



АДМИНИСТРАЦИЯ  
ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ФЕДОРОВСКИЙ  
СУРГУТСКОГО РАЙОНА  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА - ЮГРЫ  
Р А С П О Р Я Ж Е Н И Е

«03» ноября 2023 года  
пгт. Федоровский

№157-р

Об утверждении корпоративной программы  
«Сохранение и укрепление здоровья работников  
на рабочих местах в администрации городского  
поселения Федоровский»

В целях исполнения мероприятий по реализации в 2023-2026 годах Национальной стратегии действий в интересах женщин, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.04.2023 1104-р:

1. Утвердить корпоративную программу «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах в администрации городского поселения Федоровский» согласно приложению к настоящему распоряжению.

2. Настоящее распоряжение вступает в силу с даты подписания.

3. Контроль за выполнением настоящего распоряжения возложить на заместителя главы городского поселения Федоровский-начальника управления по организации деятельности органов местного самоуправления и социальному развитию администрации городского поселения Федоровский М.А.Сафонову.

Глава городского поселения  
Федоровский

Н.У. Рудышин



**ПАСПОРТ**  
**корпоративной программы**  
**«Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах в администрации городского поселения Федоровский»**

Ответственный исполнитель программы	Отдел экономического развития финансово-экономического управления администрации городского поселения Федоровский
Участники программы	Трудовой коллектив администрации городского поселения Федоровский
Цель программы	Увеличение ценностей здорового образа жизни, формирование осознанного отношения к своему здоровью и повышение трудового потенциала через вовлечения руководителя и работающих в мероприятиях по укреплению здоровья, а также создание условий, способствующих повышению приверженности к здоровому образу жизни
Задачи программы	- повышение физической активности; - отказ от вредных привычек; - выявление заболеваний на ранних стадиях, предупреждение профзаболеваний, травматизма; - профилактика эмоционального выгорания и профессиональных стрессовых ситуаций у работников; - повышение профессионального благополучия и здоровья работников; - создание в администрации необходимых условий, способствующих повышению приверженности работников к здоровому образу жизни, и сохранение психологического здоровья в процессе трудовой деятельности
Основные показатели (индикаторы) программы	1. Доля сотрудников, охваченных профилактическими мероприятиями. 2. Доля сотрудников, регулярно занимающихся физкультурой и спортом 3. Доля сотрудников, прошедших ежегодный профилактический медицинский осмотр и диспансеризацию. 4. Доля сотрудников ежедневно употребляющих 400 г овощей и фруктов.
Срок реализации программы	2023-2026 годы

<b>Финансовое обеспечение</b>	нет
<b>Ожидаемые конечные результаты реализации программы</b>	<p><b>Для сотрудников администрации:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-увеличение доли работников, занимающихся физической культурой постоянно;</li> <li>-увеличение доли работников, отказавшихся от вредных привычек;</li> <li>-снижение числа случаев временной нетрудоспособности;</li> <li>-повышение уровня психологического благополучия и снижение уровня эмоционального выгорания работников;</li> <li>-увеличение доли работников, охваченных профилактическими мероприятиями по здоровому образу жизни (ЗОЖ);</li> <li>-повышение уровня информированности работников о здоровом образе жизни до 100%.</li> </ul> <p><b>Для работодателя:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов;</li> <li>-сокращение трудопотерь по болезни;</li> <li>- снижение текучести кадров;</li> <li>-внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников;</li> <li>-изменение отношения работников к состоянию своего здоровья;</li> <li>-повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.</li> </ul>

## 1. Введение

«Люди должны осознать, что здоровый  
образ жизни -это личный успех каждого»  
Владимир Путин

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье-это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Здоровье - неоценимое счастье для каждого человека, условие его активной полноценной и долгой жизни, успешности во всех сферах жизнедеятельности, а также основа для процветания и развития своей страны.

По данным ВОЗ, причиной 2/3 случаев преждевременной смерти населения в трудоспособном возрасте являются хронические неинфекционные заболевания, причем основная доля приходится на болезни системы кровообращения, злокачественные новообразования и травмы.

Почти 60% общего бремени болезней обусловлены семью ведущими факторами: артериальная гипертония, курение, чрезмерное потребление алкоголя, повышенное содержание холестерина крови, избыточная масса тела, низкий уровень потребления фруктов и овощей, малоподвижный образ жизни.

Данные факторы поддаются управлению через систему мероприятий, направленных на формирование ответственного отношения человека к собственному здоровью, повышение мотивации к здоровому образу жизни и ответственности за сохранение собственного здоровья.

Работающие граждане составляют половину мирового населения и вносят основной вклад в экономическое и социальное развитие. Их здоровье определяется не только теми рисками, которые присутствуют на рабочем месте, но социальными и индивидуальными факторами, а также доступом к медико-санитарным услугам. Сохранение и укрепление здоровья работающих невозможно без их активного участия, поскольку объектом управления в данном случае они сами. Для того чтобы они могли участвовать в этом процессе им нужно осознанное желание, воля и знания. Большинство людей проводит на работе основную часть времени, и в этот период здоровье человека находится под влиянием комплекса факторов, в том числе и негативных. Согласно определению ВОЗ, рабочее место оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний.

Система управления рисками (мероприятия по охране труда) является патерналистским инструментом выстраивания системы взаимодействия всех участников, которая пронизывает все уровни взаимодействия: государство-работодатель, работодатель-работник, государство-работник.

Корпоративная программа укрепления здоровья (далее-программа) - это инвестиционный проект, участниками которого выступают государство-работодатель-работник, как элемент корпоративной культуры и программы лояльности в системе управления персоналом и достижении конкретных

измеримых результатов. В долгосрочной перспективе компании, внедряющие корпоративную программу укрепления здоровья работников, потенциально успешнее, более устойчивы и эффективны.

Внедрение корпоративной программы сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах является частью государственной политики в рамках федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография».

Корпоративные программы укрепления здоровья направлены на улучшение здоровья и благосостояния людей трудоспособного возраста. Укрепление здоровья на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития наиболее социально значимых хронических заболеваний, который повышается при нерациональном питании, недостатке физической активности, стрессах на рабочем месте, незддоровом поведении (курение, злоупотребление алкоголем).

Разработка, реализация, мониторинг и оценка корпоративных программ укрепления здоровья работающих - поэтапный процесс взаимно необходимых и взаимосвязанных действий:

- планирование (сбор данных о состоянии здоровья и ресурсах, формирование органа управления и мероприятий программы);
- внедрение запланированных мероприятий;
- контроль процесса внедрения со сбором информации о ходе исполнения;
- анализ итогов программы, принятие и реализация решений по дальнейшему улучшению деятельности.

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

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

Личная заинтересованность сотрудников - ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

## 2. Цель программы

Основная цель программы: увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому образу жизни и вовлеченных в занятия физической культурой и спортом, а также сохранение и укрепление здоровья сотрудников администрации, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

### **3. Задачи программы**

Основными задачами корпоративной программы на «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах в администрации городского поселения Федоровский» являются:

- повышение физической активности;
- отказ от вредных привычек;
- выявление заболеваний на ранних стадиях, предупреждение профзаболеваний, травматизма;
- профилактика эмоционального выгорания и профессиональных стрессовых ситуаций у работников;
- повышение профессионального благополучия и здоровья работников;
- создание в учреждении необходимых условий, способствующих повышению приверженности работников к здоровому образу жизни, и сохранение психологического здоровья в процессе трудовой деятельности.

### **4. Показатели эффективности реализации программы**

Основными показателями эффективности реализации корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников являются:

1. Доля сотрудников, охваченных профилактическими мероприятиями.
2. Доля сотрудников, регулярно занимающихся физкультурой и спортом
3. Доля сотрудников, прошедших ежегодный профилактический медицинский осмотр и диспансеризацию.
4. Доля сотрудников ежедневно употребляющих 400 г овощей и фруктов.

### **5. Сроки реализации**

Программа реализуется ежегодно. По окончании годового плана реализации программы проводится анализ и оценка полученных показателей результативности, на основании полученных данных корректируются мероприятия для реализации программы на следующий год.

### **6. Основные мероприятия**

#### **Блок 1. Организационные мероприятия.**

1. Создание рабочей группы для оценки ситуации, разработки программы и плана мероприятий.
2. Проведение анализа показателей здоровья работников администрации по доступным источникам (медицинским заключениям по результатам периодического медицинского осмотра, диспансеризации, по анкетам).
3. Выбор направления/направлений программы: повышение физической активности, отказ от курения, здоровое питание, снижение потребления

алкоголя, сохранение психологического здоровья, разработка и утверждение плана мероприятий.

4. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте (сотрудникам, посещающим спортивные занятия в фитнес-центрах или иных спортивных секциях, предоставляется возможность более раннего ухода в день тренировки; абонементы или билеты на посещение бассейна, ледового катка и пр.; билеты на посещение концертов, театров ипр.).

5. Организация места для самостоятельного контроля (тонометр, напольные весы, сантиметровая лента) показателей факторов риска здоровья (артериальное давление, масса тела, окружность талии).

#### **Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.**

1. Проведение физкультминуток, десятиминутных комплексов упражнений (гимнастика для глаз и спины, дыхательная гимнастика и т.п.).

2. Участие коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах и т.п.

3. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе.

4. Участие в культурно-спортивных мероприятиях для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых.

#### **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 с участием экспертов в области питания.

2. Проведение Кампании «Овощи и фрукты пять раз в день и чаще» с целью стимуляции сотрудников администрации к большему употреблению в пищу овощей и фруктов.

3. Обеспечение сотрудников администрации чистой питьевой водой.

#### **Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением.**

1. 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 администрации.

2. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья.

3. Проведение акции «Обменяй сигареты на витамины» с обменом сигарет на фрукты.

4. Проведение массовых мероприятий 31 мая – в День отказа от курения.

**Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с повышенным артериальным давлением.**

1. Проведение образовательной Кампании «Контролируй свое артериальное давление» с выпуском тематических буклетов и плакатов.

2. Проведение образовательных семинаров на тему контроля артериального давления, немедикаментозных методах его коррекции и профилактике осложнений артериальной гипертонии.

3. Проведение «Единого дня контроля артериального давления» для сотрудников администрации.

**Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя.**

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

**Блок 7. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.**

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

2. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия.

**8. Целевые показатели(индикаторы) эффективности реализации корпоративной программы**

п/п	Наименование целевого показателя (индикатор)	Индикаторы результата
1.	Доля сотрудников, охваченных профилактическими мероприятиями	Повышение доли сотрудников, охваченных профилактическим мероприятиями
2.	Доля сотрудников, регулярно занимающихся физкультурой и спортом	Повышение доли сотрудников, регулярно занимающихся физкультурой и спортом

3.	Доля сотрудников, прошедших ежегодный профилактический медицинский осмотр и диспансеризацию	Повышение доли сотрудников, прошедших ежегодный профилактический медицинский осмотр и диспансеризацию
4.	Доля сотрудников ежедневно употребляющих 400 г овощей и фруктов	Повышение доли сотрудников ежедневно употребляющих 400 г овощей и фруктов



