

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

СОГЛАСОВАНО

**Общее собрание работников
КГА ПОУ «РТК»**

Протокол № 2 от 30.06.2021

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГА ПОУ «РТК»

Ильченко А.Г.

«15» июля 2021»



**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА
УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ РАБОТНИКОВ ОРГАНИЗАЦИИ**

**Краевого государственного автономного
профессионального образовательного учреждения
«Региональный технический колледж»
(КГА ПОУ «РТК»)**

**г.Владивосток
2021**

Пояснительная записка

В настоящее время действует «Стратегия развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 6 июня 2019 года № 254. Одно из приоритетных направлений, прописанных в пункте 25 главы 4 «Цели, основные задачи и приоритетные направления развития здравоохранения в Российской Федерации», целями развития здравоохранения в Российской Федерации являются увеличение численности населения, продолжительности жизни, продолжительности здоровой жизни, снижение уровня смертности и инвалидности населения, соблюдение прав граждан в сфере охраны здоровья и обеспечение связанных с этими правами государственных гарантий. В пункте 26 этой программы прописаны основные задачи развития здравоохранения в Российской Федерации выделили совершенствование системы охраны здоровья работающего населения, выявления и профилактики профессиональных заболеваний.

Согласно Всемирной организации здравоохранения, здоровье это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. И если взять во внимание категорию трудоспособного населения, то одним из основных составляющих душевного и социального благополучия является его профессиональная (трудовая) деятельность.

Основными факторами риска условий труда работников профессиональных образовательных организаций являются:

- повышенное психоэмоциональное напряжение, приводящее к стрессу, профессиональным деформациям, эмоциональному выгоранию, психосоматическим и нервно-психическим заболеваниям;
- значительная голосовая, зрительная нагрузка при выполнении профессиональных обязанностей;

- преобладание в процессе трудовой деятельности статической нагрузки при незначительной общей мышечной и двигательной нагрузке;

- высокая плотность контактов в условиях современной эпидемиологической обстановки.

Каждый из этих основных факторов риска может способствовать возникновению профессионально обусловленных видов патологии нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем.

Цель программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для работников КГА ПОУ «РТК» разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе колледжа, сохранение здоровья персонала на рабочем месте.

Основная цель программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников колледжа, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

Задачи программы

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников КГА ПОУ «РТК» являются:

- Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников КГА ПОУ «РТК».
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.
- Создание благоприятных условий в КГА ПОУ «РТК» для ведения здорового и активного образа жизни.
- Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.

- Проведение для работников профилактических мероприятий.
- Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.
- Снижение потребления алкоголя.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия.

1. Ход реализации корпоративной программы здоровья

Этап	Реализация
1 ЭТАП Планирование корпоративной программы здоровья	Анализ ситуации и выбор приоритетов профессиональной образовательной организации
	Определение ресурсов профессиональной образовательной организации, потребностей и мотивации для участников
	Разработка модулей и мероприятий для их реализации
	Разработка индикаторов оценки процесса и результата, критериев их оценки и определение механизма мониторинга, сроков (периодичности) оценки
2 ЭТАП Реализация плана действий и мероприятий корпоративной программы здоровья	Реализация мероприятий программы здоровья
3 ЭТАП Улучшение и коррекция мероприятий корпоративной программы здоровья	Подведение итогов реализации программы, совершенствование программы

2. Мотивация участия в программе

Для работников	Для учреждения
Улучшение здоровья	Сохранение и развитие кадрового потенциала
Повышение удовлетворенности работой	Повышение эффективности труда
Улучшение качества жизни	Улучшение психологического климата в коллективе

Отказ от вредных привычек	Развитие позитивного имиджа организации
Повышение психоэмоционального благополучия	Снижение количества дней временной нетрудоспособности

3. Модули для реализации корпоративной программы здоровья

Наименование модуля	Содержание мероприятий	Ожидаемый результат
Физическая активность	Проведение командно-спортивных мероприятий: Консультации специалистов по направлению ведения ЗОЖ. Просмотр образовательных и мотивационных спортивных видеороликов. Размещение мотивационных фотографий, плакатов. Участие в программе ГТО. Создание команды для выездов на районные/городские/областные соревнования. Проведение корпоративных, спортивно-массовых оздоровительных мероприятий.	В % соотношении (от общей численности работников): - увеличение процента работников, вовлечённых в ведение здорового образа жизни; - снижение процента работников с низким уровнем физической активности; - повышение уровня физической грамотности работников; - увеличение доли работников, вовлечённых в регулярное занятие физической культурой и спортом; - снижение числа случаев временной нетрудоспособности.
Здоровое питание	1. Проведение образовательных	В %

		семинаров для работников по следующим темам: «Здоровое питание», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин» и др. 2. Обеспечение работников организации питьевой водой. 3. Проведение тестирования с работниками по имеющимся привычкам питания на соответствие критерий здорового питания и мотивирование работников на оздоровление рациона. 4. Организация для работников информационных встреч, «школ здоровья» по коррекции факторов риска заболеваний с привлечением медицинских специалистов, диетологов, психологов.	соотношении (от общей численности работников): - увеличение % работников, изменивших свой рацион в сторону оздоровления; - увеличение % работников, имеющих доступ к питьевой воде не далее 100 м от рабочего места; - % работников, изменивших свои привычки в сторону оздоровления; - увеличение % информированности работников о здоровом питании; - увеличение % работников, самостоятельно контролирующи х показатели факторов риска здоровья.
Диагностика и профилактика профессиональных заболеваний	и	1. Организация ежегодных медицинских осмотров. 2. Анкетирование работников о состоянии их здоровья. 3. Размещение информации профилактического характера о профессиональном здоровье на сайте организации и в ее стенах. 4. Организация встреч с медицинскими работниками на тему диагностики и профилактики профессионального	В % соотношении (от общей численности работников): - увеличение % работников, прошедших вакцинацию; - снижение % работников с

	здоровья. 5. Информирование работников о пользе вакцинаций, компонентном составе и действии вакцин. 6. Информирование о результативности реализации программы.	нуждающихся в амбулаторном, стационарном обследовании и лечении, санаторно-курортном лечении и диспансерном наблюдении. Улучшение показателей здоровья работников по результатам медицинских осмотров.
Психологическое и эмоциональное благополучие	1. День психологии- мероприятия, проходящие на территории образовательного учреждения. Задачами мероприятия являются: информировать работников об основах психоэмоциональной гигиены, обеспечить доступность консультации и поддержки психолога, ознакомить с информацией о психологических навыках управления стрессом, о профилактике профессионального выгорания и депрессии. 2. Просветительская работа. 3. Проведение психопрофилактических мероприятий. Программы, направленные на профилактику стресса на рабочем месте, повышение уровня благополучия. Сопровождение по управлению эмоциями; профилактика депрессии, выгорания, тревожных расстройств; аутогенная тренировка, практики медитации и осознанности, арт -терапевтические и проективные методики, дыхательные практики.	В % соотношении (от общей численности работников): - снижение % работников с высоким уровнем стресса; - увеличение % работников, принявших участие в мероприятиях; - увеличение % работников, вовлечённых в образовательные программы.

Ожидаемые результаты эффективности

В результате реализации корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации 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.