ОТДЕЛ КУЛЬТУРЫ
АДМИНИСТРАЦИИ СЕВЕРО-ЕНИСЕЙСКОГО РАЙОНА
(ОТДЕЛ КУЛЬТУРЫ)

РАСПОРЯЖЕНИЕ

«28» марта 2024 г № 32/1

гп Северо-Енисейский

Об утверждении корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников Отдела культуры администрации Северо-Енисейского района и подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района «Культура здорового образа жизни» на 2024г-2026г.

По итогам заседания комиссии по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на территории Северо-Енисейского района от 22.03.2023, в целях укрепления здоровья сотрудников учреждений культуры администрации Северо-Енисейского района:

1. Утвердить и ввести в действие с 28.03.2024 корпоративную программу укрепления здоровья сотрудников Отдела культуры администрации Северо-Енисейского района и подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района «Культура здорового образа жизни» на 2024г-2026г -(далее приложение).
2. Руководителям учреждений культуры Северо-Енисейского района в соответствии с планом мероприятий корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников Отдела культуры администрации Северо-Енисейского района и подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района «Культура здорового образа жизни» на 2024г-2026г, организовать участие работников в проводимых мероприятиях.
3. Делопроизводителю Буториной Татьяне Евгеньевне ознакомить с настоящим Распоряжением и приложением к нему под подпись руководителей подведомственных учреждений культуры, либо лиц их замещающих.
4. Распоряжение вступает в силу со дня подписания.
5. Контроль за выполнением настоящего распоряжения оставляю за собой.

Начальник Отдела культуры
администрации Северо-Енисейского района А.В. Жарникова

Приложение
к распоряжению Отдела культуры
администрации Северо-Енисейского района
от 28 марта № 32/1

Корпоративная программа укрепления здоровья сотрудников Отдела культуры администрации Северо-Енисейского района и подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района

«КУЛЬТУРА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ» на 2024г-2026г

гп Северо-Енисейский

Содержание

1. Актуальность 3
2. Нормативно-правовая база 4
3. Цели программы 4
4. Задачи программы 5
5. Основные мероприятия программы 5
6. Ожидаемые результаты эффективности программы 7
7. План мероприятий 9-11

1. Актуальность

Охрана здоровья сотрудников является одной из наиболее важных областей соприкосновения интересов предприятий и государства. С одной стороны, предприятиям необходимы здоровые работники, с другой стороны, состояние здоровья является одной из основных составляющих качества жизни населения.

Плохое здоровье работников влечет за собой существенные издержки предприятия: высокие расходы на медицинское обслуживание работников; прямые потери производительности, связанные с пропусками рабочего времени по болезни; косвенные потери продуктивности, обусловленные вредными привычками, выходом на работу нездоровых сотрудников.

Вместе с тем плохое здоровье приводит к преждевременной смерти экономически наиболее эффективной части населения-людей трудоспособного возраста и прогрессирующей трудонедостаточности. Ведущими причинами преждевременной смертности и инвалидизации населения, в том числе и трудоспособного, являются неинфекционные заболевания: сердечно – сосудистые, онкологические, бронхо – легочные, сахарный диабет.

В 2018 году вклад в общую смертность болезней системы кровообращения составил 46,8%, новообразований - 16,3%, болезней органов пищеварения - 5,2%, болезней органов дыхания - 3,3%.

Почти 60% общего бремени болезней обусловлены семью ведущими факторами риска: артериальная гипертония, курение, чрезмерное потребление алкоголя, повышенное содержание холестерина крови, избыточная масса тела, низкий уровень потребления фруктов и овощей, малоподвижный образ жизни. Воздействие на основные факторы риска позволит предотвратить, по меньшей мере, 80% болезней сердца, инсультов и случаев диабета, а также 40% случаев рака.

Основой профилактики и контроля неинфекционных заболеваний является здоровый образ жизни. Увеличение доли лиц, ведущих здоровый образ жизни, является одной из стратегических целей развития Российской Федерации до 2024 года, указанной в национальном проекте «Демография».

Корпоративные программы укрепления здоровья на рабочем месте — это объединенные усилия работодателей, работников и органов власти по улучшению здоровья и благополучия людей трудоспособного возраста.

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. Реализация практик по расширению физической активности, контролю питания, сокращению пагубного употребления алкоголя и курения при включении их в корпоративные программы укрепления здоровья работников позволяет существенно снизить трудопотери вследствие снижения временной трудоспособности, а в долгосрочной перспективе – инвалидизации и смертности.

Корпоративные программы укрепления здоровья на рабочих местах заболеваний могут не только улучшить здоровье работников, но и сократить расходы работодателя на оказание медицинской и социальной помощи, повысить производительность труда и обеспечить положительный возврат инвестиций, что делает это выгодным как для работников, так и работодателей.

2. Нормативно-правовая база

1. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года N 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года".
2. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации".
3. Федеральный закон № 15-ФЗ от 23 февраля 2013 года "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака".
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 26 апреля 2019 года № 833 "О комплексе мер по стимулированию работодателей и работников к улучшению условий труда и сохранению здоровья работников, а также по мотивированию граждан к ведению здорового образа жизни".
5. Паспорт национального проекта "Демография", утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16.
6. Паспорт федерального проекта "Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек", утвержденный Минздравом России.
7. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 года № 8 "Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года".
8. Паспорт регионального проекта Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Красноярский край).

3. 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

4. Задачи программы

1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников;
2. Сформировать ответственное отношение к своему здоровью;
3. Проведение информационной кампании по формированию представления здорового образа жизни в компании;
4. Воспитать потребность в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни.

5. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия

1. Мероприятия, направленные на выявление групп здоровья работников. 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. Проведение лекций по теме «Формирование здорового образа жизни. Здоровье сберегающие технологии» (путем проведения лекций в учреждении)
3. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, организации соревнований между трудовыми коллективами и прочее.
4. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.
5. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.
6. Заключение договоров безвозмездного пользования между учреждениями культуры и Отделом спорта администрации Северо-Енисейского района в части предоставления спортивных объектов и плоскостных сооружений, находящихся на территории Северо-Енисейского района для проведения систематических спортивных тренировок для сотрудников учреждений культуры в рамках развития корпоративного спорта.
7. Мониторинг состояния здоровья работающих в учреждении.
8. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.
9. Корпоративный спорт (разработка расписания занятий корпоративного спорта).

10. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок и прочее.

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

1. Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика.
2. Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах и тд.
3. Участие в программе сдачи норм ВФСК ГТО.
4. Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и др.
5. Организованный коллективный отдыха на свежем воздухе

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

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

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением

1. Оценивается соблюдение Федерального закона от 23.02.2013 N 15-ФЗ (ред. от 24.07.2023) "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2023) на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации.
2. Проведение Кампании (конкурсы, соревнования) «Брось курить и победи», призванной помочь сотрудникам отказаться от курения, с определением победителя и награждением.
3. Проведение мероприятий в День отказа от курения.
4. Оформление мест для курения вне территории предприятия: место для курения должно быть обозначено соответствующим знаком, установлена урна для окурков, размещен плакат о вреде курения, не должно быть оборудовано скамейкой, беседкой или другими атрибутами комфортного времяпровождения.

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.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

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

2. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.

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

4. Удовлетворение базовых потребностей работника. Чем больше потребностей удовлетворено, тем ниже уровень стресса и выше продуктивность.

5. 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.

6. 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 трудопотерь 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.

7. План мероприятий

№	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Сроки реализации мероприятий	Место проведения	Ответственные исполнители
1.Организационные мероприятия					
1	Выявление групп здоровья работников путем Анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получение общих сведений о состоянии здоровья работников	Контроль АД, измерение веса, роста, хобби	1 квартал 2024г.; 1 квартал 2025г.; 1 квартал 2026г.	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района и подведомственные учреждения культуры Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры/ Руководители подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района
2	Проведение инструктажей с работниками с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.	Проведение инструктажей работников	1 квартал 2024г.; 1 квартал 2025г.; 1 квартал 2026г	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района и подведомственные учреждения культуры Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры/ Руководители подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района
3	Проведение предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.	Обязательный предварительный медосмотр; Периодический медицинский осмотр, диспансеризация	При приеме на работу; По мере необходимости.	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Специалист по кадрам отдела культуры Северо-Енисейского района
4	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок	Проведение вакцинации	Согласно Плана на 2024-2026 гг.	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Делопроизводитель Отдела Культуры Северо-Енисейского района
5	Поощрение работников за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.	Поощрение по итогам года	4 квартал 2024г.; 4 квартал 2025г.; 4 квартал 2026г.	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Начальник Отдела культуры Северо-Енисейского района
6	Корпоративный спорт.	Общая физическая подготовка для сотрудников учреждений культуры	1 раз в неделю	МКУ «Спортивный Комплекс «Нерика»	Инженер Отдела культуры Северо-Енисейского района

7	Культурный досуг сотрудников (посещение музеев, выставок и др.)	Посещение музея золотодобычи Северо-Енисейского района, выставки			Начальник Отдела культуры Северо-Енисейского района
2.Мероприятия, направленные на повышение физической активности (в том числе в рамках физкультурно-спортивного клуба)					
1	Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	Комплекс упражнений для глаз при работе за компьютером	Ежедневно с 10.00 10.15	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры Северо-Енисейского района
2	Спортивные мероприятия, спартакиады, турниры, спортивные конкурсы, велопробеги	Участие в поселковых и районных мероприятиях	В течение 2024 года; В течение 2025 года; В течение 2026 года	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры/ Руководители подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района
3	Сдача норм ГТО.	Выполнение видов испытания ВФСК ГТО	В течение 2024 года; В течение 2025 года; В течение 2026 года	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры/ Руководители подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района
4	Спортивное соревнование – «Папа, мама, я – спортивная семья»	Участие детей сотрудников с детьми в спортивных мероприятиях	В течение года	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Начальник отдела культуры Северо-Енисейского района
5	Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля».	Проведение акции «На работу-пешком»; Проведение акции Встань с кресла»; Проведение акции Неделя без автомобиля».	Май-сентябрь 2024г.; Май-сентябрь 2025г.; Май-сентябрь 2026г.;	гп Северо-Енисейский	Начальник Отдела культуры Северо-Енисейского района
6	Коллективный отдых на свежем воздухе с применением активных игр.	Спортивные мероприятия	Ежегодно в период с мая по октябрь включительно	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Начальник Отдела культуры Северо-Енисейского района
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию					
1	День здорового питания, посвященный овощам и фруктам	Проведение акции «День здорового питания»	Ежегодно в сентябре		Работники учреждений культуры Северо-Енисейского района

4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением					
1	Мероприятия в День отказа от курения.	Всемирный день без табака; Проведение акции день отказа от курения; Международный день отказа от курения.	31.05.2024 20.11.2025г.; 19.11.2026г.	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры Северо-Енисейского района
2	Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья в местах, оборудованных для курения, трансляция видеороликов на данную тематику	Размещение информационных плакатов о вреде курения	В течение года	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры/ Руководители подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района
3	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение.	Размещение информации	Ежегодно в 1 квартале каждого года	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры/ Руководители подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района
5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя					
1	Информирование сотрудников о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	Проведение профилактической беседы о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	В течение года	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Инженер Отдела культуры/ Руководители подведомственных учреждений культуры Северо-Енисейского района
6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом					
1	Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями.	Проведение семинаров по формированию устойчивой морально-психологической атмосферы в коллективе	1 квартал 2024г.; 1 квартал 2025г.; 1 квартал 2026г	Отдел культуры администрации Северо-Енисейского района	Начальник Отдела культуры Северо-Енисейского района