственные
1	«Сохранить голос здоровым»	Создание устойчивой мотивации и потребности в правильном использовании голоса, его восстановлении и сохранении своего здоровья и окружающих.	1.Разработка информационных буклетов на тему - «Здоровье голосовых связок» 2.Круглый стол с педагогами на тему – «Народные методы профилактики и лечения ЛОР заболеваний»	1 раз в год	Мед.сестра Лысенко Л.А.
2	Профилактика простудных заболеваний ,или как жить без ОРВИ и ОРЗ	Оздоровление организма посредством ЗОЖ. Обучение технике массажа для улучшения работы ЛОР органов. Приобретение навыка здорового дыхания.	1.Размещение информации о гимнастике Стрельниковой в группах. 2.Фитотерапия (мастер классы сотрудников по приготовлению лечебных чаев, настоев и отваров для профилактики заболеваний. 3.«Витамины для сохранения здоровья» - информационная поддержка медика.	2раза в год	Медсестра Лысенко Л.А. Завед.МДОУ Остапенко А.В
3	Социально-психологическая помощь в конфликтных ситуациях	Снятие психо-эмоционального напряжения . Создание благоприятных условий для педагогов в управлении своими поступками и эмоциями.	-Индивидуальная -Подгрупповая Проведение консультаций по запросу. -Разработка , организация и проведение мероприятий с целью профилактики эмоционального выгорания ,сохранения психического здоровья педагогов.	1 раз в квартал	Старицына М.Е.-педагог-психолог
4	«Здоровая спина»	Провести анкетирование сотрудников для выявления	Специально организованные занятия в ДОУ на растяжку и укрепление	1 раз в месяц	Каменщикова Ю.К. Инструктор по

		наиболее острых проблем. Подбор комплексов упражнений для профилактики и укрепления опорно – двигательного аппарата	мышечного корсета.		ФИЗО
5	«Психогимнастика или методы групповой терапии»	Создание положительного микроклимата в коллективе и снятие мышечного напряжения.	-Коммуникативные игры -Музыкотерапия -Фитобар	2 раза в год	Старицына М.Е. Педагог - психолог
7	ГТО или «Быстрее, выше сильнее»	Стимулирование желания быть здоровым, спортивной дружеской конкуренции между коллегами и желание гордиться своими достижениями. Нести здоровую привычку в обыденную жизнь, как одну из главных задач.	-Спортивный зал; -Спортивная площадка	2 раза в год	Каменщикова Ю.К. Инструктор по физкультуре
	Страхование	Проведение бесед с сотрудниками по следующим видам страхования: Обязательное медицинское страхование (Фонд ОМС). Социальное страхование (Фонд социального страхования). Пенсионное страхование (Пенсионный фонд) Оплата родовых сертификатов. Личное Добровольное медицинское страхование (ДМС)	Консультации для сотрудников с привлечением работников из фонда ОМС страхования ,Фонда социального страхования , Пенсионного фонда	1 раз в год	Остапенко А.В.

	Медицинские мероприятия	Постоянное участие в проведении : ежегодной вакцинации, предварительных и периодических медицинских осмотрах, диспансеризации.	Осмотры проводятся в соответствии с Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 28.01.2021 № 29н "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда" (зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 № 62277) Проведение профилактического медицинского осмотра и диспансеризация определенных групп взрослого населения проводятся в соответствии с Приказом Минздрава России от 13.03.2019 N124 н "Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения" (зарегистрировано в Минюсте России 24.03.2019 № 54495).	Согласно графика	Медсестра Лысенко Л.А. Завед МДОУ Остапенко А.В
--	-------------------------	---	--	------------------	--

	«Откажись от вредных привычек»	Проведение бесед и консультаций направленных на снижение мотивации для употребления алкоголя и табака	Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий регулируется Федеральным законом № 15-ФЗ от 23 февраля 2013 г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».	Постоянно	Завед МДОУ Остапенко А.В. Зам завед.по АХЧ Беломестнова Е.Н.
--	--------------------------------	---	--	-----------	--