

УНО
15.03.21.

Дирекции и
программы в
М. Вейсе

Бюджетное учреждение здравоохранения Удмуртской Республики
«Каракулинская районная больница Министерства здравоохранения
Удмуртской Республики»

«Удмурт Элькуньсьтазалькезутёнъяминистерстволэн Каракулино ёросысьэмъюртэз» Удмурт

Элкуньськоньдэтэнвозиськисьтазалькезутёнъяужъюрт

427920, Удмуртская Республика, с. Каракулино, ул. 60 лет Октября, 11

телефоны: приемная - 3-11-93, гл. бухгалтер - 3- 10 - 81, (34132)

e-mail: kar-crb@udm.net

ИНН 1811000765, КПП 183801001

Исх. № 248 от 11.03.2021г.

Начальнику УНО Администрации
МО «Каракулинский район»
С.М.Глухой

Уважаемая Светлана Михайловна!

Администрация БУЗ УР «Каракулинская РБ МЗ УР» на основании распоряжения
Министерства здравоохранения Удмуртской Республики от 05.03.2021г. № 242 «Об
участии медицинских организаций в реализации корпоративных программ «Укрепление
здоровья работающих» на предприятиях и в организациях Удмуртской Республики»
просит направить разработанную МБОУ «Каракулинская СОШ» корпоративную
программу укрепления здоровья сотрудников на период 2021-2025 гг. и план по её
реализации на согласование до 15.03.2021г.

Главный врач

Бабик

Е.В.Бабикова

Рекомендации по первому этапу внедрения модельных корпоративных программ укрепления здоровья: оценка ситуации на предприятии в организованном коллективе, выделение приоритетов укрепления здоровья и планирование программы

Согласно указу Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» в срок до 2024 должна быть увеличена средняя продолжительность жизни в России до 78 лет. Достижение данного целевого показателя планируется достичь, в том числе, за счёт охвата корпоративными программами укрепления здоровья 33,2 млн. работников.

При общей положительной динамике в формировании здорового образа жизни у граждан России, уровень распространенности факторов риска у работников Российской Федерации остается на высоком уровне. Современные статистические данные говорят о распространенности почти всех факторов риска хронических неинфекционных заболеваний у работников, занятых как в допустимых (офисные работники), так и во вредных (работники производств) условиях труда. Основными факторами риска возникновения хронических неинфекционных заболеваний и снижения производительности труда остаются: курение, недостаточное потребление пищевых волокон, недостаточная физическая активность, стресса, чрезмерное употребление алкоголя. Экономические потери бизнеса, по данным отечественных исследований, связанные с образом жизни и влиянием образа жизни на производительность труда составляют до 40 000 – 60 000 руб. в год на одного работника.

При этом и российские и международные исследования говорят о эффективности корпоративных программ укрепления здоровья работающих. Так по данным Министерства здравоохранения возврат инвестиций от внедрения комплексных программ укрепления здоровья составляет от 150 до 600% в течение 3-6 лет. .

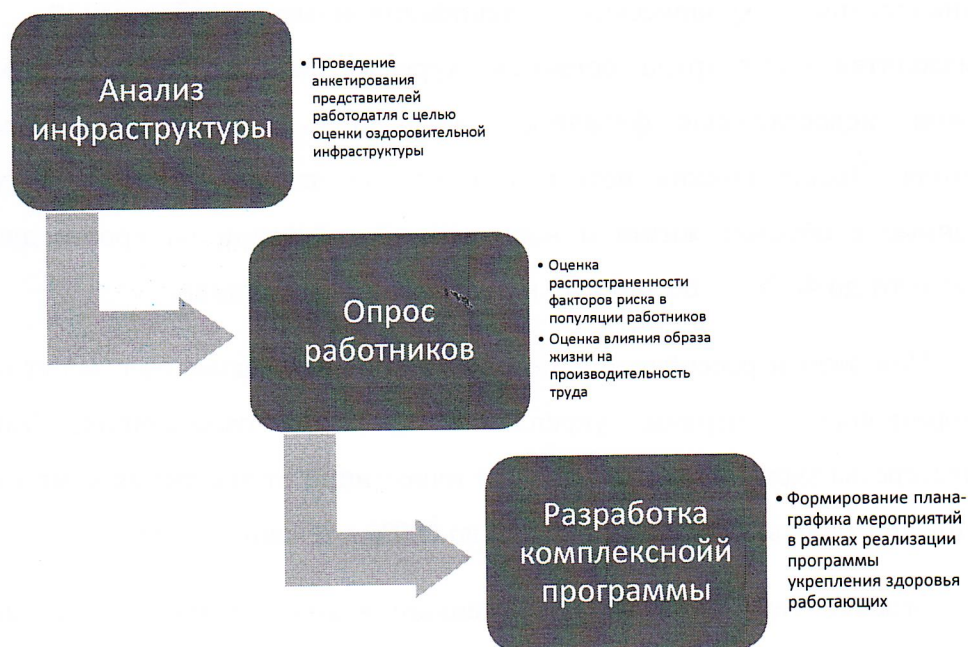
Согласно рекомендациям, изложенным в корпоративных модельных программах «Укрепление здоровья работающих», внедрение программ должно начинаться с оценки существующих рисков на уровне популяции работников с использованием специализированных опросников.

3 этап разработки комплексной результат-ориентированной программы укрепления здоровья работников:

Специалистами НМИЦ ТПМ Минздрава России разработаны два опросника: для работодателей и для работников (схема).

Опросники для работодателей направлены на общую оценку ситуации, пониманием приоритетов и возможностей работодателя в реализации программ, направленных на укрепление здоровья, они помогут специалистам Центра общественного здоровья при планировании методической помощи работодателю и разработке конкретных рекомендаций. При проведении массовых опросов работодателей специалисты Центра общественного здоровья могут получить срез отношения и приоритетов работодателей региона/муниципалитета для планирования целевых мер стимулирования реализации программу укрепления здоровья работников на региональном/муниципальном уровне.

Опросники для работников могут быть использованы для углубленной оценки потребностей организации в реализации корпоративной программы и разработки целевой программы, максимально ориентированной на потребности конкретного предприятия, кроме того, результаты опроса могут стать стартовыми значениями ряда целевых индикаторов эффективности программы: например, отношения работников к собственному здоровью, мотивации, ведения здорового образа жизни.



**Модельная корпоративная программа
«Укрепление здоровья работающих»
для организаций и предприятий Удмуртской Республики**

Введение

Модельная корпоративная программа «Укрепление здоровья работающих» для организаций и предприятий Удмуртской Республики (далее – Корпоративная программа) разработана в целях сохранения здоровья на рабочем месте сотрудников организаций и предприятий Удмуртской Республики, содействия формированию здорового образа жизни.

Корпоративная программа основана на стратегиях Всемирной организации здравоохранения по формированию здорового образа жизни (далее – ЗОЖ), профилактике неинфекционных заболеваний (далее – НИЗ) и направлена на профилактику основных факторов риска НИЗ: нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, повышенный уровень глюкозы крови, курение, избыточное потребление алкоголя, стресс.

В реализации Корпоративной программы участвуют медицинские организации, организации и предприятия и Удмуртской Республики, в том числе профсоюзные органы данных учреждений, волонтерские организации (по согласованию). Координационное и методическое сопровождение возложено на БУЗ УР «Республиканский центр медицинской профилактики «Центр общественного здоровья» МЗ УР».

Цели

1. Продвижение здорового образа жизни, профилактика НИЗ.
2. Повышение экономической эффективности поведения сотрудников.

Задачи

1. Выявление и коррекция НИЗ.
2. Укрепление уровня здоровья сотрудников.
3. Создание благоприятной и здоровой среды на рабочем месте.
4. Повышение мотивации сотрудников к здоровому образу жизни, в том числе физической активности, правильному питанию, отказу от вредных привычек.
5. Проведение информационно-разъяснительной работы среди работников по вопросам профилактики заболеваний и формирования ЗОЖ.
6. Создание информационного пространства организации/предприятия по основным принципам здорового образа жизни.
7. Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников.

8. Организация спортивных и конкурсных мероприятий между структурными подразделениями и/или семьями сотрудников организации/предприятия (по согласованию с руководством организации/предприятия).

Основные блоки Корпоративной программы

- Блок 1. Создание здоровой рабочей среды
- Блок 2. Паспорт здоровья трудового коллектива
- Блок 3. «Здоровое питание»
- Блок 4. «Физическая активность»
- Блок 5. «Отказ от курения»
- Блок 6 «Снижение потребления алкоголя»
- Блок 7. «Управление стрессом»
- Блок 8. «Артериальное давление под контролем»

Мероприятия Корпоративной программы

Блок 1. Создание здоровой рабочей среды

Осуществление руководством организации/предприятия мероприятий по повышению комфорта рабочей среды:

- кондиционирование воздуха;
- обеспечение освещения;
- организация режима проветривания помещений,
- соблюдение чистоты рабочих мест,
- организация возможности горячего питания,
- организация зоны отдыха (психологической разгрузки);
- ограничение (ликвидация) мест для курения;
- организация системы поощрений за конкретные мероприятия по изменению образа жизни.

В организации/предприятии в соответствии с нормативными документами проводится контроль промышленной и коммунальной санитарии, санитарно-гигиеническая оценка условий труда, составляется план оптимизации условий труда и комфорта на рабочих местах.

Блок 2. Паспорт здоровья трудового коллектива

- Проведение анализа количества дней нетрудоспособности на 100 работающих.
- Проведение анализа (при наличии возможности) активности прохождения работниками ежегодного профилактического осмотра, в том числе диспансеризации.
- Проведение медицинскими организациями (центрами здоровья) комплексной диагностики состояния здоровья работников и составление «Паспорта здоровья коллектива».

- Проведение анкетирования с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников.
- Вакцинация работников организации/предприятия в соответствии с национальным календарем профилактических прививок и календарем профилактических прививок по эпидемическим показаниям.

Блок 3. «Здоровое питание»

- Создание информационного пространства по вопросам здорового питания.
- Организация специальных мест для приёма пищи.
- Внедрение здоровых блюд (при наличии в организации/предприятии мест общественного питания).
- Обеспечение доступа к питьевой воде.
- Организация конкурсов по вопросам здорового питания и профилактике избыточного веса.
- Организация выездной работы «Школы правильного питания БУЗ УР «РЦМП «ЦОЗ» МЗ УР» (по согласованию).

Блок 4. «Физическая активность»

- Создание информационного пространства по вопросам физической активности.
- Организация производственной гимнастики, физкульт-брэйков.
- Стимулирование работников к повышению уровня физической активности (частичная или полная оплата затрат на посещение занятий в спортивных/физкультурных организациях, участие в командно-спортивных мероприятиях).
- Проведение анкетирования работников с целью проведения оценки уровня физической активности.
- Проведение дней физической активности (день без лифта).
- Стимулирование и мотивирование работников организации/предприятия к повышению уровня физической активности посредством мобильных приложений (мобильный шагомер).
- Участие работников в информационно-оздоровительном проекте «Прогулка с врачом»
- Проведение конкурса детского рисунка среди детей сотрудников организации/предприятия «Папа, мама, я – спортивная семья».
- Проведение конкурса среди работников организации/предприятия с фотографиями «Движение – жизнь».
- Подготовка работников организации/предприятия к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Блок 5. «Отказ от курения»

- Создание информационного пространства по вопросам о вреде курения.
- Оформление рабочих мест общего пользования и территории организации/предприятия знаками, запрещающими курение.
- Организация мест для курения за пределами территории организации/предприятия.
- Участие в республиканских профилактических мероприятиях (акциях) ко Всемирному Дню без табачного дыма (31 мая).
- Проведение анкетирования сотрудников с целью выявления курящих и степени никотиновой зависимости.
- Организация помощи для курящих сотрудников в отказе от курения: выездная работа кабинета помощи при отказе от курения БУЗ УР «РЦМП«ЦОЗ»МЗ УР».
- Внедрение системы поощрения для некурящих сотрудников и системы штрафов в отношении к курящим сотрудникам.

Блок 6 «Снижение потребления алкоголя»

- Создание информационного пространства по вопросам о вреде курения.
- Ограничение продажи алкоголя на территории организации/предприятия.
- Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с риском пагубного употребления алкоголя.
- Участие в республиканских профилактических мероприятиях (акциях) к Всероссийскому дню трезвости (11 сентября).
- Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.

Блок 7. «Управление стрессом»

- Создание информационного пространства по вопросам управления стрессом.
- Проведение семинаров, лекций с участием специалистов медицинских организаций и психологов по способам управления стрессом и противодействие профессиональному выгоранию.
- Организация на территории организации/предприятия комнаты психологической разгрузки.

Блок 8. «Артериальное давление под контроль»

- Создание информационного пространства по вопросам управления артериальным давлением.
- Создание на территории организации/предприятия пункта измерения артериального давления.

- Организация проведения занятий Школы здоровья «Артериальная гипертонии» для сотрудников организации/предприятия.
- Информирование сотрудников организации/предприятия о регулярном приеме лекарственных препаратов при артериальной гипертонии с целью повышения приверженности к лечению.
- Участие сотрудников организации/предприятия в акциях информационно-просветительской кампании по информированию населения о ранних признаках инсульта и инфаркта.
- Организация интернет – рассылки среди сотрудников организации/предприятия по вопросам НИЗ и формированию ЗОЖ.