



УТВЕРЖДЕНО
директор МОУ Керчомская СОШ
Кузнецова И.А.
приказ № 29 от 17.01.2025 года

**Корпоративная программа укрепления здоровья работников
муниципального общеобразовательного учреждения Керчомская
средняя общеобразовательная школа**

Основная цель программы: сохранение и укрепление здоровья работников МОУ Керчомская СОШ.

Задачи программы:

- создание безопасных условий труда, эргономичных (здоровых) рабочих мест, развитие гигиены труда;
- повышение физической активности работников, профилактика заболеваний;
- сохранение психологического здоровья работников (профилактика эмоционального выгорания), повышение корпоративной культуры.

Основные принципы реализации программы:

- приоритет охраны труда, здоровых и безопасных условий труда;
- признание и обеспечение приоритета жизни и здоровья работников по отношению к производственной деятельности;
- формирование условий максимальной самореализации личности работников.

Целевые индикаторы и ожидаемые результаты программы:

- снижение заболеваемости персонала: общей, с временной нетрудоспособностью, профессиональной;
- увеличение доли работников, ведущих здоровый образ жизни, до 50%;
- увеличение доли работников, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 50 %;
- создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе (психогигиены и высокой корпоративной культуры).

Сроки реализации программы: 08 января 2025 г.- 31 декабря 2025 г.

Финансирование программы: без финансирования.

Введение

Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» предусматривает решение таких задач, как снижение смертности населения трудоспособного возраста и увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни. Достижение целевых показателей данного проекта только за счет усилий системы здравоохранения невозможно. В ситуации, когда сотрудники, в силу различных причин, не заботятся о своем здоровье, работодатель должен взять функцию управления здоровьем своих работников на себя. Поэтому одним из ведущих направлений проекта «Укрепление общественного здоровья» является «Разработка и внедрение корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте». Реализация данного направления в МОУ Керчомская СОШ предусматривает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск социально значимых хронических заболеваний, который повышается при недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте.

Связь между состоянием здоровья работающих и условиями их труда очевидна. Меры по укреплению здоровья и созданию здоровых (эргономичных) рабочих мест относятся к ключевым задачам охраны общественного здоровья, которые должны формироваться при сотрудничестве руководителя и самих работников.

Корпоративная программа «Укрепление здоровья работающих в МОУ Керчомская СОШ» (далее - программа) представляет собой комплекс мер, направленных на:

- обеспечение безопасной физической производственной среды, охраны труда;
- профилактику не только профессиональных, но основных хронических заболеваний работников;
- оздоровление психосоциальной среды, повышение личного потенциала работников, уменьшение вреда от нездорового поведения, повышение активности и стремления к сохранению здоровья;
- повышение социальной ответственности руководства для создания условий, способствующих и обеспечивающих возможность укрепления и сохранения здоровья работников.

Для целей настоящей Программы применяются следующие термины и понятия.

Условия труда - совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на работоспособность и здоровье работника.

Вредный производственный фактор - производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его заболеванию.

Опасный производственный фактор - производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его травме.

Безопасные условия труда - условия труда, при которых воздействие на работающих вредных и (или) опасных производственных факторов исключено либо уровни их воздействия не превышают установленных нормативов.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Рабочее место - место, где работник должен находиться или куда ему необходимо прибыть в связи с его работой и которое прямо или косвенно находится под контролем работодателя.

Эргономичное рабочее место - рабочее место, приспособленное для исполнения работником должностных обязанностей, включающее предметы и объекты труда, а также компьютерные программы для наиболее безопасного и эффективного труда работника, исходя из физических и психических особенностей человеческого организма.

Профессиональные заболевания - формы заболеваний, которые возникли в результате воздействия вредных, опасных веществ и производственных факторов.

Вредная привычка - это многократно повторяющееся действие, отличающееся вредоносностью с позиции общественного блага, окружающих людей или здоровья человека, попавшего под влияние этой привычки. Неизменными свойствами вредной привычки являются автоматизм и «не полезность» действия.

Факторы риска неинфекционных заболеваний - это потенциально опасные для здоровья факторы поведенческого, биологического, генетического, экологического, социального характера, окружающей и производственной среды, повышающие вероятность развития заболеваний, их прогрессирование и неблагоприятный исход. К таким факторам в медицине относят: употребление табака; чрезмерное употребление алкоголя; нерациональное питание; недостаточная физическая активность; повышенное содержание глюкозы в крови/диабет; повышенное кровяное давление; избыточный вес и ожирение; повышенный уровень общего холестерина.

Мониторинг рабочей среды - выявление и оценка факторов среды, которые могут неблагоприятно повлиять на здоровье работников.

Мониторинг здоровья работников - общий термин, охватывающий процедуры и исследования для оценки здоровья работника с целью обнаружения и опознавания любой аномалии.

Реализация Программы будет обеспечиваться силами работников МОУ Керчомская СОШ.

Планируемые выгоды от реализации программы

Выгоды для работников	Выгоды для МОУ Керчомская СОШ
1. Снижение риска приобретения хронических заболеваний. 2. Улучшение психоэмоционального состояния. 3. Отказ от вредных привычек. 4. Повышение удовлетворенности от работы. 5. Частая информированность о своем здоровье. 6. Развитие навыков определения заболеваний на ранней стадии. 7. Чувство принадлежности к организации (работник чувствует, что о нем заботятся). 8. Улучшение условий труда.	1. Сокращение прямых расходов на: ✓ компенсационные выплаты за счет средств работодателя, связанные с болезнью работника; ✓ снижение издержек на поиск и подготовку новых кадров в связи с уходом предыдущих (болезнь, смерть). 2. Снижение косвенных издержек, связанных с уменьшением частоты и продолжительности невыхода на работу. 3. Повышение производительности и интенсивности труда. 4. Сокращение текучести кадров. 5. Дополнительная мотивация сотрудников.

- увеличение доли работников, ведущих здоровый образ жизни, до 100%;
- увеличение доли работников, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 50 %;
- создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе (психогигиены и высокой корпоративной культуры).

План мероприятий по реализации программы

№ п/п	Мероприятия	Финансовое обеспечение Программы	Сроки	Ответственные
Задача 1 «Создание безопасных условий труда, эргономичных (здоровых) рабочих мест, развитие гигиены труда»				
1.	Разработка новых или актуализация действующих нормативных правовых актов по охране труда (положений, инструкций и др.)	Финансирование не требуется	2025г.	Директор школы
2.	Приобретение аптечки для оказания первой доврачебной помощи	По мере необходимости		Директор школы
Задача 2 «Стимулирование отказа работников от вредных привычек, включая потребление алкоголя и нерациональное питание»				
1.	Проведение лекций и образовательных семинаров с приглашением экспертов на темы: «Здоровое питание: сложно или просто?!», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее».	Финансирование не требуется	2025	Школьный фельдшер (по согласованию)

№ п/п	Мероприятия	Финансовое обеспечение Программы	Сроки	Ответственные
	«Продукты, повышающие холестерин», «О вреде курения, алкоголя на организм человека. Последствия» и др.			
Задача 3 «Повышение физической активности работников, профилактика заболеваний»				
1.	Составление списков работников, подлежащих прохождению диспансеризации	Финансирование не требуется	Ежегодно по согласованию с больницей	Школьный фельдшер (по согласованию)
2.	Проведение вакцинации работников (по желанию)	Финансирование не требуется		
3.	Реализация программы обучения по охране труда	Финансирование не требуется	1 раз в 3 года	Директор школы
4.	Организация и проведение производственной гимнастики	Финансирование не требуется	1 раз в неделю	Учитель физической культуры
5.	Повышение физической активности, в т.ч. с использованием мобильных приложений «Человек идущий», «Гимнастика в кармане»	Финансирование не требуется	постоянно	Старшая вожатая
6.	Повышение физической активности, в т.ч. при участии в мероприятиях «Неделя трезвого образа жизни», «Осенний День Здоровья», «Весенний День Здоровья», «Лыжные соревнования», «Веселые старты», «Дружеские встречи по пионерболу»	Финансирование не требуется	2025	Заместитель по ВР, учитель физической культуры, старшая вожатая
Задача 4 «Сохранение психологического здоровья работников (профилактика эмоционального выгорания), повышение корпоративной культуры»				
1.	Проведение диагностики уровня эмоционального выгорания (В.В.Бойко)	Финансирование не требуется	2025	Педагог-психолог
2.	Релаксационные занятия (дыхательная гимнастика, визуализация, телесноориентированные упражнения)	Финансирование не требуется		Педагог-психолог, Учитель физической культуры