

ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ ПРЕДПРИЯТИЯ

I. Описание предприятия

1.1 Число работников организации (предприятия), цеха:

всего,

96

женщин

86

мужчин

10

1.2 Распределение работников организации (предприятия) по возрасту:

возраст до 30 лет

Количество работников

9

возраст от 30 до 60 лет

69

возраст свыше 60 лет

18

1.3 Число работников организации (предприятия), занятых на тяжёлых работах / на работах с вредными и (или) опасными условиями труда:

всего,

10

женщин

10

мужчин

0

II. Оценка состояния здоровья сотрудников

2.1 Число работников, занятых на работах, при выполнении которых обязательно проведение периодических медицинских осмотров (обследований):

всего,

96

женщин

86

мужчин

10

2.2 Число работников, подлежащих периодическому медицинскому осмотру в соответствии с пунктом 40 Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 28.01.2021 № 29н "Об утверждении Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников, предусмотренных частью четвертой статьи 213 Трудового кодекса Российской Федерации, перечня медицинских противопоказаний к осуществлению работ с вредными и (или) опасными производственными факторами, а также работам, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры".

всего,

0

женщин

0

мужчин

0

2.3 Число работников, прошедших анкетирование в рамках корпоративной программы укрепления здоровья работников:

всего,
женщин
мужчин

69
62
7

2.4 % охвата работников, прошедших анкетирование в рамках корпоративной программы укрепления здоровья работников:

всего,
женщин
мужчин

72%
72%
70%

III.Профилактические мероприятия и оздоровление

3.1 Наличие медицинского работника (кабинета медицинской профилактики, здравпункта) на предприятии:

да	нет
x	

3.1.1 Функции здравпункта на предприятии (профилактика профессиональных заболеваний, охрана здоровья работников предприятия и др.):
нет_____

3.2 Организация и проведения обучения работников оказанию первой доврачебной помощи, в т.ч. пострадавшим на производстве.

всего обученных	
-----------------	--

3.4 Наличие в организации аптек для оказания первой помощи работникам.

да	нет
x	

3.5 Взаимодействие с Центром здоровья, отделением или кабинетом профилактики территориальной медицинской организацией:

да	нет
	x

3.5.1 Организация (предприятие) взаимодействует с: Республиканским центром общественного здоровья и медицинской профилактики

3.6 Наличие на предприятии комплексной программы / плана мероприятий оздоровления сотрудников:

да	нет
	x

3.7 Наличие на предприятии средств пропаганды здорового образа жизни и СМИ (печатные СМИ, информационные плакаты, буклеты, листовки, корпоративный сайт, радио):

да	нет
x	

3.8 Наличие в организации (на предприятии) Школ здоровья («школа здорового образа жизни», «школа сахарного диабета», «школа артериальной гипертензии»):

да	нет
x	

3.9 Организация на предприятии физкультурно-оздоровительных мероприятий (производственная гимнастика):

да	нет
x	

3.10 Организация питания сотрудников в организации (на предприятии):

да	нет
x	

3.11. Наличие у организации (предприятия):

- санаторий ___ нет
- профилакторий ___ нет
- домов отдыха _____ нет
- турбаз _____ нет

**Факторы риска развития неинфекционных заболеваний у сотрудников
МБОУ «Лицей №13»**

Фактор риска развития неинфекционных заболеваний	Количество обследованных, имеющих фактор риска (%)
Повышенное артериальное давление	37,7
Повышенный уровень холестерина	31,9
Повышена концентрация угарного газа в выдыхаемом воздухе	-
Избыточная масса тела (ИМТ)	53,6
Ожирение	20,3
Недостаточное употребление овощей/фруктов	47,8
Избыточное потребление соли	13,0
Риск пагубного употребление алкоголя	4,3
Употребление табака	8,7
Низкий уровень физической активности	66,7
Психологические факторы (стресс)	
Высокий уровень стресса	17,4
Средний уровень стресса	47,8
Низкий уровень стресса	34,8

Выявлен преобладающий фактор риска у обследованных сотрудников - низкий уровень физической активности, , избыточная масса тела, нерациональное питание.

**Рекомендованные мероприятия по снижению факторов риска, профилактике
неинфекционных заболеваний и оздоровлению сотрудников
на 2025 гг.:**

Информационно - коммуникационная кампания по пропаганде здорового образа жизни

- Создание на официальном интернет-сайте предприятия/учреждения, тематического информационного раздела, посвященного здоровому и активному образу жизни, отказу от пагубных привычек, профилактику хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития, с возможностью размещения информационных материалов, разработанных РЦОЗиМП*.
- Оформление информационных стендов на предприятии/в учреждении по пропаганде здорового образа жизни и отказу от пагубных привычек*.
- Информирование сотрудников о возможности участия в «прямых-эфирах», проводимых специалистами РЦОЗиМП, в официальной группе Вконтакте (https://vk.com/cmp_rk), направленные на формирование ответственного отношения к здоровью, ведение активного образа жизни, повышение информированности о хронических неинфекционных заболеваниях, формирование навыков и умений по снижению воздействия неблагоприятных факторов на здоровье человека*.

Формирование здоровых пищевых привычек

- Оценка пищевых привычек, выявление количества употребляемых овощей и фруктов;
- Программа «Живая вода»: обеспечение свободного доступа к питьевой воде, соблюдение питьевого режима. (Организация доставки бутилированной питьевой воды в организацию, установка кулеров в доступных местах);
- Конкурс здоровых рецептов: сотрудники фотографируют рецепты блюд из полезных продуктов, авторы самых интересных награждаются призами;
- Еженедельные тематические Дни здоровья питания, посвящённые разным овощам и фруктам («Ода кабачкам», «Тыква – королева овощей»);

* Мероприятия с участием Республиканского центра общественного здоровья и медицинской профилактики ГБУЗ РК «Городская поликлиника № 1» (по согласованию)

- Фуршет «Вечер здорового питания»;
- Конкурс «Здоровый вес». (Определение победителей по снижению уровня ИМТ);
- Проведение акции «Профилактика ожирения» в рамках Всемирного дня борьбы с ожирением.

Повышение физической активности

- Диагностика физической активности (глобальный опросник по физической активности (GPAQ), тест ходьбы, «лестничная проба»);
- Программа «Неделя физической активности»: тематическая неделя с комплексом мероприятий (цель - повышение уровня информированности работников о пользе физической активности и их мотивация к повышению уровня физической активности). Программа может включать в себя информационно-мотивационные кампании (тематические рассылки, викторины, конкурсы мотивационных плакатов и др.), проведение гимнастики на рабочем месте, проведение турниров, конкурсов, спартакиад, с вовлечением членов семей, партнеров, местных жителей. Завершается неделя «лестничными пробами», «тестом ходьбы», выбираются самые натренированные сотрудники, все участники поощряются призами.
- Программа «Льготный фитнес». (Создание возможностей для сотрудников заниматься в спортивных центрах по льготным ценам);
- Проведение физкульт-минуток, производственной гимнастики, в том числе, совместно с детьми, с непосредственным участием воспитателей и младших воспитателей;
- Турниры по спортивным играм, спортивные праздники, в том числе при участии детей и родителей;
- Походы выходного дня (с организацией активности, например, игра в бадминтон, волейбол, кюкья, сбор даров леса, плавание, велосипедная прогулка, скандинавская ходьба, катание на лыжах, коньках, санках);
- Акция «На работу на велосипеде»;
- Участие в городских и районных мероприятиях, Всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России-2023»;
- Проведение акции «Прогулка за здоровьем» в рамках Всероссийского дня ходьбы.

Сохранение психологического здоровья и благополучия

- Проведение периодической психодиагностики, консультаций педагога-психолога;
- Тренинги по эмоциональному выгоранию, стрессоустойчивости, развитию самооценки, взаимоотношений в коллективе*;
- Программа «Неделя психоэмоционального здоровья»: тематическая неделя с комплексом мероприятий (цель - оценить уровень психоэмоционального здоровья коллектива, информировать работников об основах психоэмоциональной гигиены, обеспечить доступность консультации и поддержки психолога, сформировать навыки управления стрессом, профилактики профессионального выгорания и депрессии). Программа включает в себя оздоровительное тестирование работников (анализ психоэмоционального и вегетативного напряжения, скорости реакции, концентрации внимания, вариабельности сердечного ритма; исследование индивидуально-типологических особенностей личности, функциональных резервов нервной и других систем организма; анкеты для оценки дистресса, эмоционального выгорания или депрессии); образовательные мероприятия (мастер-классы); анонимное консультирование психолога.
- Организация комнаты/зоны для психоэмоциональной разгрузки;
- «Кружок благополучия» (Открытые встречи для обсуждения вопросов и проблем в благоприятной психоэмоциональной обстановке);
- Создание эргономичной и безопасной рабочей среды;
- Организация «Школы пациента» на тему «Стресс и стрессоустойчивость», для сотрудников на рабочем месте, в т.ч. в дистанционном формате*;
- Проведение мастер-классов по арт-терапии для психоэмоциональной разгрузки сотрудников*.

Профилактика потребления табака и алкоголя

- Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и территории знаками, запрещающими курение, оформление мест для курения вне территории предприятия;

* Мероприятия с участием Республиканского центра общественного здоровья и медицинской профилактики ГБУЗ РК «Городская поликлиника № 1» (по согласованию)

- Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории предприятия информационными материалами о вреде курения;
- Оформление рабочих мест и мест общего пользования, здоровыми альтернативами, вместо перекуров (разместить тарелки с фруктами вокруг рабочих зон, в холлах, местах общего доступа, для их потребления вместо перекуров или для разрядки во время работы);
- Организация безалкогольных корпоративных мероприятий;
- Организация «Школы пациента» на тему «Курение и здоровье», для сотрудников на рабочем месте, в т.ч. в дистанционном формате*;
- Корпоративный конкурс «Брось курить и выиграй!»*.

Профилактика заболеваний

- Прохождение профилактических медицинских осмотров и диспансеризации сотрудниками;
- Фото- и видео конкурс среди работников «Мой здоровый образ жизни», направленный на повышение вовлеченности работников и членов их семей в здоровый образ жизни;
- Проведение информационной встречи с работниками на тему «Гипертония, стоп!», проведение мастер класса (как правильно измерить АД) в рамках Всемирного дня борьбы с артериальной гипертензией;
- Проведение акции «Скрининг рака молочной железы» в рамках Всемирного дня борьбы с раком груди;
- Информационные встречи с работниками на тему «Профилактика туберкулеза»;
- Организация встреч с работниками по вопросу профилактики ВИЧ/СПИДа.
- Информационные встречи с работниками на тему «Профилактика диабета» в рамках Всемирного дня борьбы с диабетом;
- Информационные встречи с работниками на тему «Профилактика инсульта. Первые признаки инсульта и оказание первой помощи при инсульте» в рамках проведения Всемирного дня борьбы с инсультом;

* Мероприятия с участием Республиканского центра общественного здоровья и медицинской профилактики ГБУЗ РК «Городская поликлиника № 1» (по согласованию)

- Информационные встречи с работниками на тему «Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Инфаркт: симптомы и первая помощь» в рамках проведения Всемирного дня сердца;
- Организация и проведение проверки зрения работников в рамках Всемирного дня зрения;
- Проведение информационной компании популяризации вакцинации против гриппа, коронавирусной инфекции, пневмококка*.
- Организация и проведение вакцинации работников против гриппа, коронавирусной инфекции, пневмококка;
- Организация тренинга «Оказание первой медицинской помощи» в рамках проведения Всемирного дня оказания первой медицинской помощи;
- Организация «Школы пациента» на тему «Здоровый образ жизни», для сотрудников на рабочем месте, в т.ч. в дистанционном формате*.
- Дистанционное консультирование сотрудников специалистами РЦОЗМП по ведению здорового образа жизни, отказа от табакокурения, психологическая помощь*.

* Мероприятия с участием Республиканского центра общественного здоровья и медицинской профилактики ГБУЗ РК «Городская поликлиника № 1» (по согласованию)

Контактные данные
Республиканского центра общественного здоровья и медицинской профилактики



г. Петрозаводск, пр. Лесной 40.

Контактный телефон: +7-963-745-66-59

Горячая линия по отказу от курения: +7-964-317-87-31

Электронная почта: rk-2016@bk.ru

Группа Вконтакте: https://vk.com/cmp_rk

