

АДМИНИСТРАЦИЯ БЕЛОЗЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ

П О С Т А Н О В Л Е Н И Е

# От 16.04.2024 № 386

|  |
| --- |
| Об утверждении комплексной программы « Укрепление здоровья на рабочем месте на 2024-2026 годы» администрации Белозерского муниципального округа |

#  Руководствуясь Федеральным законом от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», пунктом 4.2.4.2.2. приложение к постановлению Правительства Вологодской области от 13 марта 2023 г. № 326 «О внесении изменения в постановление Правительства области от 26 декабря 2016 года № 1228»,

ПОСТАНОВЛЯЮ:

 1.Утвердить комплексную программу «Укрепление здоровья на рабочем месте на 2024-2026 годы» администрации Белозерского муниципального округа согласно приложению к настоящему постановлению.

 2.Ответственным за реализацию комплексной программы «Укрепление здоровья на рабочем месте на 2024-2026 годы» назначить старшего методиста отдела муниципальной службы документооборота и охраны труда.

 3.Отделу муниципальной службы, документооборота, контроля и охраны труда администрации округа знакомить сотрудников под роспись с настоящим постановлением.

 4.Настоящее постановление вступает со дня его принятия и подлежит размещению на официальном сайте Белозерского муниципального округа в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

 5.Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на управляющего делами администрации округа.

 **Глава округа: Д.А. Соловьев**

 Утверждена:

постановлением

администрации округа

от 16.04.2024 № 386

(приложение )

Комплексная программа

«Укрепление здоровья на рабочем месте на 2024-2026 год»

администрации Белозерского округа

1. Основное положение

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.

 1.1 Актуальность

 Программа укрепления здоровья сотрудников на рабочем месте включает создания условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития социально значимых хронических заболеваний сотрудников администрации Белозерского муниципального округа. Программа подразумевает под собой комплекс мероприятий, предпринимаемых работодателем для улучшения состояния здоровья сотрудников, улучшения микроклимата в коллективе, в целях профилактики заболеваний, повышения безопасности, производительности и эффективности труда сотрудников.

 Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 г.». Указ предусматривает организацию и развитие системы профилактики профессиональных рисков, которая ориентирована на качественное и своевременное выполнение лечебно-профилактических мероприятий, позволяющих вернуть сотрудников к активной трудовой и социальной деятельности с минимальными повреждениями здоровья, формирование системы мотивации граждан к ведению здорового образа

Здоровье работающего сотрудника определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Ценность физического, психического и социального здоровья каждого сотрудника организации многократно возрастает.

Комплексная программа укрепления здоровья на рабочем месте — это объеденные усилия работодателя, работников и органов власти по улучшению здоровья и благополучия людей трудоспособного возраста.

Программа укрепления здоровья работающих должны учитывать отраслевую специфику, условия труда и комплексное влияние факторов производственного процесса на здоровье работающих.

 Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По данным исследователей почти 60% болезней обусловлено семью ведущими факторами:

повышенное артериальное давление,

потребление табака,

чрезмерное употребление алкоголя,

повышенное содержание холестерина в крови,

избыточная масса тела,

низкий уровень потребления фруктов и овощей,

малоподвижный образ жизни.

повышенное психоэмоциональное напряжение.

 Система укрепления здоровья сотрудников 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).

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения комплексной программы.

1.2. Цель программы

 Комплексная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для сотрудников администрации Белозерского муниципального округа разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе организации, сохранения здоровья сотрудников на рабочем месте.

Основная цель программы:

-сохранение и укрепление здоровья сотрудников администрации Белозерского муниципального округа, профилактика заболеваний и потери трудоспособности;

-позитивное изменение отношения сотрудников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения;

-профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, повышенное артериальное давление;

-снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособности сотрудников;

-улучшение психологического климата в коллективе.

1.3. Задачи программы

 Основными задачами комплексной программы по укреплению здоровья сотрудников организации являются:

- формирование системы мотивации сотрудников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек;

- создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;

- повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни сотрудников и членов их семей;

- организация отдыха сотрудников;

-содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации;

- проведение для сотрудников профилактических мероприятий;

- совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий;

- формирование стрессоустойчивости;

- улучшения психологического климата в коллективах.

2.Основные мероприятия

2.1.Организационные мероприятия

Разработка и реализация системы управления охраной труда. Создание благоприятных санитарно-гигиенических условий труда, улучшение условий труда на рабочих местах, снижение уровня производственного травматизма, обеспечение оптимального режима труда и отдыха.

 - проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье сотрудников и получения общих сведений о состоянии здоровья сотрудников (низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.);

 - воспитание у сотрудников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов (системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, взаимодействия с представителями трудового коллектива, ответственными лицами по организации работы программы);

 - проведение инструктажей сотрудников с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы;

 - организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок;

 - организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни;

 - организация места для самоконтроля (веса и давления).

2.2. Мероприятия, направленные

на повышение физической активности

 -стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях, организацию физкульт-брейков;

 - разработка комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика;

 - участие в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах;

 - участие в программе сдачи норм ГТО;

 - дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и др;

 - проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр;

 - организация культурно-спортивных мероприятий для сотрудников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых;

 - участие работников в спортивных соревнованиях – «Папа, мама, я –спортивная семья».

2.3. Мероприятия, направленные на формирование

приверженности к здоровому питанию

 - «Чистая вода» в учреждении: оснащение кулером с питьевой водой

 - информирование сотрудников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием экспертов в области питания.

 - создание для сотрудников специально оборудованных мест для приема пищи с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.

 - проведение конкурса здоровых рецептов (сотрудники отправляют куратору рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами).

 - проведение конкурсов информационных бюллетеней на тему «Здоровый перекус», «Правильная тарелка» и пр.

 - проведение тематических Дней здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

2.4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением**.**

 Соблюдение запрета потребления табака в администрации

 - оценивается соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года

№ 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации.

 - оформление мест общего пользования в помещениях и на территории знаками запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов п вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах;

 - проведение мероприятий в День отказа от курения;

 - информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах.

2.5.Мероприятия, направленные на борьбу

 с употреблением алкоголя

 Повышение осведомленности сотрудников о вреде, связанном с алкоголем и другими психоактивными веществами, и рисках, связанных с ними на рабочем месте:

 - информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя;

 - организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя;

 - организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни.

2.6.Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

 Достижение высокого уровня участия сотрудников в программах здорового образа жизни:

 -проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями;

 -разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию;

 -формирование у сотрудников таких личностных качеств, как жизнерадостность, стрессоустойчивость, целеустремленность, уверенность в себе на основе стабилизации душевного равновесия, поддержание в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия;

 - организация совместных мероприятий.

3. Ожидаемые результаты реализации комплексной программы

В результате реализации комплексной программы по укреплению здоровья сотрудников учреждения предполагаются следующие результаты:

3.1. Для работников:

- изменение отношения к состоянию своего здоровья;

- укрепление здоровья и улучшение самочувствия;

- приверженность к ЗОЖ;

- выявление заболеваний на ранней стадии;

- возможность получения социального поощрения;

- сокращение затрат на медицинское обслуживание;

- улучшение условий труда;

- улучшение качества жизни;

3.2. Для работодателей:

- сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов;

- повышение производительности труда;

- сокращение трудопотерь по болезни;

- снижение текучести кадров;

- повышение имиджа организации;

- внедрение приоритета здорового образа жизни среди сотрудников;

- изменение отношения сотрудников к состоянию своего здоровья;

- снижение заболеваемости и инвалидизации сотрудников;

- повышение численности сотрудников, ведущих здоровый образ жизни;

3.3. Для государства:

- снижение уровня заболеваемости;

- сокращение дней нетрудоспособности;

- сокращение смертности;

- снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью;

- увеличение национального дохода.

4.Оценка эффективности реализации программы

4.1.Для оценки эффективности реализации программы могут быть использованы следующие критерии:

- отзывы сотрудников (удовлетворенность/ неудовлетворенность программой) на основе опросов;

- охват сотрудников программой;

- оценка результатов программы по созданию условий для ведения здорового образа жизни;

- оценка достижения результатов программы.

4.2. Ответственному за реализацию программы ежегодно в срок до 15 декабря текущего года предоставлять главе округа мониторинг согласно приложению к комплексной программе.

 Приложение:

 к комплексной программе

Мониторинг реализации комплексной программы «Укрепление здоровья на рабочем месте»

 администрации Белозерского округа

за \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ год

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Количество проведенныхмероприятийпо здоровому образу жизни | Доля работниковпринимаемых участиев сдаче ГТО | Доля работников питающихсяРационально(от общего количества работников) | Количествоработников впроходивших диспансеризацию(от общего количества работников) | Количествоработниковпрошедшихмедобследование(от общегоколичества работников) | Доля работников охваченныхмероприятиямипо ЗОЖ(от общего количества работников) | Доляработниковотказавшихсяот курения(от общего количества курящих) | Доля работниковимеющих нормальноеартериальное давление |
|  |  |  |  |  |  |  |  |