



**Программа
по укреплению здоровья
сотрудников МБУК «Пермская дирекция»
на рабочем месте**

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа по укреплению здоровья сотрудников МБУК «Пермская дирекция» на рабочем месте
Обоснование разработки программы	<p>Программа по укреплению здоровья сотрудников МБУК «Пермская дирекция» разработана в рамках реализации мероприятия национальный проект «Демография», федеральный и региональный проекты «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)», Программой «Укрепление общественного здоровья города Перми на 2020-2024 годы», утвержденной постановлением администрации города Перми от 11 августа 2020 года №697.</p> <p>По определению Всемирной организации здравоохранения здоровьем считается - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.</p> <p>По утверждению специалистов ВОЗ, здоровье на 50-55% зависит от образа жизни человека, на 20-23% — от наследственности, на 20-25% — от состояния окружающей среды (экологии) и на 8-12% — от работы национальной системы здравоохранения. Итак, в наибольшей степени здоровье человека зависит от образа жизни, значит можно считать, что генеральной линией формирования и укрепления здоровья является здоровый образ жизни (ЗОЖ).</p> <p>Так же по данным Всемирной организации здравоохранения, ведение программ, стимулирующих здоровый образ жизни, позволяет компании на 30% минимизировать потери от болезней сотрудников. При этом число пропусков работы по болезни сокращается на 20%, а эффективность работы сотрудника вырастает почти на 10%.</p> <p>Человеческий капитал является одним из ведущих факторов социально-экономического развития, и сохранение здоровья сотрудника является актуальным приоритетом для государства и отдельного работодателя.</p>
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, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников; 2. Формировать ответственное отношение к своему здоровью; 3. Проведение информационной кампании по формированию представления здорового образа жизни в компании 4. Воспитать потребность в здоровом образе жизни,

	принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни
Описание программы	<p>Организационно-методическая работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация работы с целью создания необходимых условий и графика занятий для сотрудников с заболеваниями. 2. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников. 3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни. 4. Проведение дней здоровья в учреждении. 5. Тренинги по навыкам ЗОЖ. <p>Информационно-просветительская работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация выставок по ЗОЖ. 2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний. 3. Организация работы по профилактике вредных привычек социальноопасных заболеваний. <p>Обеспечение безопасных для здоровья условий</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни 2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы. 3. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников. <p>Массовая работа по оздоровлению сотрудников</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья. 2. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий. <p>Индивидуальная работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников <p>Охрана труда и создание безопасных условий труда</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников. 2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности. 3. Проведение специальной оценки условий труда. <p>Спортивно-массовая работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация работы по различным направлениям (фитнесс, аэробика, командные спортивные игры). 2. Организация досуга сотрудников. 3. Участие в массовых спортивных городских мероприятиях.

Сроки реализации программы	Без ограничений
Планируемые результаты	<p><u>Количественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью; 2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни; 3. Увеличение индекса здоровья сотрудников. <p><u>Качественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Уменьшение употребления табака; 2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников; <p>Увеличение работоспособности сотрудников.</p>

**План программы по укреплению здоровья
сотрудников МБУК «Пермская дирекция»**

<i>№</i>	<i>Направление мероприятий</i>	<i>Цель мероприятия</i>	<i>Форма мероприятия</i>	<i>Сроки реализации мероприятия</i>
1.	Наблюдение за состоянием сотрудников во время сезона простудных заболеваний	Цель: обеспечение мониторинга за состоянием здоровья	Измерение температуры тела	При проявлении первичных симптомов простудных заболеваний
2.	Профилактика табакокурения	Цель: снижение количества курящих сотрудников	Информирование работников о запрете курения на территории Учреждения и в здании. Здание оснащено детекторами дыма, что позволяет контролировать запрет на курение	Постоянно
3.	Культурный досуг сотрудников	Цель: налаживания отношений между сотрудниками	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, всемирный день здоровья и другие)	Согласно датам праздника
4.	Участие в различных спортивных мероприятиях	Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников Учреждения	Участие сотрудников в спортивных мероприятиях	По мере поступления информации
5.	Организация производственной гимнастики	Цель: повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления сотрудников.	Организация перерывов в рабочее время с использованием различных методик на рабочих местах	Ежедневно