

Утверждаю:
Директор МБУК «ВМВЦ»

О.И. Раздрогова
(Приказ № 135-од от 24.12.2021 г.)



**ПРОГРАММА
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ КУЛЬТУРЫ
"Воркутинский музейно-выставочный центр"**

«Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах»

**г. Воркута
2021 г.**

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах
Координатор программы	Заместитель директора
Исполнители программы	Руководство МБУК "ВМВЦ"
Участники программы	Все работники МБУК "ВМВЦ"
Разработчик программы	МБУК "ВМВЦ"
Обоснование разработки программы	Корпоративные модельные программы по укреплению здоровья работающих, разработанные Министерством здравоохранения Российской Федерации
Цель программы	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> -Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников; -Формировать ответственное отношение к своему здоровью; -Проведение информационно-просветительской кампании по формированию представления здорового образа жизни в МБУК "ВМВЦ" -Воспитание потребности в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни
Численность	сотрудники учреждения (10 чел.)
Описание программы	<p>Организационно-методическая работа</p> <p>Утверждение программы по оздоровлению сотрудников. Информационно-просветительская работа Организация информационных стендов по ЗОЖ.</p> <p>Обеспечение безопасных для здоровья условий</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни 2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы. 3. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников. <p>Работа по оздоровлению сотрудников и своевременному выявлению заболеваний</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение комплекса мероприятий, направленных на повышение двигательной активности

	<p>2. Осуществление периодического медицинского осмотра работников (диспансеризации).</p> <p>Охрана труда и создание безопасных условий труда</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников. 2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности. 3. Ежегодный медицинский осмотр и проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности. 4. Проведение специальной оценки условий труда.
<p>Сроки реализации программы</p> <p>Ожидаемые результаты</p>	<p>Без ограничений</p> <p><u>Количественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью; 2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни; <p><u>Качественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Уменьшение употребления табака; 2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников; 3. Увеличение работоспособности сотрудников.

ВВЕДЕНИЕ

Программа укрепления здоровья работников муниципального бюджетного учреждения культуры "Воркутинский музейно-выставочный центр" (Далее - МБУК "ВМВЦ") 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 начнется с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность МБУК "ВМВЦ" в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

I. Цели программы

- 1.1 Сохранение и укрепление здоровья работников МБУК "ВМВЦ" 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 МБУК "ВМВЦ" 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 предприятия;
- 2.13 Совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий.

III. Перечень направлений, мероприятий по их реализации и индикаторов

1. СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ И ОПТИМАЛЬНЫХ ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ РАБОТНИКОВ МБУК "ВМВЦ"									
<p>ЦЕЛЬ: 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.</p> <p>ОПИСАНИЕ: Система управления охраной труда в организации – ключевой элемент, благодаря которому на предприятии обеспечивается безопасность сотрудников. Данная часть общей системы менеджмента направлена на защиту здоровья и жизни работников. Положительное воздействие внедрения системы управления охраной труда на уровне организации, выражается в снижении воздействия опасных и вредных производственных факторов и рисков, повышении производительности труда.</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="888 103 1216 898">Перечень мероприятий</th> <th data-bbox="888 898 1216 1252">Ответственные исполнители</th> <th data-bbox="888 1252 1216 1706">Сроки реализации</th> <th data-bbox="888 1706 1216 1995">Индикаторы</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4" data-bbox="888 103 1216 1995" style="text-align: center;">Перечень мероприятий</td> </tr> </tbody> </table>	Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы	Перечень мероприятий			
Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы						
Перечень мероприятий									

<p>Изменение рабочей среды (повышение комфорта рабочей среды, кондиционирование воздуха, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания.</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>Оценка производственных рисков, приводящих к расстройству здоровья (проведение СОУТ на рабочих местах, организация производственного санитарного контроля, утверждение положения о системе управления охраной труда).</p>	<p>Административно-управленческий персонал,</p>	<p>Постоянно</p>	<p>- Увеличение количества рабочих мест, на которых улучшены условия труда по результатам СОУТ (подтвержденные результатами СОУТ);</p> <p>- Доля рабочих мест, на которых проведена СОУТ (95%);</p>
---	---	------------------	---

2. МЕДИЦИНСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

ЦЕЛЬ: Обеспечение охвата медицинскими осмотрами работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (к примеру, COVID-19).</p> <p>Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры.</p> <p>Профилактические осмотры (комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также</p>	<p>Административно-управленческий персонал</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Процент медосмотрами работников, охвата 100%.</p>

в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов).
 Диспансеризация (комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья, включая определение группы здоровья).

3. ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА

ЦЕЛЬ: Соблюдение ограничений потребления табака на предприятии.

ОПИСАНИЕ: Ограничение курения на рабочих местах и на территории предприятия регулируется Федеральным законом №15-ФЗ от 23 Февраля 2013г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

В корпоративной практике необходимо обеспечить исполнение закона на территории предприятия путем издания внутренних нормативных документов. Для осуществления практики необходимо издать внутренний документ: НПА/ стандарт корпорации:

- о запрете курения на территории предприятия (включая открытую территорию);
- о запрете потребления любых электронных сигарет, испарителей и устройств с нагреванием табака;
- о запрете продаж любых табачных изделий и всех видов электронных сигарет и их составляющих на территории предприятия

Практика не требует дополнительного финансирования.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
Установление ограничительных мер курения на рабочих местах и в местах, не предназначенных для курения на территории учреждения (оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение). Организация индивидуальной и групповой поддержки по мобильным приложениям, мессенджерам и чатам.	Административно-управленческий персонал	Однократно, в начале программы	Процент курящих сотрудников, сокративших количество перекуров, 80%.

4. ОТКАЗ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ И ДРУГИХ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

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

ОПИСАНИЕ: Коммуникационная кампания, направленная на повышение осведомленности сотрудников, является ключевым компонентом, предвещающим организацию любых действий, направленных на снижение пагубного употребления алкоголя и других психоактивных веществ. Научные данные показывают, что программы обучения и подготовки на рабочем месте могут эффективно влиять на поведение сотрудников, связанное с употреблением алкоголя и других психоактивных веществ. Обучение сотрудников следует проводить регулярно, и также регулярно сотрудники должны быть снабжены информационными материалами (брошюрами, буклетами) и контактной информацией, куда можно обратиться за помощью.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вреда алкоголя и других психоактивных веществ. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий. Изменение отношения персонала к употреблению алкоголя как необходимому атрибуту праздника.	Административно-управленческий персонал	До достижения устойчивого результата	Рост числа сотрудников с положительным отношением к безалкогольным праздникам.

5. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

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

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
Организация пользования мобильными приложениями к смартфону «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни» и др. Организация физкультур-брейков.	Административно-управленческий персонал	Без ограничений	Снижение доли работников с низким уровнем физической активности, 50%; Снижение доли работников с низким уровнем

			тренированности, 40%.
6. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ			
<u>ЦЕЛЬ:</u> Обеспечение сотрудников предприятия в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде. Обеспечить сотрудников в течение рабочего времени возможностью приема пищи в отделе отведенном помещении.			
<p>Перечень мероприятий</p> <p>Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде. Обеспечение возможности приема пищи сотрудниками в отделе отведенном помещении.</p>	<p>Ответственные исполнители</p> <p>Административно-управленческий персонал</p>	<p>Сроки реализации</p> <p>Постоянно действующая практика.</p>	<p>Индикаторы</p> <p>100% сотрудников, имеющих доступ к питьевой воде не далее 50м от рабочего места</p> <p>Охват сотрудников, имеющих возможность приема пищи в рабочее время, 100%.</p>
7. СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ. ПОВЫШЕНИЕ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ.			
<p><u>ЦЕЛЬ:</u> Достижение высокого уровня участия работников в программах здорового образа жизни. <u>ОПИСАНИЕ:</u> При проведении коммуникационной кампании важно ориентироваться на количественные показатели, а именно какое количество работников изучит профилактический материал, примет участие в оздоровительных мероприятиях. Необходимо учитывать, что высокоэффективные коммуникационные кампании могут потребовать потратить рабочее время на участие в оздоровительной акции, что может привести к переработке. Для достижения целевого эффекта необходимо использовать несколько каналов коммуникации (желательно 2-3 вида), в том числе рассылку по электронной почте, оповещение работников на собраниях, использование корпоративных СМИ и др.</p>			
<p>Перечень мероприятий</p> <p>Проведение коммуникационной кампании по</p>	<p>Ответственные исполнители</p> <p>Административно-</p>	<p>Сроки реализации</p> <p>Постоянно</p>	<p>Индикаторы</p> <p>Уровень</p>

<p>популяризации ЗОЖ (социальный маркетинг). Проведение дня/недели/месяца психоэмоционального здоровья (оздоровительное тестирование (оценка риска возникновения хронических неинфекционных заболеваний, оценка функциональных параметров организма и др.).</p>	<p>управленческий персонал</p>	<p>действующая практика.</p>	<p>удовлетворенности работой (50% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду).</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;
- 4.14. Увеличение прибыли организации при снижении расходов и росте доходов.

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 будут использованы следующие критерии:

- отзывы работников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой);
- охват работников программой;

План корпоративной программы по сохранению и укреплению здоровья работников на рабочих местах МБУК "ВМВЦ"

№	Направление мероприятий	Цель мероприятия	Форма мероприятия	Сроки реализации мероприятия
1.	Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизации сотрудников	Цель: раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников	1 раз в год Постоянно
2.	Профилактика табакокурения	Цель: снижение количества курящих сотрудников	Информирование работников о введении ограничительных мер курения на рабочих местах и в местах, не предназначенных для курения на территории учреждения	Постоянно
3.	Информационно-мотивационное просвещение	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок по темам здорового образа жизни, оформление стендов, размещение в соц.сетях	1 раз в квартал, по мере необходимости
4.	Инструктаж персонала	Цель: предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа с персоналом	Постоянно