

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования «Центр творческого развития»  
(МБУ ДО ЦТР)

Адрес: Metallurgov ул., д.8, г. Реж, 623752  
тел. 8(34364)38-318, e-mail: cvtrez@mail.ru

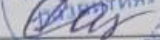
СОГЛАСОВАНО:

Председатель СМК МБУ ДО ЦТР

 Н.В. Агеева

Протокол СМК от 10.12.2024 № 2

УТВЕРЖДАЮ:  
Заместитель директора МБУ ДО ЦТР

 Г.З. Сайтова  
Приказ от 10.12.2024 № 288 /01-06



## КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА «Укрепление здоровья работников на рабочих местах»

Программа укрепления здоровья работников Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр творческого развития» (далее - МБУ ДО ЦТР) на рабочем месте 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.

Работающее население - это основа в экономическом и социальном развитии страны. Так как более 2/3 всего времени приходится на работу, то организация мероприятий по поддержанию и укреплению здоровья по месту трудовой деятельности приобретает исключительную важность.

Современные статистические данные говорят о распространенности почти всех факторов риска хронических неинфекционных заболеваний у работников, занятых как в допустимых, так и во вредных условиях труда. Основными факторами риска возникновения хронических неинфекционных заболеваний и снижения производительности труда остаются: курение, недостаточное потребление пищевых волокон, недостаточная физическая активность, чрезмерное употребление алкоголя и стресс.

Постоянно растут экономические затраты на компенсационные выплаты, связанные с ростом заболеваемости у работников МБУ ДО ЦТР, отсутствие работника на рабочем месте, снижение производительности труда на рабочем месте, связанное с заболеванием.

При этом и российские и международные исследования говорят об эффективности корпоративных программ. Так по данным Министерства здравоохранения возврат инвестиций от внедрения корпоративных программ составляет от 150 до 600% в течение 3-6 лет.

### 1. Цели программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья работников на рабочем месте разработана с целями:

- сохранение и укрепление здоровья работников;
- профилактика заболеваний и травматизма;
- повышение мотивации работников, создание благоприятного психологического климата в коллективе;
- повышение производительности труда;
- снижение экономических потерь, связанных с сокращением дней временной нетрудоспособности.

## **2. Задачи программы**

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья работников МБУ ДО ЦТР являются:

- увеличение трудового долголетия работников, снижение уровня заболеваемости;
- предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;
- формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек;
- повышение культуры здорового образа жизни через информированность работающего населения (социальные сети, сайты, информационные доски);
- создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия работников МБУ ДО ЦТР;
- содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации, ранняя диагностика заболеваний;
- проведение для работников профилактических мероприятий.

## **3. Основные мероприятия программы**

### **3.1. Формирование медицинской активности**

Одно из основных направлений профилактической медицины - это повышение у работников мотивации к сохранению и укреплению здоровья, путём повышения медицинской активности.

Перечень мероприятий:

- организация прохождения диспансеризации;
- организация прохождения периодических медицинских осмотров;
- обеспечение проведения вакцинации работников;
- организация информационного стенда с мероприятиями по укреплению здоровья работников, материалами по полезным привычкам и здоровому образу жизни;
- обеспечение услуг в рамках обязательного и добровольного медицинского страхования.

### **3.2. Создание благоприятной рабочей среды и оптимальных гигиенических условий на рабочих местах**

Вредные условия вносят вклад в ухудшение состояния здоровья работников, приводят к травматизму, который выступает одной из основных причин инвалидности и смертности работающего населения. Поэтому охрана труда на рабочем месте является важнейшим условием сохранения жизни и здоровья людей в процессе трудовой деятельности.

Перечень мероприятий:

- обеспечение безопасности и здоровья работников на рабочих местах, контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда;
- организация комнат приёма пищи, обеспечение чистой питьевой водой;
- обеспечение работников средствами индивидуальной защиты;
- информирование работников, в том числе проведение инструктажа, с целью предупреждения случаев инвалидности, причинами которого является производственный травматизм и вредные производственные факторы;
- обучение работников основам оказания первой медицинской помощи на производстве, в том числе при сердечно - сосудистых состояниях;
- распространение информационных материалов по вопросам здорового образа жизни, физической активности, рациональному питанию, снижению стрессов и тревоги, о вреде курения и алкоголя;
- благоустройство прилегающей территории МБУ ДО ЦТР, озеленение, организация субботников.

### **3.3. Формирование мотивации и личной ответственности за сохранение здоровья**

Мероприятия по повышению двигательной и физической активности:

- участие в физкультурно-оздоровительных городских мероприятиях и акциях, привлечение членов семей работников («Кросс наций», «Лыжня России», «10000 шагов» и др.)

- участие в командно-спортивных мероприятиях;
- участие мастер-класса «Гимнастика для суставов»;
- совместное посещение работниками лыжной базы, «Баден - Баден», спортивного зала.

#### Мероприятия по рациональному питанию:

- проведение мероприятий по популяризации принципов здорового питания: организация конкурсов среди работников «Здоровый завтрак (обед, ужин, перекус)», «Кулинарные рецепты полезных блюд», конкурс по изготовлению салатов «Витаминная бомба» и т.п.
- информирование работников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя их осознанному выбору.

#### Мероприятия по профилактике потребления табака:

- оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях на территории знаками, запрещающими курение. Запрет курения на рабочих местах регулируется Федеральным законом №15-ФЗ от 23 февраля 2013 г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»;
- оформление мест общего пользования (туалеты, лестницы, коридоры) детекторами дыма - для осуществления контроля за соблюдением запрета курения в МБУ ДО ЦТР;
- оформление рабочих мест и территории МБУ ДО ЦТР информационными материалами о вреде и последствиях курения;
- организация дней здоровья, бесед, посвященных отказу от потребления никотинсодержащих продуктов;
- участие в мероприятиях, посвященных Дню отказа от курения («Бросай курить», «Обменяй сигареты на витамины», «Дыши легко»).

#### Мероприятия по снижению потребления алкоголя:

- организация опроса работников на определение употребления алкоголя;
- организация и проведение информационно-коммуникационных кампаний по повышению осведомленности в отношении алкоголя;
- организация безалкогольных корпоративных мероприятий.

#### Мероприятия по психологическому здоровью на рабочих местах:

- организация совместных мероприятий по психологическому здоровью (мастер - класс по массажу «Снимаем стресс», мастер - класс «Ароматерапия», мастер - класс «Дыхательная гимнастика», зарядка для сохранения здоровья глаз и т.д.);
- прогулка в лесу «Эхо нашего леса»;
- выезд коллектива «Банька моя банька»;
- выезды коллектива на природу, совместные походы;
- выход коллектива «Лыжная прогулка»;
- организация тренингов по психоэмоциональному выгоранию;
- организация системы мотивации и поощрения за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практическую деятельность по изменению образа жизни;
- соблюдение корпоративной этики, популяризация культуры делового общения и этикета.

### **4. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий программы**

В результате реализации корпоративной программы по укреплению здоровья работников МБУ ДО ЦТР предполагаются следующие результаты:

- увеличение работоспособности и эффективности деятельности работников;
- повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- формирование культуры безопасности труда;
- увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;

- снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- профилактика вредных привычек;
- улучшение имиджа учреждения, по мнению работников и повышение их мотивации;
- снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированных работников.

## 5. Мониторинг реализации программы и оценка эффективности 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.

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.

## 6. Расходы на реализацию программы

№ строки	Источники финансирования	Сумма расходов, всего, руб.	В том числе		
			2024 год	2025 год	2026 год
Всего расходы:					
1	областной бюджет	0,00	0,00	0,00	0,00
2	местный бюджет	0,00	0,00	0,00	0,00
3	внебюджетные источники	17 000,00	0,00	7 000,00	10 000,00
В том числе на формирование медицинской активности (медицинские осмотры, вакцинация и др.):					
4	областной бюджет	0,00	0,00	0,00	0,00
5	местный бюджет	494 631,90	152 322,00	153 845,22	155 383,67
6	внебюджетные источники	0,00	0,00	0,00	0,00