

Отдел образования Администрации Заветинского района

ПРИКАЗ

22.04.2026

№ 121

с. Заветное

Об утверждении корпоративной программы «Укрепление здоровья сотрудников Отдела образования Администрации Заветинского района»

В целях реализации региональной программы «Укрепление общественного здоровья (Ростовская область)», утвержденной постановлением Правительства Ростовской области от 20.04.2020 № 385, поддержки здорового образа жизни трудового коллектива Отдела образования Администрации Заветинского района:

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить:

1.1. Корпоративную программу «Укрепление здоровья сотрудников Отдела образования Администрации Заветинского района» согласно приложению.

2. Руководителям образовательных учреждения принять в срок до 15.05.2026 года аналогичные программы в каждом образовательном учреждении.

3. Контроль за выполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий ОО
Администрации
Заветинского района



Н.Н. Борисенко

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА

«Укрепление здоровья сотрудников Отдела образования Администрации Заветинского района»

Работающие люди составляют половину мирового населения и вносят основной вклад в экономическое и социальное развитие своих стран.

Их здоровье определяется не только теми рисками, которые имеются на рабочем месте, но и социальными и индивидуальными факторами, а также доступностью медико-санитарных услуг.

Поскольку большую часть времени люди проводят на работе, то организация мероприятий по поддержанию и укреплению их здоровья по месту непосредственной трудовой деятельности приобретает исключительную важность.

Основные мероприятия программы направлены на формирование у сотрудников Отдела образования Администрации Заветинского района мотивации к здоровому образу жизни и осознанной потребности в сохранении и укреплении здоровья; на борьбу с факторами риска развития неинфекционных заболеваний - низкую физическую активность, нерациональное питание, избыточную массу тела/ожирение, табакокурение, пагубное потребление алкоголя. В комплекс мероприятий включены также меры психологической поддержки.

Корпоративная программа «Укрепление здоровья сотрудников Отдела образования Администрации Заветинского района» (далее – программа), разработана в рамках реализации мероприятий Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья», национального проекта «Демография» с учетом рекомендаций Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Цели программы:

укрепление и сохранение здоровья работников, профилактика заболеваний и травматизма;

повышение у работников мотивации к трудовой деятельности, улучшение психологического климата в коллективе и, как следствие, повышение производительности труда;

снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.

Задачи программы:

увеличение ожидаемой продолжительности здоровой жизни;

увеличение трудового долголетия работников;

- увеличение продолжительности жизни работников, ветеранов, пенсионеров и членов семей;
 - укрепление здоровья работников и членов семей;
 - проведение персонифицированных мероприятий по оздоровлению;
 - обеспечение безопасных и комфортных условий труда;
 - предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;
 - снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;
 - организация отдыха работников и членов семей.
 - поддержка дружеских отношений и эффективного общения в команде сотрудников;
 - формирование приверженности работников и членов семей здоровому образу жизни;
 - повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;
 - улучшение здоровья работников за счет перемены негативных поведенческих факторов риска, в частности, отказ от курения;
 - создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе (психогигиены и высокой корпоративной культуры);
 - обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;
 - совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий.
- Сроки реализации программы - среднесрочный период 2026-2030 годы.

Разделы программы

1. Формирование медицинской активности работников.
2. Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте.
3. Формирование у работников мотивации и личной ответственности за:
 - сохранение здоровья;
 - повышение физической активности;
 - рациональное питание;
 - профилактику потребления табака;
 - снижение потребления алкоголя;
 - создание комфортного психологического климата в коллективе;
 - мониторинг программы.

Критерии оценки результатов программы:

- повышение процента информированности работников в вопросах здорового образа жизни;
- рост производительности труда;
- динамика снижения показателей временной утраты трудоспособности;

динамика снижения финансовых потерь, которые несет Отдел образования Администрации Заветинского района в результате отсутствия работников по болезни;

увеличение процента работников Отдела образования Администрации Заветинского района, охваченных различными мероприятиями программы;

снижение текучести кадров;

снижение показателей по факторам риска (рассматривается в процентном отношении к общему количеству работников Отдела образования Администрации Заветинского района):

% работников, бросивших курить;

% работников, отказавшихся от употребления алкоголя;

% работников, повысивших физическую активность;

% работников, которые регулярно проходят обследование репродуктивной системы и др.

отсутствие (снижение) травматизма и профессиональных заболеваний;

соответствие мероприятий установленным срокам.

Ожидаемые результаты реализации программы:

установление приоритета здорового образа жизни у работников Отдела образования Администрации Заветинского района;

изменение отношения работников Отдела образования Администрации Заветинского района к состоянию своего здоровья, повышение их медицинской активности;

сокращение финансовых потерь, которые несет Отдел образования Администрации Заветинского района в результате отсутствия работников по болезни;

повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни;

увеличение продолжительности жизни.

Разделы программы

Раздел 1. Формирование медицинской активности

Чтобы сохранить и укрепить здоровье, необходимо проявлять медицинскую активность. Повышение у работников мотивации к сохранению и укреплению своего здоровья, а также здоровья других людей путем повышения медицинской активности - одно из основных направлений профилактических мероприятий.

Раздел по формированию медицинской активности включает:

1. Прохождение медицинских осмотров.

Основным и наиболее доступным механизмом выявления общих и профессиональных заболеваний, а также организации эффективного динамического наблюдения за состоянием здоровья работников являются качественные предварительные и периодические медицинские осмотры.

Увеличение числа лиц, охваченных медицинскими осмотрами, способствует своевременному выявлению начальных отклонений здоровья. Некоторые заболевания на начальных этапах могут протекать скрыто, и обнаружение их на ранних стадиях дает человеку шанс на долгую и здоровую жизнь. Поэтому единственным доступным способом выявить социально значимые заболевания на ранних стадиях является обследование граждан.

2. Диспансеризация.

Это комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследования, проводимые в целях оценки состояния здоровья.

3. Посещение медицинских учреждений при заболеваниях.

В настоящее время большое количество работников предприятий невнимательно относится к заболеванию, не считая нужным обращаться во время болезни к врачу. Это очень опасно, так как заболевания могут протекать нетипично.

4. Ответственное отношение к лечению, профилактике, реабилитации, другим медицинским мерам.

Успех лечения многих заболеваний зависит от того, насколько точно больной выполняет назначения врача. При этом положительный результат часто зависит не только от медикаментозного лечения, но и от того, насколько человек привержен здоровому образу жизни, т.е. scrupulously выполняет рекомендации врача по коррекции факторов риска (нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточная масса тела, курение, пагубное потребление алкоголя и др.).

5. Контроль за основными показателями здоровья.

Необходимо постоянно контролировать свои показатели здоровья. К ним относится уровень артериального давления, количество сахара и холестерина в крови, вес.

6. Сохранение репродуктивного здоровья.

Для каждого человека особую важность имеет продолжение рода. Это, в свою очередь, является одним из главных показателей демографического развития любого государства. На сегодняшний день репродуктивное здоровье населения оставляет желать лучшего: увеличивается количество абортов, большому количеству мужчин и женщин ставят диагноз бесплодие, молодые люди начинают рано вести половую жизнь, растет число заболеваний, передающихся половым путем; многие люди репродуктивного возраста курят и употребляют алкоголь. Все вышеперечисленные факторы снижают рождаемость здоровых детей.

7. Знание своих профессиональных рисков.

8. Соблюдение санитарно-гигиенических навыков.

9. Преодоление вредных привычек (табакокурение, избыточное потребление алкоголя и др.).

Мероприятия:

прохождение работниками профилактических медицинских мероприятий и диспансеризации;

организация информационно-просветительской работы в коллективе по вопросам важности вакцинопрофилактики и профилактики инфекционных заболеваний.

Раздел 2. Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте

Вредные условия труда вносят вклад в ухудшение состояния здоровья работников, ведут к травматизму, а тот, в свою очередь, выступает одной из основных причин инвалидности и смертности работающих. Таким образом, охрана труда на рабочем месте является важнейшим условием сохранения жизни и здоровья граждан в процессе трудовой деятельности.

Мероприятия:

обеспечение безопасности и здоровья работников на рабочих местах;
проведение специальной оценки условий труда, работа по устранению выявленных факторов;

информирование работников, в том числе проведение инструктажа, с целью предупреждения случаев инвалидности, причинами которой являются производственный травматизм и вредные производственные факторы;

обучение работников основам оказания первой помощи на производстве, в том числе при острых сердечно-сосудистых состояниях;

распространение информационных материалов по вопросам здорового образа жизни, физической активности, преодоления стрессов; о вреде курения, злоупотребления алкоголем и т.п.;

проведение субботников, озеленение и благоустройство территории организации.

Раздел 3. Формирование мотивации и личной ответственности за сохранение здоровья

3.1. Отсутствие физической активности является четвертым по значимости фактором риска глобальной смертности.

Полезные для здоровья эффекты физической активности включают в себя снижение риска сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета и некоторых форм онкологических заболеваний. Кроме того, физическая активность положительно влияет на психическое здоровье.

Внедрение программ физической активности на рабочем месте способствует тому, что у работников улучшаются показатели здоровья, снижается индекс массы тела и уровень стресса, а также растет удовлетворенность своей работой, увеличивается производительность труда.

Цель: активизировать физическую активность работников.

Задачи:

выявление работников с недостаточным уровнем физической активности для вовлечения в мероприятия по ее повышению;

повышение информированности работников о пользе физической активности;

повышение мотивации работников к занятиям физкультурой и спортом;

создание условий для психологической разгрузки с применением физической активности (снятие напряжения, стресса, снижение утомляемости, профилактика производственного травматизма в течение рабочего дня);

вовлечение работников в выполнение нормативов ГТО.

Мероприятия: Участие сотрудников в спортивных мероприятиях.

3.2. Рациональное питание.

Питание является одним из ведущих факторов, который не только определяет здоровье населения, но и создает условия для повышения работоспособности людей, их адекватной адаптации к окружающей среде и продлению жизни; является важным элементом профилактики многих распространенных хронических неинфекционных заболеваний.

Поэтому питание человека должно быть максимально полезным, то есть правильным. От этого будут зависеть здоровье человека, его роль и место в обществе.

Цель: повышение приверженности у работников организации и членов их семей к рациональному питанию, формирование здоровых пищевых привычек.

Задачи:

обеспечить всем работникам в течение рабочего времени свободный доступ к питьевой воде и возможность приема пищи с соблюдением санитарно-гигиенических норм;

повысить информированность работников в вопросах здорового питания;

повысить информированность работников о пищевой и энергетической ценности блюд, продуктов с высоким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров, способствуя их осознанному выбору;

стимулировать потребление продуктов и блюд, формирующих рацион здорового питания;

провести оценку имеющихся привычек питания на соответствие критериям здорового питания и мотивировать сотрудников на оздоровление рациона.

Мероприятия:

проведение мероприятий по популяризации принципов здорового питания;

информирование работников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя их осознанному выбору.

3.3. Профилактика потребления табака.

Курение табака - причина многих хронических болезней, представляющих существенный экономический ущерб.

Цель: снизить (до полного отказа) потребление табака работниками Отдела образования Администрации Заветинского района.

Задачи:

повысить информированность работников Отдела образования Администрации Заветинского района о вредном воздействии табачного дыма и мотивацию к отказу от курения;

организовать помощь сотрудникам, желающим отказаться от курения.

Мероприятия:

проведение лекций с использованием презентаций;

провести акцию «Один день без пагубной привычки»;

31 мая Всемирный день борьбы с курением или день отказа от табакокурения;

оформление мест общего пользования на территории Отдела образования Администрации Заветинского района знаками, запрещающими курение.

3.4. Снижение потребления алкоголя.

Потребление алкоголя оказывает большее влияние на производительность труда.

В целом затраты от снижения производительности являются доминирующим элементом издержек, связанных с вредом, наносимым алкоголем. Злоупотребление алкоголем увеличивает риск безработицы. Разработка и реализация мер антиалкогольной политики в местах работы граждан направлена на снижение масштабов злоупотребления алкоголем.

Рабочее место может быть фактором риска вредного употребления алкоголя, а с другой стороны - предоставляет уникальные возможности для реализации профилактических стратегий.

Цель: снизить потребление алкоголя работниками Отдела образования Администрации Заветинского района.

Задачи:

снизить количество несчастных случаев на производстве, связанных с употреблением алкоголя;

снизить долю работников с риском пагубного потребления алкоголя;

повысить осведомленность работников о вреде, связанном с алкоголем, и рисках, связанных с потреблением алкоголя на рабочем месте;

снизить мотивацию к употреблению алкоголя.

Мероприятия:

организация и проведение информационно-коммуникационных кампаний по повышению осведомленности в отношении алкоголя;

организация безалкогольных корпоративных мероприятий и дней здоровья.

3.5. Создание комфортного психологического климата в коллективе.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, социального и психического благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов. Тем не менее, многие работодатели продолжают недооценивать такой важный фактор успешной деятельности работника, как его психическое здоровье.

А между тем стрессовые ситуации приводят к большому числу пропусков рабочих дней. Среди наиболее часто встречающихся факторов, влияющих на психологическое состояние, называют следующие: дисбаланс между работой и

семьей; хронический стресс; неблагоприятный психологический климат; конфликты; физическое и психологическое насилие и притеснение на работе и, как следствие, - профессиональное выгорание и профессиональная деформация личности работающего человека.

Цель: формирование здорового психологического климата в Отделе образования Администрации Заветинского района.

Задачи:

создание благоприятной психозмоциональной обстановки на рабочем месте;

повышение осведомленности работников о психосоциальных факторах риска, формирование культуры здорового образа жизни в Отделе образования Администрации Заветинского района;

профилактика утомляемости работников на рабочем месте и, как результат, повышение производительности труда, уменьшение восприимчивости к стрессу, уменьшение числа ошибок (риск аварий, травм на рабочем месте);

формирование навыков управления психозмоциональным благополучием.

Мероприятия:

организация совместных мероприятий;

выезды на природу;

организация тренингов по психозмоциональному выгоранию;

организация экскурсионных поездок.

создание системы мониторинга и оценки эффективности программы.

Показатели результативности и эффективности программы рассматриваются в процентном отношении к общему количеству работников организации.

Параметры показателей:

увеличение числа работников, приверженных здоровому образу жизни (определяется при анкетировании в начале и по истечении определенного срока реализации корпоративной программы, но не менее года);

улучшение условий труда работников Отдела образования Администрации Заветинского района;

повышение производительности труда работников Отдела образования Администрации Заветинского района;

увеличение количества работников 1 и 2 групп здоровья;

снижение показателей временной утраты трудоспособности работников;

снижение выхода работников на инвалидность;

снижение финансовых потерь, которые несет Отдел образования Администрации Заветинского района в результате отсутствия работников по болезни;

отсутствие (снижение) травматизма и профессиональных заболеваний;

стабильное психическое состояние работников Отдела образования Администрации Заветинского района.

ПЛАН

Корпоративной программы «Укрепление здоровья сотрудников Отдела образования Администрации Заветинского района»
на 2026-2030 годы

№ п/п	Наименование мероприятий	Срок исполнения	Ответственный за выполнение мероприятия	Ожидаемый результат
Раздел 1. Формирование медицинской активности				
1.1.	Прохождение работниками профилактических медицинских мероприятий и диспансеризации, предусмотренных трудовым законодательством Российской Федерации	Ежегодно	Заведующий Отделом образования Администрации Заветинского района (Н.Н. Борисенко); Государственное бюджетное учреждение Ростовской области «Центральная районная больница» в Заветинском районе (В.И. Решетников)	Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников, повышение выявляемости хронических инфекционных заболеваний работников
1.2.	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок	По графику	Государственное бюджетное учреждение Ростовской области «Центральная районная больница» в Заветинском районе (В.И. Решетников)	Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников, снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников, снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание, повышение процента информированности работников в вопросах здоровья образа жизни; рост производительности труда
1.3.	Организация информационно-просветительской работы в коллективе по вопросам важности вакцинации профилактики и профилактики инфекционных заболеваний	В течение года	Заведующий Отделом образования Администрации Заветинского района (Н.Н. Борисенко)	

Раздел 2. Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте				
2.1.	Обеспечение безопасности и здоровья работников на рабочих местах; десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте: гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	В течение года	Заведующий Отделом образования Администрации Заветинского района (Н.Н. Борисенко)	значительное и устойчивое сокращение числа травм, случаев инвалидности и смерти в результате основных инфекционных заболеваний, травм и отравлений; уменьшение количества сотрудников, временно нетрудоспособных по болезням; увеличение работоспособности сотрудников
2.2	Проведение специальной оценки условий труда, работа по устранению выявленных факторов	Согласно графику и периодичности	Главный инженер Отдела образования Администрации Заветинского района (В.В. Пономарев)	значительное и устойчивое сокращение числа травм, случаев инвалидности и смерти в результате основных инфекционных заболеваний, травм и отравлений; уменьшение количества сотрудников, временно нетрудоспособных по болезням; увеличение работоспособности сотрудников
2.3.	Информирование работников, в том числе проведение инструктажа, с целью предупреждения случаев инвалидности, причинами которой являются производственный травматизм и вредные производственные факторы	В течение года	Заведующий Отделом образования Администрации Заветинского района (Н.Н. Борисенко)	значительное и устойчивое сокращение числа травм, случаев инвалидности и смерти в результате основных инфекционных заболеваний, травм и отравлений; уменьшение количества сотрудников, временно нетрудоспособных по болезням; увеличение работоспособности сотрудников
2.4.	Распространение информационных материалов по вопросам здорового образа жизни, физической активности, преодоления стрессов, о вреде курения, злоупотребления алкоголем и т.п.	В течение года	Заведующий Отделом образования Администрации Заветинского района (Н.Н. Борисенко)	Повышение процента информированности работников в вопросах здорового образа жизни; рост производительности труда
2.5.	Организация субботников, озеленение и	В течение года	Сотрудники Отдела образования	Создание благоприятной

	благоустройство территории Администрации Заветинского района		Администрации Заветинского района	психологической обстановки в коллективе
Раздел 3. Формирование мотивации и личной ответственности за сохранение здоровья				
3.1. Повышение физической активности				
3.1.1.	Участие сотрудников в спортивных мероприятиях, спартакиадах, спортивных конкурсах. Акция «На работу пешком», «На работу на велосипеде», «Неделя без автомобиля». Культурно-спортивные мероприятия для работников с участием членов их семей. Сдача норм ГТО. Коллективное мероприятие на свежем воздухе с применением активных игр	В течение года	Заведующий МБУ ДО Заветинская ДЮСШ (В.И. Колесников)	Повышение информированности работников о пользе физической активности; повышение мотивации работников к занятиям физкультурой и спортом, создание условий для психологической разгрузки с применением физической активности, увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни
3.1.2.	Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте: гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	В течение года	Сотрудники Отдела образования Администрации Заветинского района	
3.2. Рациональное питание				
3.2.1.	Проведение мероприятий о популяризации принципов здорового питания; информирование работников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя их осознанному выбору	В течение года	Сотрудники Отдела образования Администрации Заветинского района	Повышение информированность работников в вопросах здорового питания; о пищевой и энергетической ценности блюд, продуктов с высоким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров, стимулирование потребления продуктов и блюд, формирующих рацион здорового питания
3.3. Профилактика потребления табака				
3.3.1.	Проведение лекций с использованием презентаций;	В течение года	Заведующий Отделом образования Администрации	Повышение информированности работников Администрации

	проведение акции «Один день без пагубной привычки»; оформление мест общего пользования в на территории Администрации Заветинского района знаками, запрещающими курение		Заветинского района (Н.Н. Борисенко)	Заветинского района о вредном воздействии табачного дыма и мотивацию к отказу от курения, организация помощи сотрудникам, желающим отказаться от курения;
3.4.1.	Организация и проведение информационно-коммуникационных кампаний по повышению осведомленности в отношении алкоголя; организация безалкогольных корпоративных мероприятий и дней здоровья	в течение года	Заведующий Отделом образования Администрации Заветинского района (Н.Н. Борисенко)	снижение количества несчастных случаев на производстве, связанных с употреблением алкоголя, снижение доли работников с риском пагубного потребления алкоголя; повышение осведомленности работников о вреде, связанном с алкоголем, и рисках, связанных с потреблением алкоголя на рабочем месте, снижение мотивации к употреблению алкоголя
3.5.1.	Организация совместных мероприятий; выезды на природу; организация тренингов по психоэмоциональному выгоранию; организация экскурсионных поездок	В течение года	Заведующий Отделом образования Администрации Заветинского района (Н.Н. Борисенко)	Создание благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте, повышение осведомленности работников о психоэмоциональных факторах риска, формирование культуры здорового образа жизни на предприятии, профилактика утомляемости работников на рабочем месте и, как результат, повышение производительности труда, уменьшение восприимчивости к стрессу, формирование навыков управления психоэмоциональным благополучием