

УПРАВЛЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «СЫКТЫВКАР»

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка - детский сад № 87» г. Сыктывкара**

СОГЛАСОВАНО:

Председатель Общего  
собрания работников

\_\_\_\_\_ Ваганчук С.А.  
Протокол № 1 от 29.01.2024

Утверждаю:

Директор МАДОУ «ЦРР-д/с № 87»

г. Сыктывкар

\_\_\_\_\_ Т.В. Княжева

**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА  
ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ  
СОТРУДНИКОВ  
МАДОУ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД № 87» НА 2024-2026 ГГ.**

**«ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»**

**2024г.**

**«Продолжительность жизни измеряется годами, а её качество – здоровьем».**  
**врач-психотерапевт Ю.А. Мерзляков.**

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. В последнее время особенно острой стала проблема сохранения физического, психического здоровья работников сферы образования. Результативность работы образовательного учреждения напрямую связана с состоянием здоровья ее сотрудников, следовательно, организация работы по сохранению и укреплению здоровья работников является одной из наиболее актуальных задач современной системы образования.

Программа укрепления здоровья работников на рабочем месте МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 87» (далее – ДОО) 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).

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

## **I. Цели программы**

Формирование у сотрудников ДОО потребности в здоровом образе жизни для успешного осуществления трудовой деятельности:

- 1.1 Сохранение и укрепление здоровья работников путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе, повышение эффективности деятельности всех работников.
- 1.2 Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.
- 1.3 Профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление.
- 1.4 Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.
- 1.5 Улучшение психологического климата в коллективах.

## II. Задачи программы

- 2.1. Создание благоприятной среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников ДОО
- 2.2. Знакомить сотрудников с приемами психологической саморегуляции;
- 2.3. Создавать информационную систему (повышать информированность работников в вопросах здорового образа жизни)
- 2.4. Мониторинг и оценка эффективности программы.

## III. Перечень мероприятий по их реализации и индикаторов

<b>1. СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ И ОПТИМАЛЬНЫХ ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ РАБОТНИКОВ ОРГАНИЗАЦИИ</b>			
<p><b>ЦЕЛЬ:</b> совершенствовать систему управления охраной труда. Поддержание благоприятных санитарно-гигиенических условий труда, улучшение условий труда на рабочих местах.</p> <p><b>ОПИСАНИЕ:</b> Система управления охраной труда в организации – ключевой элемент, благодаря которому на предприятии обеспечивается безопасность сотрудников. Данная часть общей системы менеджмента направлена на защиту здоровья и жизни работников. Положительное воздействие внедрения системы управления охраной труда на уровне организации, выражается в снижении воздействия опасных и вредных производственных факторов и рисков, повышении производительности труда.</p>			
<b>Примерный перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки реализации</b>	<b>индикаторы</b>
<p>Изменение рабочей среды (повышение комфорта рабочей среды, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания).</p> <p>Охрана и безопасность труда (контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда).</p> <p>Предупреждение несчастных случаев (обучение и инструктажи по предотвращению риска получения травмы).</p>	<p>Административно-управленческий персонал;</p> <p>ответственный сотрудник по охране труда</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Увеличение количества рабочих мест, на которых улучшены условия труда по результатам СОУТ (подтвержденные результатами СОУТ);</p> <p>Доля рабочих мест, на которых проведена СОУТ (95 %);</p> <p>Снижение количества</p>

<p>Оценка производственных рисков, приводящих к расстройству здоровья (проведение СОУТ на рабочих местах, организация производственного санитарного контроля, утверждение положения о системе управления охраной труда).</p> <p>ознакомление сотрудников с заключением по оценке производственных рисков (индивидуальные риски по каждому рабочему месту)</p>			<p>несчастных случаев на производстве;</p> <p>Проведение профилактических мероприятий по снижению Н/С на производстве, в том числе проведение инструктажей – по 3 мероприятия в год</p>
---	--	--	---

## 2. МЕДИЦИНСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

**ЦЕЛЬ:** своевременная организация медицинских осмотров работниками, способствовать снижению уровня заболеваемости через вакцинирование и диспансеризацию сотрудников ДОО

<b>Примерный перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки реализации</b>	<b>Примеры индикаторов</b>
<p>Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (ГРИПП, COVID-19, вакцинация по возрасту).</p> <p>Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры;</p> <p>Профилактические осмотры (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>Диспансеризация (комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья, включая определение группы здоровья.</p>	<p>заместитель директора по АХЧ Домнина Н.В.</p>	<p>Постоянно</p>	<p>- Сохранение на одном уровне процента вакцинированных сотрудников – 82%;</p> <p>- Сохранение на одном уровне процента проходящих диспансеризацию (от количества подлежащих диспансеризации) – 92%.</p>

### 3. ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА

**ЦЕЛЬ:** Соблюдение запрета потребления табака на предприятии.

**ОПИСАНИЕ:** Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий регулируется Федеральным законом №15-ФЗ от 23 Февраля 2013г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

В корпоративной практике необходимо обеспечить исполнение закона на территории предприятия путем издания внутренних нормативных документов. НЛА:

- о запрете курения на территории предприятия (включая открытую территорию);
- о запрете потребления любых электронных сигарет, испарителей и устройств с нагреванием табака;
- о запрете продаж любых табачных изделий и всех видов электронных сигарет и их составляющих на территории предприятия.

Практика не требует дополнительного финансирования.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	индикаторы
Установление запрета курения на рабочих местах и на территории предприятий (оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение). Организация индивидуальной и групповой поддержки по мобильным приложениям, мессенджерам и чатам.	заместитель директора по АХЧ Домнина Н.В.. педагог – психолог Забоева В.В..	Однократно, в начале программы	процент курящих сотрудников - 0

### 4. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

**ЦЕЛЬ:** Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях, организацию физкульт-брейков.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	индикаторы
Организация командно-спортивных мероприятий. Организация физкульт-брейков. Организация пользования мобильными	инструктор по физ. культуре	Без ограничений	Снижение доли работников с низким уровнем физической активности, 50%;

приложениями к смартфону «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни» и др.			Снижение доли работников с низким уровнем тренированности, 50%.
--	--	--	---

## 5. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

**ЦЕЛЬ:** Создание условий способствующих регулярному и сбалансированному питанию сотрудников ДОО

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	индикаторы
<p>Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде.</p> <p>Обеспечение возможности приема пищи сотрудниками.</p> <p>Размещение на стенде ДОО и групповом чате информации о пищевой и энергетической ценности блюд, способствующих осознанному выбору; выделение блюд и напитков, соответствующих критериям рациона здорового питания.</p>	<p>старший воспитатель Другова И.Н., воспитатель Ярова В.Э.</p>	<p>Постоянно действующая практика.</p>	<p>100 % сотрудников, имеющих доступ к питьевой воде на рабочем месте;</p> <p>Охват сотрудников, имеющих возможность приема пищи в рабочее время, 70 %.</p>

## 6. СОЗДАНИЕ КОМФОРТНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В КОЛЛЕКТИВЕ

**ЦЕЛЬ:** формирование здорового психологического климата в коллективе

**ОПИСАНИЕ:** - создание благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте;

- повышение осведомленности работников о психосоциальных факторах риска, формирование культуры здорового образа жизни на предприятии;
- профилактика утомляемости работников на рабочем месте и, как результат, повышение производительности труда, уменьшение восприимчивости к стрессу, уменьшение числа ошибок (травм на рабочем месте);
- формирование навыков управления психоэмоциональным благополучием.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
<p>организация совместных мероприятий;</p> <p>организация тренингов по психоэмоциональному</p>	<p>старшие воспитатели Другова И.Н., Пинягина В.Б., педагог-психолог</p>	<p>на период действия программы</p>	<p>Уровень удовлетворенности работой (70% изменений по</p>

выгоранию.	Забоева В.В.		сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду).
------------	--------------	--	--

#### **IV. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий Программы**

- Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;
- Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;Профилактика вредных привычек;
- Улучшение имиджа организации по мнению работников и повышение их мотивации.

#### **V. Мониторинг реализации программы**

В ходе реализации программы необходимо проводить мониторинг с целью своевременной коррекции в случае неудовлетворенности работников программой, а также низким охватом работников мероприятиями программы.

#### **VI. Оценка эффективности реализации программы**

Для оценки эффективности реализации программы могут быть использованы следующие критерии:

- отзывы работников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой);
- охват работников программой;
- оценка результатов программы по созданию условий для ведения здорового образа жизни;
- оценка достижения результатов программы.