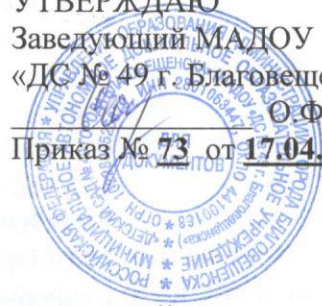


УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ  
«ДС № 49 г. Благовещенска»  
О.Ф. Савченко  
Приказ № 73 от 17.04.2023 г.



**ПЛАН**  
**мероприятий по реализации корпоративной программы**  
**«Сохранение и укрепление здоровья» на 2022-2024 год**

Направление	Мероприятия	Сроки реализации
1. Административные и организационные мероприятия	<p>1.1. Создание системы приказов, распоряжений, программ и пр.</p> <p>1.2. Разработка, утверждение и реализация в организации корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников.</p> <p>1.3. Проведение анкетирования в МАДОУ «ДС № 49 г. Благовещенска», с целью выявления факторов, влияющих на здоровье сотрудников.</p> <p>1.4. Проведение инструктажа персонала, с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которой является производственный травматизм и вредные факторы.</p> <p>1.5. Организация контроля за проведением периодических медицинских осмотров работников организации, и иммунизации.</p> <p>1.6. Исключение «мест для курения».</p> <p>1.7. Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни.</p> <p>1.8. Заключение договоров о взаимодействии с организациями здравоохранения (сетевое взаимодействие).</p> <p>1.9. Анализ реализации корпоративной программы (полугодие, год)</p>	2022-2024 годы
2. Создание благоприятной рабочей среды и оптимальных гигиенических условий для укрепления здоровья и благополучия работников организации.	<p>2.1. Меры, меняющие рабочую среду. Мероприятия по повышению комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменения освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания, пр.</p> <p>2.2. Мероприятия по охране и безопасности труда. Контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда в соответствии с нормативными документами.</p> <p>2.3. Предотвращение происшествий на рабочем месте.</p>	2022-2024 годы

	<p>Проведение инструктажей по предотвращению риска получения травмы.</p> <p>2.4. Оценка производственных факторов риска, приводящих к расстройству здоровья.</p> <p>Проведение специальной оценки условий труда. Организация производственного санитарного контроля на предприятии. Реализация приказа Минтруда России от 19.08.2016 № 438н «Об утверждении типового положения о системе управления охраной труда».</p> <p>2.5. Текучесть кадров.</p>	
3. Страхование	<p>3.1. Обязательное медицинское страхование (Фонд ОМС)</p> <p>3.2. Социальное страхование (Фонд социального страхования)</p> <p>3.3. Пенсионное страхование (Пенсионный фонд): Оплата родовых сертификатов. Личное.</p> <p>3.4. Добровольное медицинское страхование (ДМС).</p>	Сроки реализации 2022-2024 годы
4. Медицинские мероприятия	<p>4.1. Вакцинация: - ежегодная от гриппа; - вакцинация (ревакцинация) от covid-19 - согласно национального календаря прививок</p> <p>4.2. Медицинские осмотры (предварительные и периодические). - <u>Предварительный медицинский осмотр</u> – обязательное условие для приема на работу. Цель – оценка состояния здоровья, обратившегося для трудоустройства. его соответствие будущей должности, а также выявление заболеваний на момент трудоустройства. - <u>Периодические (профилактические) медицинские осмотры</u> подтверждают профпригодность сотрудника и определяют динамику в изменениях здоровья, возникающих под влиянием факторов труда. Выявление проблем позволяет предпринять необходимые меры в раннем периоде развития патологии. Осмотры проводятся в соответствии с Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 28.01.2021 № 29н «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда» (зарегистрировано в Минюсте России</p>	2022-2024 годы

	<p>29.01.2021 № 62277).</p> <p>4.3. Диспансеризация.  Диспансеризация – комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья (включая определение группы здоровья и группы диспансерного наблюдения). Проведение профилактического медицинского осмотра и диспансеризация определенных групп взрослого населения проводятся в соответствии с Приказом Минздрава России от 13.03.2019 № 124н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения» (зарегистрировано в Минюсте России 24.03.2019 № 54495).</p> <p>4.4. Флюорографическое обследование (ежегодно)</p>	
5. Профилактика потребления табака	<p>Оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающих курение.</p> <p>Цель: обеспечить соблюдение запрета потребления табака на территории МАДОУ «ДС № 49 г. Благовещенска»</p> <p>Описание: Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий регулируется Федеральным законом № 15-ФЗ от 23 февраля 2013 года «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».</p> <p>Необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⚡ Определить места для размещения знаков</li> <li>⚡ Растиражировать знаки</li> <li>⚡ Поместить знаки в обозначенных местах.</li> </ul>	2022-2024 годы
6. Повышение осведомленности в отношении вреда алкоголя	<p>6.1. Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным употреблением алкоголя.</p> <p>Цель: снижение мотивации для употребления алкоголя.</p> <p>6.2. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.</p> <p>Цель: показать людям, что алкоголь – это не обязательная часть праздника, что можно веселиться и без употребления алкогольных напитков. Проведение праздника требует творческого подхода и может осуществляться самостоятельно или с привлечением сторонних организаций.</p>	2022-2024 годы
7. Физкультурно-оздоровительные (спортивные) мероприятия или	<p>7.1. Оценка уровня физической активности и тренированности работников</p> <p>7.2. Командно-спортивные мероприятия организуются посредством предоставления</p>	2022-2024 годы

повышение физической активности (ЗОЖ)	<p>возможности бесплатного (либо с частичной оплатой посещения) арендуемых спортивно-оздоровительных комплексов для организации и проведения разного рода спортивных состязаний по игровым и командным видам спорта и индивидуальному участию работников в формате летних и зимних спартакиад.</p> <p>7.3. Мероприятия, стимулирующие работников больше ходить пешком, заниматься спортом и укреплять здоровье.</p>	
8. Питание и питьевой режим в рабочее время	<p>8.1. Обеспечение сотрудников в течение рабочего времени возможности приёма пищи.</p> <p>8.2. Информирование сотрудников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя осознанному выбору.</p> <p>Цель: формирование у сотрудников высокой осведомленности в области рациона здорового питания.</p> <p>Описание: для мероприятий образовательного характера приглашаются эксперты в области питания (врач-диетолог, специалист по здоровому образу жизни или др.) для проведения лекций, мастер-классов и семинаров. Темы выбираются, исходя из потребности сотрудников. Для лекций и образовательных семинаров могут быть предложены следующие темы: «Здоровое питание: сложно или просто?», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «продукты, повышающие холестерин» и др.</p> <p>8.3. Организация соревнований между сотрудниками, проведение конкурса рецептов блюд для здорового питания.</p> <p>Цель: популяризировать блюда для рациона здорового питания и продемонстрировать опыт блюд из легких в приготовлении и доступных ингредиентов.</p> <p>8.4. Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания.</p> <p>Цель: стимулировать потребление продуктов и блюд, формирующих рацион здорового питания.</p> <p>8.5. Организация соревнований между сотрудниками МАДОУ «ДС № 49 г. Благовещенска»</p> <p>Цель: для повышения мотивации и приверженности к рациону здорового питания на личном примере показать возможность изменений в сторону оздоровления пищевых привычек, последовательность данных решений и достижение положительного результата в виде коррекции избыточной массы тела.</p>	2022-2024 годы
9. Проведение мероприятий по	<p>9.1. Проведение круглых столов, собеседований.</p> <p>Цель: создание благоприятной</p>	Сроки реализации

<p>популяризации ЗОЖ</p>	<p>психоэмоциональной обстановки на рабочем месте.</p> <p>«Кружки здоровья» - открытые встречи с руководством (в индивидуальном или групповом формате), для обсуждения вопросов и проблем создания благоприятной среды. Обсуждение мер по созданию благоприятной психоэмоциональной обстановки является важным компонентом комплексных программ ЗОЖ на рабочем месте. Наиболее важными темами для обсуждения являются: уровень рабочей нагрузки, возможность влияния на рабочий процесс, создание условий для взаимоподдержки, оптимальный режим труда и отдыха, создание благоприятного внутреннего климата.</p> <p>9.2. Проведение дня/недели/месяца психоэмоционального здоровья.</p> <p>Цель: повышение осознанности работников о психосоциальных факторах риска, а также формирование здорового образа жизни. Задачами мероприятия являются: оценить уровень психоэмоционального здоровья коллектива, информировать работников об основах психоэмоциональной гигиены, сформировать навыки управления стрессом, профилактики профессионального выгорания и депрессии.</p> <p>Примерные образовательные мероприятия (семинары или мастер-классы на «Дне здоровья»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⚡ Управление стрессом</li> <li>⚡ Здоровый сон и управление утомляемостью</li> <li>⚡ Преодоление депрессии</li> <li>⚡ Синдром хронической усталости и его профилактика</li> <li>⚡ Позитивная психология: использование силы счастья, осознанности и внутренней силы.</li> </ul> <p>9.3. Организация отдыха работников и членов их семей.</p>	<p>2022-2024 годы</p>
<p>10. Психологический и эмоциональный климат в коллективе</p>	<p>10.1. Проводятся индивидуальные и групповые семинары и встречи. Сотрудникам помогают понять фундаментальные принципы эмоционального здоровья.</p> <p>10.2. Проведение корпоративных мероприятий.</p>	<p>2022-2024 годы</p>