



РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО
на общем собрании работников
МБДОУ д/с «Розочка»
с. Крымская Роза Белогорского
района Республики Крым
(протокол от 21.05.2024 № 4)

УТВЕРЖДЕН
Приказом МБДОУ
д/с «Розочка» с. Крымская
Роза Белогорского района
Республики Крым
от 21.05.2024 № 141
Заведующий _____ Д.А. Петренко

СОГЛАСОВАНО
Председателем профсоюзной
организации МБДОУ д/с «Розочка»
с. Крымская Роза Белогорского
района Республики Крым
_____ Л.В. Дьяченко

Корпоративная программа укрепления здоровья сотрудников
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым
на 2024-2027 года

Содержание

Оглавление

Содержание.....	2
1. Актуальность.....	3
2. Цель программы	3
3. Задачи программы	3
4. Основные мероприятия.....	3
Блок 1. Организационные мероприятия	3
Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках мероприятий клуба фитнес-аэробики)	4
Блок 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию ..	4
Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением	4
Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя.....	5
Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.....	5
5. Ожидаемые результаты эффективности.....	5
6. План мероприятий.....	7

1. Актуальность

Корпоративная программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым (МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым), (далее – Программа) подразумевает под собой комплекс мероприятий, предпринимаемых работодателем для улучшения состояния здоровья работников, улучшения микроклимата в коллективе, в целях профилактики заболеваний, повышения безопасности и эффективности труда работников.

Залогом успешности программы является целостный подход, основанный на определении здоровья не только как отсутствия болезней, но и состояние полного физического, эмоционального, интеллектуального, социального благополучия.

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.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

2. Цель программы

Программа разработана с целью сохранения и укрепления здоровья сотрудников МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым, профилактика заболеваний и потери трудоспособности, сплочение коллектива.

3. Задачи программы

Основные задачи корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации:

- формировать систему мотивации работников МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек;
- создать благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым;
- повысить ответственность за индивидуальное здоровье и приверженность к здоровому образу жизни работников и членов их семей;
- создать благоприятные условия в МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым для ведения здорового и активного образа жизни;
- содействовать прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации;
- создать оптимальные гигиенические, экологические и эргономические условия деятельности работников на их рабочих местах;
- формировать установки на отказ от вредных привычек;
- формировать мотивацию на повышение двигательной активности.

4. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия

1. Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников: низкая физическая

активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.

2. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, взаимодействия с представителями профсоюзной организации, организации соревнований между трудовыми коллективами и пр.

3. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.

4. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.

5. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.

6. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок, экскурсий и пр.

7. Создание уголков здоровья.

8. Создание клуба фитнес-аэробики по месту работы.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках мероприятий клуба фитнес-аэробики)

1. Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика.

2. Участие трудового коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах.

3. Проведение соревнований с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников.

4. Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла» и др.

5. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.

6. Участие работников в спортивных соревнованиях – «Папа, мама, я – спортивная семья».

7. Организация соревнований «Попали в десятку» – дартс.

Блок 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания.

2. Размещение информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.

3. Проведение тематических Дней здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением

1. 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 с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации.

2. Мотивирование к отказу от курения путем организации возможных здоровых альтернатив вместо перекуров на рабочих местах и в местах общего пользования: оборудование

в местах общепользования, вокруг рабочих зон, в здании зоны для самостоятельных занятий физическими упражнениями вместо перекуров или для разрядки во время работы.

Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя

1. Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.

2. Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.

3. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий пропагандой здорового образа жизни.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

1. Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.

2. Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом.

3. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия, фототерапия.

4. Формирование у работников таких личностных качеств, как жизнерадостность, стрессоустойчивость, целеустремленность, уверенность в себе на основе стабилизации душевного равновесия, поддержание в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия.

5. Ожидаемые результаты эффективности

В результате реализации корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым предполагаются следующие результаты:

Для работников:

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Увеличение продолжительности жизни.
- Приверженность к ЗОЖ.
- Выявление заболеваний на ранней стадии.
- Возможность получения материального и социального поощрения.
- Сокращение затрат на медицинское обслуживание.
- Улучшение условий труда.
- Улучшение качества жизни.

Для работодателей:

- Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов.
- Повышение производительности труда.
- Сокращение потерь по болезни.
- Снижение текучести кадров.
- Повышение имиджа организации.
- Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников; изменение отношения работников к состоянию своего здоровья.
- Снижение заболеваемости и инвалидизации работников.
- Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.

Для государства:

- Снижение уровня заболеваемости.
- Сокращение дней нетрудоспособности.
- Сокращение смертности.

- Снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью.
- Увеличение национального дохода

6. План мероприятий

№	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Место проведения	Ответственный исполнитель
1.Организационные мероприятия				
1.	Анкетирование, с целью выявления факторов, влияющих на здоровьеработников и получение общих сведений о состоянии здоровья работников	Два раза в год: сентябрь, март	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Медицинская сестра
2.	Культурный досуг сотрудников (посещение музеев, выставок и др.)	Один раз в год	Республика Крым	Председатель ППО
3.	Создание (обновление) уголков здоровья	1 раз в 3 месяца	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Медицинская сестра
4.	Создание клуба фитнес-аэробики	Июнь 2024	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Заведующий Председатель ППО
2.Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках клуба фитнес-аэробики)				
1.	Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	Ежедневно	Рабочее место: Групповая спортивный зал музыкальный зал	Воспитатели Медицинская сестра
2.	Спортивные мероприятия, спартакиады, турниры, спортивные конкурсы	Один раз в год	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым/ Республика Крым	Зам. Зав по ВМР
3.	Проведение соревнований с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников.	Два раза в год: сентябрь, март	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Зам. Зав по ХЧ Заведующий
4.	Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла» и др.	Один раз в год	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Зам. Зав по ХЧ Зам. Зав по ВМР

5.	Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр / организация похода	Один раз в год	Республика Крым	Председатель ППО
6.	Участие работников в спортивных соревнованиях – «Папа, мама, я – спортивная семья».	Один раз в год	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Зам. Зав по ВМР
7.	Организация соревнований «Попали в десятку» – дартс.	Один раз в год	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Зам. зав. по ВМР Зам. Зав. по ХЧ Председатель ППО
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию				
1.	Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания	Два раза в год: сентябрь, март	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Медицинская сестра
2.	Конкурс здоровых рецептов	Два раза в год: сентябрь, март	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Медицинская сестра Председатель ППО
3.	День здорового питания, посвященный овощам и фруктам	Два раза в год: ноябрь, апрель	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Медицинская сестра
4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением				
1.	Оценивание 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 с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации.	Постоянно	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Зам. Зав. по ХЧ
2.	Организация возможных здоровых альтернатив вместо перекуров на рабочих местах и в местах общего пользования. Оборудование зоны для физ. упражнений	По мере необходимости	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Председатель ППО Зам. Зав. по ХЧ

5.Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя				
1.	Информирование сотрудников о влиянии на организм алкоголя и социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	Ежегодно: в течение года	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Медицинская сестра
2.	Консультативная помощь по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.	По мере необходимости	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Медицинская сестра
3.	Безалкогольные корпоративные мероприятия с пропагандой здорового образа жизни.	Один раз в год	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Председатель ППО
6.Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом				
1.	Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями.	Ежегодно: в течение года	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Зам зав по ВМР
2.	Оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешное выполнение задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом	Постоянно		Заведующий Зам. зав. по ВМР Зам. Зав. по ХЧ
3.	Фитотерапия, аромотерапия, музыкотерапия, фототерапия	Ежегодно: в течение года	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Воспитатели
4.	Поддержание в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия	Постоянно	МБДОУ д/с «Розочка» с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым	Зам. зав. по ВМР Зам. Зав. по ХЧ Председатель ППО

