

Утверждено  
Заведующий МДОУ «Д/с № 20»  
\_\_\_\_\_ А.М. Щукина  
Утверждено приказом  
МДОУ «Д/с № 20»  
От 14.11.2023 г. №106 ОД

Корпоративная программа  
«Укрепление здоровья работников»  
Муниципального дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 20 «Золотой петушок»

## Введение

Корпоративная программа «Укрепление здоровья работников» (далее именуется – Программа) создана в целях реализации мероприятий программы «Укрепление общественного здоровья на территории Челябинской области», утвержденной распоряжением Правительства Челябинской области № 57-рп от 31.01.2020 года, в рамках задач региональной составляющей национального проекта «Демография», утвержденного протоколом от 13.12.2018 г. Регионального стратегического комитета в соответствии с перечнем поручений Губернатора Челябинской области.

### I. Общая характеристика организации/предприятия.

1) Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 20 «Золотой петушок» расположено в жилом микрорайоне города вдали от производственных предприятий. Вблизи автомобильных дорог ул. Челюскинцев, ул. Пролетарская.

Списочный состав сотрудников – 34 человека, из них 14,7% (5 человек) мужчины, остальные – женщины. Продолжительность работы педагогического состава от 4 до 7,2 часа (по сменам), остальные работники имеют 40-часовую рабочую неделю и ежедневный перерыв не менее 1 часа. Средний возраст женщин составляет 46,5 лет, мужчин – 56,5 лет, 52,10% состоят в законном браке. 23,5% сотрудников имеет высшее образование, среднее профессиональное – 61,7%, 11,7%. – среднее. -1 сотрудник недоволен постоянным напряжением на рабочем месте, 5,8 % (2 человека) устают от сверхурочной работы;

-5,8% (2 человека) беспокоит отдаленность места жительства от работы;

-17,6% (6 человек) беспокоит уровень шума в помещении.

29,3% сотрудников оценивает свое здоровье – как хорошее, 67,6% - удовлетворительное, и только 1 сотрудник – плохое.

55,8% сотрудников приносят еду из дома, 26,3% - завтракают и обедают дома, 14,7% не обедают вообще. Столовой для сотрудников в МДОУ «Д/с № 20» не предусмотрена.

14,7% регулярно занимаются спортом, 23,5% не хватает времени на занятие спортом, 17,6% не позволяет состояние здоровья и 5,8% не хотят заниматься спортом вообще.

Спортивных сооружений, принадлежащих учреждению, нет.

В непосредственной близости к МДОУ «Д/с № 20» расположен стадион спортивного клуба «Иньхело».

Вопрос курения стоит в учреждении остро. 8,8% (3 человека) отметили, что курили, но бросили, 5 человека (14,7%) отметили, что курят в настоящее время.

На территории МДОУ «Д/с № 20» специально отведенных мест для курения не предусмотрено.

Более 70% сотрудников употребляет в пищу овощи и фрукты более 3 раз в неделю.

По результатам специальной оценки условий труда 100% рабочих мест имеют 2.0 класс.

Медицинская служба для сотрудников в учреждении отсутствует.

2) Ежегодно 100% сотрудников проходят периодический медицинский осмотр, диспансеризацию.

Анализ состояния здоровья работников учреждения показал: факторов риска хронических неинфекционных заболеваний в МДОУ «Д/с № 20» не выявлено, состояние здоровья работников по данным периодических медицинских осмотров, диспансеризации

	2021	2022	2023
Болезни эндокринной системы	1	1	2
Болезни уха и соцевидного отростка	4	11	4
Болезни системы кровообращения	1	1	1
Болезни нервной системы	2	3	4
Отклонения от нормы при клинических и лабораторных исследованиях	3	7	5

Анализ проводится на основании

- анкетирования сотрудников учреждения
- результатов диспансеризации и периодических медицинских осмотрах

## **II. Ответственные исполнители корпоративной программы.**

- Щукина Александра Михайловна– заведующий;
- Вахрушева Татьяна Александровна– воспитатель по физкультуре;
- Рыженкова Елена Михайловна – воспитатель – председатель ПК,
- Стукова Ольга Анатольевна – ответственный по ОТ;
- Сатонина Светлана Варисовна– медицинская сестра;
- Мухаметова Елена Дмитриевна – воспитатель.

## **III. Основные цели и задачи программы.**

Целями корпоративной программы являются:

1. Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни.
2. Создание условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирование культуры здоровья как ценности.

Для достижения поставленных целей необходимо решение следующих задач.

1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия работников
2. Формировать ответственное отношение к своему здоровью через отказ от вредных привычек (курения), и повышение двигательной активности работников.
3. Снизить количество курящих сотрудников на 60%
4. Увеличить количество работников, принимающих участие в спортивных мероприятиях, сдаче нормативов ГТО (в том числе работники 45+) на 5,8%.

## **IV. Показатели эффективности Программы (индикативные показатели)**

Основными показателями, оценивающими эффективность Программы, являются:

- 100% сотрудников, знающих о вреде курения и потребления электронных сигарет;
- 60% курящих сотрудников, делавших попытки отказаться от курения;
- 20% курящих сотрудников, отказавшихся от курения;
- 100% сотрудников, информированных о пользе двигательной активности
- 100% сотрудников, информированных о здоровом питании;
- 100 % сотрудников, информированных о негативных последствиях низкой двигательной активности;
- 5,8% сотрудников вовлечены в мероприятия по повышению физической активности;
- увеличилось на 60% количество работников, принимающих участие в спортивных мероприятиях города

## **V. Сроки и этапы реализации Программы**

Программа реализуется в 2024 году

## VI. Программные мероприятия (приложение 1)

<b>Приложение 1. Перечень мероприятий по реализации корпоративной программы</b>					
№ п/п	Мероприятие	Шаги по реализации	Ответственные	Сроки реализации	Индикативные показатели
<b><i>Цель: Увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому образу жизни (отказавшихся от курения).</i></b>					
1.	Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории учреждения информационными материалами о вреде курения	1. Определить места и формат размещения материалов – плакаты, листовки, брошюры, журналы 2. Подобрать, приобрести, растиражировать информационные материал. 3. Поместить материалы в обозначенных местах (форматах).	Медицинский работник	1 полугодие 2023 года Постоянно (регулярное обновление контента с установленной периодичностью 1 раз в 3 месяца	- 100% сотрудников, знающих о вреде курения и потребления электронных сигарет - 60% курящих сотрудников, делавших попытки отказаться от курения - 20% курящих сотрудников, отказавшихся от курения
2	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и территории знаками, запрещающими курение.	1. Определить места для размещения знаков/составить список. 2. Растиражировать знаки. 3. Поместить знаки в обозначенных местах.	ответственный по ОТ	Однократно, в начале программы	
3.	Организация стартового мероприятия, ознаменовавшего начало реализации программы.	1. Агитационная акция «Брось курить» 2. Определить организаторов и исполнителей, при необходимости привлекать сторонние организации. 3. Стенгазета «Матери против курения» 4. Конкурс стенгазет «Пассивное курение»	Медицинский работник, ответственный по ОТ, профсоюзный комитет	Однократно, в начале программы Дальнейшие мероприятия – один- раз	

		5. Слайд-шоу «Моя некурящая семья» 6. Участие во всемирных днях без табачного дыма		в год. 4 апреля 18 декабря	
4.	Организация индивидуальной и групповой поддержки по мобильным приложениям, мессенджерам и чатам.	1. Регулярная рассылка информации, роликов, листовок о вреде курения через мессенджеры (корпоративный чат)	Ответственный за работу корпоративного чата	Постоянно	
5.	Издание внутреннего нормативного документа о запрете курения на территории Учреждения.	1. Разработка и утверждение приказа по учреждению о запрете курения на территории. 2. Ознакомление с вышеуказанным приказом всех сотрудников учреждения под роспись.	администрация	В начале реализации программы	
6.	Организация образовательных семинаров и лекций	Приглашение специалистов системы профилактики ЦГБ по вопросам вреда курения табака и электронных сигарет	администрация	1 раз в год	
<b>Цель: Увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому образу жизни: отказавшихся от недостаточной двигательной активности</b>					
1.	Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории Учреждения информационными материалами о пользе двигательной активности и негативных последствиях низкой двигательной активности.	1. Определить места и формат размещения материалов – плакаты, листовки, журналы. 2. Подобрать, приобрести, растиражировать информационные материалы. 3. Поместить материалы в обозначенных местах (форматах).	Медицинский работник, ответственный по ОТ	Постоянно (регулярное обновление контента с установленной периодичностью 1 раз в 3 месяца)	- 100% сотрудников, информированных о пользе двигательной активности и негативных последствиях низкой двигательной активности

2.	Организация командно-спортивных мероприятий.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация и проведение спортивных состязаний по игровым командным видам спорта (возможно с участием членов семей) в рамках городского турнира им. Шатровой.</li> <li>2. Участие в легкоатлетическом кроссе</li> <li>3. Участие в АКЦИИ ГТО</li> <li>4. Участие в кроссе наций</li> <li>5. Лыжня России</li> <li>6. Акция «На работу пешком»</li> </ol>	Профсоюз, медицинские работники	Постоянно, по плану общегородских мероприятий  1 раз в квартал	-17,6 % работников с низким уровнем физической активности
3.	Организация физкульт-пауз на предприятии.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проанализировать в имеющихся в открытом доступе литературных источниках и предоставить на согласование заведующему комплексы физических упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте.</li> <li>2. Разместить комплексы физических упражнений для разных категорий работников на стенде.</li> </ol>	Воспитатель по физкультуре, медицинские работники	Постоянно	- 30% работников, участвующих в физкульт-паузах
4.	Организация и проведение акции «Неделя физической активности».	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение информационно-мотивационной кампании.</li> <li>2. Организация выезда в бассейн.</li> <li>3. Пешая прогулка «Поход на Сугомак»</li> <li>4. Участие работников в спартакиадах, турнирах, конкурсах, лыжных забегах и др.</li> <li>5. Вручение дипломов участникам.</li> </ol>	Администрация, воспитатель по физкультуре, профком	1 раза в год – январь, зимние каникулы	- 30% работников с низким уровнем физической активности приняли участие в данном мероприятии
5.	Организация контроля двигательной активности сотрудников с использованием мобильного приложения.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Акция «Повышение физической активности путем увеличения количества шагов в выходной день», оцениваемых специальным мобильным приложением.</li> </ol>	Профсоюз, медицинские работники	2 раза в год Сентябрь, май	- 20% работников с низким уровнем физической активности приняли участие в акции

<b>Цель: Увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому образу жизни: отказавшихся от нерационального питания</b>					
1.	Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории предприятия информационными материалами о рациональном питании.	1. Определить места и формат размещения материалов – плакаты, плазменные панели, компьютеры. 2. Подобрать, приобрести, растиражировать информационные материалы. 3. Поместить материалы в обозначенных местах (форматах).	ответственный по ОТ, медицинский работник	Постоянно (регулярное обновление контента с установленной периодичностью)	100 % сотрудников, информированных о рациональном питании
2.	Организация соревнований между сотрудниками: проведение конкурса рецептов блюд для здорового питания.	1. Выбрать тему для конкурса по актуальному направлению. 2. Разработать условия участия в конкурсе. 3. Выбрать блюда-победители. 5. Разместить рецепты самых интересных блюд в открытом доступе. 6. Опросить сотрудников через 6-12 месяцев, какие рецепты они используют для приготовления в домашних условиях и выбрать «самое востребованное авторское блюдо».	Старший воспитатель, Воспитатель, Воспитатель ПК	Постоянно с периодичностью 1 раз в 2-6 месяцев 12 февраля, 9 сентября	53% сотрудников, приверженных принципам рационального питания
3.	Организация и проведение акции «Сбрось лишний вес и победи».	1. Согласование плана и степени участия каждого эксперта, определение длительности проведения мероприятия. 2. Освещение мероприятия и приглашение к участию всех желающих. 3. Организация стартового мероприятия: - посещение участниками акции врача-диетолога для оценки параметров тела и получения индивидуальных рекомендаций по изменению рациона питания; - посещение специалиста по физической культуре для получения индивидуальных рекомендаций	Медицинский работник, Воспитатель по физической культуре	Не менее 12 недель, практика может быть постоянно действующей	53% сотрудников, приверженных принципам рационального питания

		<p>по уровню физической активности.</p> <p>4. Посещение участниками мероприятия специалистов, измерение параметров тела, оценка своего состояния 1 раз в 2 недели.</p> <p>5. Подведение итогов по достижению желаемого веса по окончании практики и награждение победителей.</p>			
--	--	--	--	--	--