

Принято на общем  
собрании  
трудового коллектива  
от 12 сентября 2022 г.

Утверждаю:  
Заведующая МДОУ  
детский сад  
«Солнышко»  
Приказ №  
от 13 сентября 2022 г.

Корпоративная программа  
укрепления здоровья сотрудников  
МДОУ общеразвивающего вида  
детский сад «Солнышко»  
пгт Атамановка

## 1. Актуальность

Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Рабочее место оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По показателю почти 60% общего бремени болезней обусловлено семью ведущими факторами:

- повышенное артериальное давление,
- потребление табака,
- чрезмерное употребление алкоголя,
- повышенное содержание холестерина в крови,
- избыточная масса тела,
- низкий уровень потребления фруктов и овощей,
- малоподвижный образ жизни.

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. Он повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем).

Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 г.». Указ предусматривает организацию и развитие системы профилактики профессиональных рисков, которая ориентирована на качественное и своевременное выполнение лечебно-профилактических мероприятий, позволяющих вернуть работников к активной трудовой и социальной деятельности с минимальными повреждениями здоровья.

Одной из задач национального проекта «Демография», а также входящих в него федерального и региональных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» является

разработка, утверждение в установленном порядке и реализация корпоративных программ по общественному здоровью, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников.

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Мероприятия по укреплению здоровья работающего населения – система мер в рамках политики учреждения по охране здоровья.

## **2. Нормативно -правовая база**

1. Конституция Российской Федерации
2. Указ Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 "Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года".
3. Указа Президента РФ от 09.05.2017 № 203 "О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы".
4. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 (ред. от 19.07.2018 № 444) «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
5. Налоговый кодекс Российской Федерации.
6. Трудовой Кодекс Российской Федерации, статья 213
7. Федеральный закон от 27.11.1992 N 4015-1 "Об организации страхового дела в Российской Федерации"
8. Федеральный закон от 24.07.1998 № 125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний"
9. Федеральный закон "Об основах обязательного социального страхования" от 16.07.1999 N 165-ФЗ
10. Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ "О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения" (с изменениями и дополнениями), статья 11 и статья 32
11. Федеральный закон от 10.07.2001 № 87-ФЗ «Об ограничении курения табака»

12. Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ "О персональных данных"
13. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ "Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации"
14. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Статья 46. Медицинские осмотры, диспансеризация, п. 4 и п. 5
15. Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
16. Федеральный закон от 05.04.2013 N 44-ФЗ "О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд"
17. Федеральный закон от 28.12.2013 N 426-ФЗ "О специальной оценке условий труда"
18. Федеральный закон от 23.04.2018 № 113-ФЗ «О внесении изменений в статьи 255 и 270 части второй Налогового кодекса Российской Федерации». Налоговый кодекс дополнен положениями, согласно которым в налоговую базу по налогу на прибыль можно включать фактически произведенные расходы на оплату услуг, добровольного медицинского страхования, услуг по организации туризма, санаторно-курортного лечения и отдыха, оказанных работнику и членам его семьи, но не более 50 000 рублей в совокупности за налоговый период на каждого из

граждан. При этом установлено ограничение: указанные затраты и затраты, предусмотренные абз. 9 п. 16 ст. 255 Налогового кодекса (медицинские расходы застрахованных работников), в совокупности не могут превышать 6% от суммы расходов на оплату труда.

19. Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» Проект «Медицинские осмотры некоторых категорий работников и медицинский дистанционный контроль параметров состояния здоровья работника»
20. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 14.04.2016 № 669-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2016-2020 годах Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года».
21. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 26.04.2019 № 833-р «Об утверждении комплекса мер по стимулированию работодателей и работников к улучшению условий труда и сохранению здоровья работников, а также по мотивированию граждан к ведению здорового образа жизни».
22. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 27.04.2019 № 1391 «О проведении Всероссийской диспансеризации взрослого населения».
23. Приказ Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 № 302н "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные 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 21.10.2011 N 22111).
24. Приказ Минздравсоцразвития России от 01.03.2012 № 181н «Типовой перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков»
25. Приказ Минздрава России от 21.03.2014 г. № 125н "Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям" (с изменениями и дополнениями)
26. Приказ 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).
27. Приказ Минтруда России от 16.06.2014 г. N 375н «О внесении изменения в типовой перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков».

28. Приказ Минтруда России от 19.08.2016 № 438н «Об утверждении типового положения о системе управления охраной труда».
29. Документ ВОЗ. Здоровье работающих. Шестидесятая сессии Всемирной организации здравоохранения. WH 60.26. 23.05.2007 Приложение к Резолюции: охрана и укрепление здоровья на рабочем месте
30. п.11. Деятельность по оценке и контролю рисков для здоровья на рабочем месте необходимо улучшить путем определения круга основных мероприятий по профилактике и контролю за механическими, физическими, химическими, биологическими и психосоциальными рисками, связанными с условиями труда. Такие меры включают также комплексное регулирование химических веществ на рабочем месте, ликвидацию вторичного табачного дыма во всех закрытых рабочих помещениях, повышение безопасности труда и оценку воздействия на здоровье новых технологий, производственных процессов и продуктов на этапе их проектирования.
31. п.12. Охрана здоровья на рабочем месте также требует введения в действие соответствующих норм и правил, а также принятия базового набора стандартов в области гигиены труда, чтобы обеспечить соответствие всех рабочих мест минимальным требованиям охраны здоровья и безопасности. Для этого необходимо обеспечить соблюдение этих требований на должном уровне, усилить систему медицинского контроля на рабочих местах и расширить сотрудничество между компетентными регулирующими органами с учетом конкретной ситуации в странах.
32. Международный стандарт ISO 45001:2018 «Системы менеджмента охраны здоровья и безопасности труда – Требования и рекомендации по применению».

### **3. Тип корпоративной программы**

По степени охвата: трудовой коллектив работников МДОУ общеразвивающего вида детский сад «Солнышко» пгт Атамановка; По содержанию: образовательные (дошкольное образование и дни здоровья, семинары, поддержка онлайнресурсов, посвященных проблемам здоровья и т. п.).

Программа - элемент системы охраны здоровья работающих. Она включает расширенный перечень задач по управлению здоровьем, помимо профилактики профессиональных и профессионально связанных заболеваний, травм и находится в компетенции мер по охране труда.

### **4. Цель и задачи**

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте «Укрепление здоровья сотрудников на рабочем месте» для МДОУ детский сад «Солнышко», подведомственного Управлению образования МР Читинский район разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе образовательной организации, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

Основная **цель** программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников МДОУ детский сад «Солнышко», профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

### **Задачи**

- Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- Создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации.
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.
- Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни.
- Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
- Проведение для работников профилактических мероприятий.
- Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.

### **5. Направления планирования мероприятий**

- Разработка плана мероприятий по формированию системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни в целях их оздоровления.
- Создание условий для вовлечения работников в программы по укреплению их здоровья на рабочем месте.
- Создание условий для улучшения индивидуального и профессионального (физического, психологического и социального здоровья) работников, повышения их работоспособности и продуктивности.
- Формирование активной жизненной позиции работников, создание благоприятного микроклимата в коллективе, повышение сплоченности коллектива.
- Создание условий для прохождения работниками профилактических медицинских осмотров и диспансеризации.
- Выполнение информационно-просветительской работы по пропаганде здорового образа жизни.
- Формирование мотивации на здоровое питание.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.

**Стратегии**, направленные на работу с сотрудниками, – поощрение и поддержка работников, стремящихся к здоровому образу жизни. Предпочтительны меры, которые делают здоровый выбор легким и предоставляют помощь поддерживать здоровые поведенческие изменения. Эти меры для здоровых людей или с риском заболеваний направлены на факторы здорового образа жизни, такие как:

- 1) здоровое питание
- 2) физическая активность
- 3) социальное и эмоциональное благополучие (управление стрессом)

## **6. Механизмы (инструменты и мероприятия)**

<p>1. Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие «здоровой» производственной среды, эргономика (здоровые рабочие места)</p>	<p>1.1. Меры, меняющие рабочую среду Мероприятия по повышению комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания, пр.</p> <p>1.2. Мероприятия по охране и безопасности труда в МДОУ детский сад «Солнышко» в соответствии с нормативными документами проводится контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда.</p> <p>1.3. Предотвращение происшествий на рабочем месте. Проводятся инструктажи по предотвращению риска получения травмы.</p> <p>1.4. Оценка производственных факторов риска, приводящих к расстройству здоровья. Проведение специальной оценки условий труда.</p> <p>Организация производственного санитарного контроля на предприятии. Реализация приказа Минтруда России от 19.08.2016 № 438н «Об утверждении типового положения о системе управления охраной труда». горания, пр.</p>
---	--



2. Страхование	2.1. Обязательное медицинское страхование (Фонд ОМС) 2.2 . Социальное страхование (Фонд социального страхования) 2.3 . Пенсионное страхование (Пенсионный фонд) <input type="checkbox"/> Оплата родовых сертификатов. <input type="checkbox"/> Личное 2.4 . Добровольное медицинское страхование (ДМС)

<p>3. Медицинские мероприятия</p>	<p>3.1. Проводится ежегодная вакцинация.</p> <p>3.2. Медицинские осмотры</p> <p>3.3. Предварительные и периодические осмотры  Предварительный медицинский осмотр - обязательное условие для приема на работу.  Цель - оценка состояния здоровья, обратившегося для трудоустройства, его соответствие будущей должности, а также выявление заболеваний на момент трудоустройства.  Периодические медицинские осмотры 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 Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 N 302н "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные 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 21.10.2011 N 22111).  Профилактические осмотры Профилактический медицинский</p>
	<p>осмотр – комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов.</p> <p>3.4. 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 N124н “Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения” (зарегистрировано в Минюсте России 24.03.2019 № 54495).</p>

<p>4. Изменения образа жизни и решение вопросов личностного роста</p>	<p>Меры, меняющие поведение работников индивидуальное (персональное) консультирование по снижению избыточного веса тела, по изменению питания, питьевого режима и технике дыхания, по повышению физической активности, по управлению персональным временем (тайминг).</p>
<p>5. Физкультурно-оздоровительные (спортивные) мероприятия или повышение физической активности (ЗОЖ)</p>	<p>5.1. Оценка уровня физической активности и тренированности работников.</p> <p>5.2. Командно-спортивные мероприятия организуются посредством предоставления 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>5.3. Проводятся мероприятия, стимулирующие работников больше ходить пешком, заниматься спортом и укреплять здоровье.</p>
<p>6. Питание и питьевой режим в рабочее время</p>	<p>6.1. Обеспечение сотрудников в течение рабочего времени возможность приема пищи.</p> <p>6.2. Информирование сотрудников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя осознанному выбору. Цель: формирование у сотрудников высокой осведомленности в области рациона здорового питания.</p> <p>6.3. Краткие информационные сообщения для размещения во внутренних коммуникациях предприятия. Цель: повысить информированность сотрудников в вопросах здорового питания. Описание: Информация о здоровом питании в необходимом формате может быть разработана специалистами или взята из доступных официальных печатных и электронных</p>

	<p>источников, компетентных профильных ресурсов в области формирования здорового образа жизни.</p> <p>6.4. Организация соревнований между сотрудниками или подразделениями, 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>6.5. Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания</p> <p>Цель: стимулировать потребление продуктов и блюд, формирующих рацион здорового питания.</p> <p>6.6. Организация соревнований между сотрудниками или подразделениями</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>
--	--

<p>7. Проведение мероприятий по популяризации ЗОЖ</p>	<p>7.1 Проведение круглых столов, собеседований.</p> <p>Цель: создание благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте</p> <p>«Кружки здоровья» - открытые встречи с руководством, 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>7.2.Проведение «Недели психоэмоционального здоровья».</p> <p>Цель: повышение осознанности работников о психосоциальных факторах риска, а также формирование культуры 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 мастерклассы) на «Дне здоровья»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> управление стрессом;</li> <li><input type="checkbox"/> здоровый сон и управление утомляемостью; преодоление депрессии;</li> <li><input type="checkbox"/> синдром хронической усталости и его профилактика;</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> позитивная психология: использование силы счастья, осознанности и внутренней силы.</li> </ul> <p>7.3 Организация отдыха работников и членов их семей.</p>
<p>8. Психологический и эмоциональный климат в коллективе</p>	<p>8.1 Проводятся индивидуальные и групповые обучающие семинары и встречи. Сотрудникам помогают понять фундаментальные принципы эмоционального здоровья.</p> <p>8.2. Проведение корпоративных мероприятий</p>

<p>9. Административные и организационные мероприятия</p>	<p>9.1 . Создание системы приказов, распоряжений, программ и прочее</p> <p>9.2 Разработка, утверждение и реализация в организации корпоративная программы укрепления здоровья сотрудников МДОУ детский сад «Солнышко»</p> <p>9.3 Проведение анкетирования в организации, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников.</p> <p>9.4 Организация контроля за проведением периодических медицинских осмотров работников организаций, и иммунизации.</p> <p>9.5 Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни.</p>
--	--

### 7. Ожидаемый эффект от реализации программы

В результате реализации корпоративной программы «Здоровое поколение!» в области укрепления здоровья работников предполагаются следующие результаты:

*Для работников:*

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Увеличение продолжительности жизни.

*Для работодателей:*

- Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов.
- Сокращение трудопотерь по болезни.
- Снижение текучести кадров.
- Повышение имиджа детского сада
- Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников; изменение отношения работников к состоянию своего здоровья.
- Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.

### 8. План мероприятий

План мероприятий программы представлен в Приложении №1.

Приложение № 1 к  
корпоративной программе  
«Укрепление здоровья  
сотрудников на рабочем месте»

План мероприятий программы «Укрепление здоровья сотрудников на рабочем месте»

№п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный организатор	Ответственный исполнитель	Отметка об исполнении
<b>1.ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>					
1.	Информирование сотрудников о целях, задачах и компонентах программы «Укрепление здоровья на рабочем месте».	Сентябрь 2022	Заведующая МДОУ Горбунова Г.А.	Заведующая МДОУ Горбунова Г.А.	исполнено
2.	Проведение предварительного анкетирования и тестирования сотрудников с целью определения уровня стресса на рабочем месте.	Октябрь-ноябрь	Ответственный по ОТ Гончарова Ю.Л.	Педагог-психолог Малышева Е.Г.	В работе
3.	Проведение контрольного анкетирования и тестирования сотрудников с целью определения уровня стресса на рабочем месте.	Декабрь	Ответственный по ОТ Гончарова Ю.Л.	Педагог-психолог Малышева Е.Г.	В работе
<b>2.ПРАКТИКА КОРПОРАТИВНОЙ ПРОГРАММЫ</b>					
1.	Изготовление информационно-образовательных материалов по теме: «Сохранение психологического здоровья и благополучия».	Февраль	Педагог-психолог Малышева Е.Г.	Педагог-психолог Малышева Е.Г.	В работе

2.	Регулярное размещение и обновление информационно-образовательных материалов по здоровому образу жизни:	в течение года	Ответственный по ОТ Гончарова Ю.Л.	Уполномоченный по ОТ Панфилова В.С.	В работе
2.1	В помещениях организации	Один раз в два месяца	Ответственный по ОТ Гончарова Ю.Л.	Уполномоченный по ОТ Панфилова В.С.	В работе
2.2	На официальном сайте организации	Один раз в два месяца	Ответственный по ОТ Гончарова Ю.Л.	Уполномоченный по ОТ Панфилова В.С.	В работе
2.4	Распространение буклетов по направлению «Сохранение психологического здоровья и благополучия» среди сотрудников	в течение года	Ответственный по ОТ Гончарова Ю.Л.	Педагог-психолог Мальшева Е.Г.	В работе
3.	Прохождение медицинских осмотров. Диспансеризация	1 раз в год	Медсестра Симонова Н.С.	Медсестра Симонова Н.С.	В работе