

Согласовано

На заседании научно-методического совета техникума
протокол № 5 от 15 июня 2022 года

Утверждена
Приказом директора техникума от 26 августа
2022 года № 80

**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА
ГПОУ «ЧИТИНСКИЙ ТЕХНИКУМ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И БИЗНЕСА»
«Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах» на 2022-2024 годы**

Программа укрепления здоровья работников 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).

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

I. Цели программы

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 Увеличение продолжительности жизни работников;
- 2.2 Увеличение трудового долголетия работников;
- 2.3 Укрепление здоровья работников;
- 2.4 Обеспечение безопасных и комфортных условий труда;
- 2.5 Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;
- 2.6 Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;
- 2.7 Организация отдыха работников;
- 2.8 Формирование приверженности работников здоровому образу жизни;
- 2.9 Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;
- 2.10 Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;
- 2.11 Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;
- 2.12 Повышение производительности труда и конкурентоспособности техникума;
- 2.13 Совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий.

III. Примерный перечень направлений, мероприятий по их реализации и индикаторов

1. СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ И ОПТИМАЛЬНЫХ ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ РАБОТНИКОВ ТЕХНИКУМА
--

ЦЕЛЬ: Создание благоприятных санитарно-гигиенических условий труда, улучшение условий труда на рабочих местах, обеспечение оптимального режима труда и отдыха.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
<p>Изменение рабочей среды (повышение комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, теплообеспечения).</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-хозяйственная служба</p> <p>Служба охраны труда</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Повышение комфорта рабочей среды, через усиление системы кондиционирования воздуха на 10%</p> <p>Количество сотрудников, прошедших обучение по вопросам охраны труда – 100%</p> <p>Количество сотрудников, прошедших обучение по вопросам оказания первой медицинской помощи – 100%</p>

2. МЕДИЦИНСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

ЦЕЛЬ: Обеспечение охвата медицинскими осмотрами работников техникума.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
<p>Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (к примеру, COVID-19).</p> <p>Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры.</p>	<p>Отдел кадров</p> <p>Служба охраны труда</p> <p>Медицинский работник</p>	<p>Постоянно</p>	<p>80% работников, охваченных медосмотрами</p>

3. ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА

ЦЕЛЬ: Соблюдение запрета потребления табака в техникуме и формирование осознанного отказа сотрудников от курения.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
<p>Усиление запрета курения на рабочих местах и на территории техникума (оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение).</p> <p>Организация просветительских мероприятий, направленных на формирование осознанного отказа сотрудников от курения.</p> <p>Заключение договора о сотрудничестве с Центром медицинской профилактики Забайкальского края.</p>	<p>Административно-хозяйственная часть Служба безопасности. Воспитательный отдел.</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Снижение доли курящих сотрудников на 5%, сокращение количества перекуров на 5%.</p> <p>Количество информационных стендов по профилактике курения – не менее 5.</p> <p>Количество мероприятий, проведенных с педагогами по профилактике курения – не менее 2 в год.</p>

4. ОТКАЗ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ

ЦЕЛЬ: Повышение осведомленности работников о вреде, связанном с алкоголем

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
<p>Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вреда алкоголя.</p> <p>Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.</p>	<p>Администрация техникума Отдел кадровой и правовой работы Воспитательный отдел</p>	<p>До достижения устойчивого результата</p>	<p>Рост числа сотрудников с положительным отношением к безалкогольным праздникам на 10% (по результатам анкетирования).</p> <p>Отсутствие дисциплинарных взысканий сотрудникам за нарушения, связанные с употреблением алкоголя.</p>

5. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

ЦЕЛЬ: Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
<p>Организация командно-спортивных мероприятий («Русская удаль», «Рождественские старты», акция «10 000 шагов» и др.), стимулирующих работников больше ходить пешком, заниматься спортом и укреплять здоровье.</p> <p>Обеспечение доступности тренажерных и спортивных залов для сотрудников организации.</p> <p>Установка теннисного стола в холле техникума, для организации динамических пауз сотрудникам.</p> <p>Объединение через мобильные приложения работников в группы 8-10 человек, с целью организации использования «физкультурных» мобильных приложений и флешмобов в игровом варианте.</p> <p>Проведение динамических пауз ежедневно в период учебного года.</p>	<p>Отдел воспитательной работы</p> <p>Отдел кадровой и правовой работы</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Повышение активности и приверженности ЗОЖ сотрудников техникума в среднем на 10 - 15%.</p>

6. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

ЦЕЛЬ: Обеспечение сотрудников предприятия в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде. Обеспечение сотрудников в течение рабочего времени возможностью приема пищи в отдельно отведенном помещении.

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
<p>Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде.</p> <p>Обеспечение возможности приема пищи сотрудниками в отдельно отведенном помещении.</p> <p>Повышение информированности сотрудников в</p>	<p>Администрация техникума</p> <p>Административно-хозяйственная служба</p> <p>Воспитательный отдел</p>	<p>Постоянно действующая практика</p>	<p>80% сотрудников, охваченных информацией о здоровом питании.</p> <p>Количество кулеров с питьевой водой – не менее 1</p>

<p>вопросах здорового питания, через внутренние информационные ресурсы. Организация соревнований между сотрудниками или подразделениями, проведение конкурса рецептов блюд для здорового питания.</p>			на этаж.
<p>7. СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ. ПОВЫШЕНИЕ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ.</p>			
<p>ЦЕЛЬ: Повышение осознанности работников о психосоциальных факторах риска, а также формирование культуры здорового образа жизни. Достижение высокого уровня участия работников в программах здорового образа жизни.</p>			
<p>Примерный перечень мероприятий</p>	<p>Ответственные исполнители</p>	<p>Сроки реализации</p>	<p>Примеры индикаторов</p>
<p>Проведение Недели психоэмоционального здоровья. Примерные образовательные мероприятия Недели: - управление стрессом; - здоровый сон и управление утомляемостью; преодоление депрессии; - синдром хронической усталости и его профилактика; - позитивная психология Поощрение работников техникума, не уходивших в течение календарного года на больничный, 3 днями отдыха в соответствии с коллективным договором</p>	<p>Отдел кадровой и правовой работы Воспитательный отдел Научно-методическая служба</p>	<p>ежегодно</p>	<p>Повышение уровня удовлетворенности работой на 10% (по результатам анкетирования). Увеличение числа сотрудников, не оформлявших больничный лист в течение года.</p>

IV. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий Программы

- 4.1. Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников;
- 4.2. Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- 4.3. Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- 4.4. Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;

- 4.5. Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- 4.6. Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;
- 4.7. Снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание;
- 4.8. Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- 4.9. Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- 4.10. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- 4.11. Профилактика вредных привычек;
- 4.12. Улучшение имиджа организации по мнению работников и повышение их мотивации;
- 4.13. Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала.

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.