



План мероприятий корпоративной программы «Укрепление здоровья на рабочем месте»

в МАОУ ДО «Центр дополнительного образования «Эдельвейс» г. Улан-Удэ

Мероприятия	Сроки исполнения	Контрольная точка достижения результата	Ответственный исполнитель	Результат
Создание рабочей группы по реализации Программы	Февраль-Март 2022 г.	1 апреля 2022 г.	Руководитель рабочей группы: директор Цынгунова Е. Т.	Утвержденная приказом рабочая группа по реализации программы
Проведение анализа имеющихся ресурсов и выбор направления Программы	Февраль-Март 2022 г.	1 апреля 2022 г.	Рабочая группа: Методическая служба ЦДО «Эдельвейс»	Выбор направления программы
Рабочая встреча с представителями ГБУЗ «ЦОЗИМП», обсуждение плана реализации корпоративной программы и проведения информационно-профилактической работы	Март 2022 г.	15 марта 2022 г.	ГБУЗ «ЦОЗИМП», рабочая группа	Встреча с представителями ГБУЗ «ЦОЗИМП».
Разработка, утверждение плана мероприятий корпоративной программы	Марта 2022 г.	Заседание по утверждению программы	Рабочая группа	
Определение ответственных лиц за проведение мероприятий Программы	Март 2022 г.	Заседание по утверждению программы	Рабочая группа	Контроль за исполнением плана мероприятий
Динамическое обследование сотрудников центром здоровья	Июнь 2022 г.	Охват обследованием не менее 80% сотрудников	Менеджер центра здоровья, Рабочая группа	Мониторинг состояния здоровья сотрудников, выявление факторов риска ХНИЗ
Диспансеризация	Апрель 2022 г.	Охват обследованием не менее 80% сотрудников	Заместитель директора по АХЧ Доржиева В. Ц.	Профилактический медосмотр, может включать дополнительные медицинские обследования (включая определение группы здоровья и



				группы диспансерного наблюдения)
Вакцинация от сезонного гриппа и от коронавирусной инфекции	Индивидуально, согласно действию сертификатов об вакцинации	Охват не менее 80% сотрудников	Специалист по кадрам Жалсапова Д.Д.	Снижение риска заболеваний, формирование коллективного иммунитета
Оформление стенда «Уголок здоровья»	Май 2022 г.	-	ГБУЗ «ЦОЗИМП», Рабочая группа	Повышение информированности по вопросам ЗОЖ
Организация места контроля артериального давления	Май 2022 г.	-	Рабочая группа	Профилактика артериальной гипертензии, а также других ССЗ
Рассылка видео «Как правильно мерить артериальное давление» и др.	В течении года.	Вайбер-рассылка	ГБУЗ ЦОЗиМП РБ	Профилактика артериальной гипертензии, а также других ССЗ
Проведение производственной зарядки на рабочих местах посредством радиотрансляции через радиосеть	Постоянно	Охват не менее 80% сотрудников	ГБУЗ ЦОЗиМП РБ, Рабочая группа	Профилактика гиподинамии и других факторов риска неинфекционных заболеваний
Проведение ежегодной спартакиады среди работников подразделений	Два раза в год	Охват не менее 40% сотрудников	Рабочая группа	Формирование командного духа, создание благоприятного психо-эмоционального фона.
Проведение занятий и соревнований по японскому мини-волейболу	Постоянно	Охват не менее 20% сотрудников	ГБУЗ ЦОЗиМП РБ, Рабочая группа	Снятие стресса, профилактика травматизма, сохранение здоровья
Подготовка и сдача норм ГТО	Два раза в год	Охват не менее 20% сотрудников	ГБУЗ ЦОЗиМП РБ, Рабочая группа	Подтверждение уровня физического развития
Организация Дней здоровья, семейного отдыха на природе, с использованием спортивного инвентаря и т.д.	Два раза в год	Охват не менее 20% сотрудников	Рабочая группа	Профилактика гиподинамии и других факторов риска неинфекционных заболеваний



Аренда городских спортивных сооружений для занятий спортом работников организаций в свободное от работы время.	Постоянно	Охват не менее 20% сотрудников	Рабочая группа	Профилактика гиподинамии и других факторов риска неинфекционных заболеваний
<b>Другие мероприятия</b>				
Школы здоровья очного и дистанционного формата по правильному питанию и профилактике избыточного веса	В течении года	ГБУЗ ЦОЗиМП РБ		Получение достоверных сведений от специалистов ЦОЗиМП о рациональном питании, учатся составлять рацион питания из доступных продуктов, правильно читать маркировку товаров.
Введение информационной маркировки «Здоровое питание» на блюда и напитки	В течении года	Рабочая группа		Информировать сотрудников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя осознанному выбору; выделить блюда и напитки, соответствующие критериям рациона здорового питания.
Ограничение на территории предприятия продажи продуктов с высоким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров	В течении года	Рабочая группа		Ограничить в рабочее время выбор «нездоровых» продуктов с высоким содержанием сахара, соли и насыщенных жиров.
Организация горячего питания для работников в столовой комбината при постоянном контроле за процессом приготовления пищи и качеством готовых блюд.	В течении года	Рабочая группа		Создание условий для приема горячей пищи работниками объединения
Рассылка кратких тематических информационных сообщений через социальные сети, внутренние коммуникации предприятия	В течении года	Рабочая группа, ГБУЗ «ЦОЗиМП»		Повышение информированности в сфере здорового питания
Проведение мотивационных мероприятий (конкурсов, акций, тематических дней по здоровому питанию)	В течении года			Оценка имеющихся привычек питания на соответствие критериям здорового питания и мотивирование сотрудников на оздоровление рациона



Проведение антистрессовых тренингов для сотрудников	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП»	Сохранение психологического здоровья и доброжелательного микроклимата в коллективе
Сохранение традиций чествования ветеранов и передовиков производства, юбилеев, а также проведения массовых праздничных мероприятий.	В течении года	Рабочая группа	Сохранение психологического здоровья и доброжелательного микроклимата в коллективе
Мониторинг стресса на работе (анкетирование, комплексное обследование работников)	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП»	Сохранение психологического здоровья и доброжелательного микроклимата в коллективе
Подготовка информационных материалов по вопросам вреда курения и размещение их на стендах в подразделениях комбината и в местах специально оборудованных для курения.	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП», рабочая группа	Повышение информированности сотрудников предприятия о вредном воздействии табачного дыма и мотивирование к отказу от курения
Групповое и индивидуальное консультирование «Школы здоровья» по отказу от курения	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП»	Организация помощи для курящих сотрудников в отказе от курения.
Подготовка внутреннего нормативно-правового акта о запрете курения на территории предприятия (включая открытую территорию); о запрете потребления любых электронных сигарет, испарителей и устройств с нагреванием табака	В течении года	Рабочая группа	Обеспечение соблюдения запрета потребления табака на предприятии. Снижение доли сотрудников, имеющих пристрастие к табаку
Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и территории знаками, запрещающими курение. Подготовка и наклеивание соответствующих знаков, стикеров.	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП» Рабочая группа	Повышение информированности сотрудников предприятия о вредном воздействии табачного дыма и мотивирование к отказу от курения.



Определение и оформление мест для курения вне территории предприятия (вне помещений и не менее чем 15 м от входов). Размещение соответствующих запрещающих знаков. Установка урны для окурков. Размещение плакатов о вреде курения. Контроль за недопущением оборудования места для курения скамейкой, беседкой и др. атрибутами комфортного времяпровождения.	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП» Рабочая группа	Повышение информированности сотрудников предприятия о вредном воздействии табачного дыма и мотивирование к отказу от курения.
Оказание помощи в отказе от курения (возмещение финансовых средств на медикаментозное лечение от табачной зависимости, индивидуальное консультирование у нарколога и т.д.)	В течении года	рабочая группа	Организация помощи для курящих сотрудников в отказе от курения.
Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вреда алкоголя (тренинги, плакаты о вреде алкоголя, корпоративная социальная сеть)	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП», рабочая группа	Повысить осведомленность работников и менеджеров о вреде, связанном с алкоголем, и рисках, связанных с алкоголем на рабочем месте.
Проведение стартового скринингового обследования сотрудников на выявление целевых групп по отказу от алкогольной зависимости	В течении года	ГБУЗ «ЦОЗИМП», рабочая группа	Оценка ситуации с потреблением алкоголя на рабочем месте, профилактика травматизма
Организация безалкогольных корпоративных мероприятий	В течении года	рабочая группа	Снижение мотивации для употребления алкоголя
Оказание психологической помощи, групповое и индивидуальное консультирование	В течении года	рабочая группа	Информирование, стимулирование работников к отказу от алкогольной зависимости. Снижение



			доли сотрудников с риском пагубного употребления алкоголя.
Применение дисциплинарных и других мер по отношению к работникам, допустившим нахождение на рабочем месте в состоянии алкогольного опьянения, вплоть до увольнения, согласно трудовому законодательству и локальным нормативным актам.	В течении года	рабочая группа	Выработка осознанного отношения к своему здоровью и ответственное отношение к своему рабочему месту. Снижение доли сотрудников с риском пагубного употребления алкоголя.
Создание комиссии для организации внезапных проверок в подразделениях предприятия в целях проведения профилактических мер на предотвращение употребления алкогольных, наркотических, токсических и психотропных веществ.	В течении года	рабочая группа	Выработка осознанного отношения к своему здоровью и ответственное отношение к своему рабочему месту. Снижение доли сотрудников с риском пагубного употребления алкоголя.
Стимулирование работников, отказавшихся или снизивших потребление алкогольных напитков (абонемент в спортивный зал и др.)	В течении года	рабочая группа	Повышение мотивации, психологическая помощь, профилактика ХНИЗ и травматизма на рабочем месте