


Приложение к приказу от  
«18» 03 2024г. № 02-19

Утверждено

Генеральный директор  
ООО «ЖилКомКонсалт»

 А.В. Клинцева  
«18» 03 2024года.

**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА**  
**«Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах»**  
**общества с ограниченной ответственностью «ЖилКомКонсалт»**

**Паспорт программы**

Наименование программы	Корпоративная программа «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах» Общества с ограниченной ответственностью «ЖилКомКонсалт» (Далее – Программа)
Разработчик программы	ООО «ЖКК»
Цель программы	<p>Сохранение и укрепление здоровья работников путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе, повышение эффективности деятельности всех работников.</p> <p>Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.</p> <p>Профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление.</p> <p>Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.</p> <p>Улучшение психологического климата в коллективах.</p>
Основные задачи программы	<p>Увеличение продолжительности жизни работников;</p> <p>Увеличение трудового долголетия работников;</p> <p>Укрепление здоровья работников;</p> <p>Обеспечение безопасных и комфортных условий труда;</p> <p>Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;</p> <p>Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;</p> <p>Организация отдыха работников;</p> <p>Формирование приверженности работников здоровому образу жизни;</p> <p>Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;</p> <p>Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;</p> <p>Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;</p> <p>Повышение производительности труда и конкурентоспособности предприятия;</p>

	Совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий.
Важнейшие целевые индикаторы, показатели программы	Повышение уровня культуры ведения здорового образа жизни. Снижение уровня профессиональной и общей заболеваемости (нетрудоспособности). Увеличения доли работников систематически занимающихся физической культурой и спортом до 50%
Сроки реализации программы	2024 – 2026 годы
Ожидаемые конечные результаты реализации программы	Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников; Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой; Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников; Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников; Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни; Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников; Снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание; Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников; Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников; Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников; Профилактика вредных привычек; Улучшение имиджа организации по мнению работников и повышение их мотивации; Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала; Увеличение прибыли организации при снижении расходов и росте доходов.
Система организации управления и контроля за исполнением программы	Контроль и управление Программой осуществляет генеральный директор ООО «ЖКК», который несет ответственность за ход и конечные результаты программы, определяет формы и методы управления реализацией программы в целом. Исполнитель мероприятий – предоставляет до 25 декабря ежегодный отчёт по её корректировке руководителю программы.

### Пояснительная записка

Здоровье - одно из самых больших желаний человека. «Будьте здоровы!» - говорят люди друг другу. «Желаем Вам самого главного - здоровья», - говорят наши близкие. Здоровье не означает просто отсутствие болезней - это положительное, жизнерадостное состояние души, которое позволяет охотно выполнять обязанности, возложенные на нас жизнью. 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. 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 работников.

### **Актуальность программы**

В условиях развития технического прогресса с появлением компьютеров, смартфонов и прочих «гаджетов», облегчающих труд и повседневную жизнь человека, физическая активность людей резко сократилась. Это ведёт к постепенному снижению функциональных способностей человека, ослаблению его скелетно-мышечного аппарата, изменениям в работе внутренних органов - изменениям, к сожалению, в худшую сторону. Недостаток движения и энергозатрат приводит к сбоям в работе всех систем (мышечной, сосудистой, сердечной, дыхательной) и организма в целом, способствуя возникновению различных заболеваний. По данным Всемирной организации здравоохранения, ведение корпоративных программ, стимулирующих здоровый образ жизни, позволяет на 30% минимизировать потери от болезней сотрудников. При этом число пропусков работы по болезни сокращается на 20%, а эффективность работы сотрудника вырастает почти на 10%. В настоящее время в различных видах трудовой деятельности организм человека имеет тенденцию испытывать недостаток физической активности, что негативно сказывается на поддержании работоспособности и общем самочувствии человека. Здоровье работников является ценным активом для любого учреждения, ведь инвестиция в улучшение условий труда продемонстрирует высокую эффективность в результате выполнения поставленных задач.

### **Концепция программы**

Здоровье сотрудников учреждения является одним из важнейших условий эффективной деятельности участников выполнения работ и оказания услуг в сфере физической культуры и спорта. Различные отклонения и ухудшение показателей здоровья, социально-психологической и медико-физиологической адаптации, возникающие в процессе работы, препятствуют достижению успехов учреждения. Одна из главных причин ухудшения показателей здоровья, является нарушение адаптивных возможностей организма в условиях динамической, а порой и агрессивной среды. Учреждение выступает инициатором и организатором целенаправленной и эффективной работы по сохранению, реабилитации и укреплению здоровья сотрудников. Программа в учреждение является комплексом мероприятий системы формирования, активного сохранения, восстановления и укрепления здоровья сотрудников, реализации потенциала здоровья для ведения активной производственной, социальной и личной жизни.

### **Объект и сроки реализации программы**

**Объект программы:** сотрудники учреждения.

**Срок реализации программы:** 2023 - 2026 годы.

### **Цели и задачи программы**

**Цель:** сохранение и укрепление здоровья сотрудников учреждения, улучшение качества жизни, формирование культуры общественного здоровья, ответственного отношения к здоровью.

**Задачи:**

- мотивация сотрудников учреждения к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек;
- проведение информационно-коммуникационной кампании по вопросам укрепления общественного здоровья, здоровому питанию и отказу от вредных привычек;
- проведение мероприятий по формированию приверженности к здоровому образу жизни.

**Ожидаемые результаты реализации программы****Количественные:**

- значительное увеличение доли лиц, регулярно занимающихся физической культурой и спортом;
- уменьшение употребления табака;
- уменьшение или отказ от потребления алкоголя;
- увеличение числа работников, выполняющих регулярную гимнастику (для зрения, для тела) на рабочем месте.
- сокращение больничных листов работников.

**Качественные:**

- снижение риска профессиональной и общей заболеваемости;
- повышение компетентности по вопросам здорового образа жизни;
- повышение психологической устойчивости у сотрудников стрессоустойчивости, конфликтоустойчивости, эмоциональной стабильности.

**Оценка эффективности реализации программы**

Для оценки эффективности реализации программы могут быть использованы следующие критерии:

- отзывы работников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой);
- охват работников программой;
- оценка результатов программы по созданию условий для ведения здорового образа жизни;
- оценка достижения результатов программы.

**Перечень направлений, мероприятий по их реализации и индикаторов**

<b>1. Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие здоровой производственной среды, эргономика (здоровые рабочие места)</b>			
<b>Перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Срок реализации</b>	<b>Индикаторы</b>
Меры, меняющие рабочую среду. Мероприятия по охране и безопасности труда. Предотвращение происшествий на рабочем месте.	Административно-управленческий аппарат. Служба охраны труда.	Постоянно	Проведение инструктажей сотрудников с целью предупреждения производственного травматизма, оценка профессиональных рисков, проведение СОУТ рабочих мест, производственный
<b>2. Страхование.</b>			
Обязательное медицинское страхование (Фонд ОМС). Пенсионное	Отдел кадров. Служба охраны труда.	Постоянно	Снижение производственного травматизма и

страхование. Социальное страхование Использование средств Фонда социального страхования Российской Федерации на финансирование предупредительных мер по снижению производственного травматизма и профессиональных заболеваний			профессиональных заболеваний
<b>3. Медицинские мероприятия.</b>			
Диспансеризация. Вакцинация.	Отдел кадров. Служба охраны труда.	Постоянно	Профилактика от гриппа, иммунизация работников.
<b>4. Профилактика потребления табака.</b>			
Оформление мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение. Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории учреждения информационными материалами о вреде курения. Отказ от употребления табака.	Административно-управленческий аппарат. Служба охраны труда.	Постоянно	% охвата работников, отказавшихся от табакокурения
<b>5. Отказ от употребления алкоголя и других психоактивных веществ.</b>			
Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вреда алкоголя и других психоактивных веществ. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий. Изменение отношения персонала к употреблению алкоголя как необходимому атрибуту праздника.	Административно-управленческий аппарат. Служба охраны труда.	До достижения устойчивого результата	Рост числа сотрудников с положительным отношением к безалкогольным праздникам.
<b>6. Физкультурно-оздоровительные (спортивные) мероприятия и повышение физической активности сотрудников</b>			
Организация командно-спортивных мероприятий. Организация и проведение производственной гимнастики в учреждении.	Отдел кадров.	Постоянно	Снижение доли работников с низким уровнем физической активности, %; Снижение доли работников с низким уровнем тренированности, %.

Организация пользования мобильными приложениями к смартфону «Глобальное соревнование по ходьбе»			
<b>7. Здоровое питание</b>			
Краткие информационные сообщения для размещения во внутренних коммуникациях общества о здоровом питании. Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания.	Административно-управленческий аппарат. Отдел кадров.	Постоянно	Повышение компетенции по вопросам здорового образа жизни.
<b>8. Сохранение психологического здоровья и благополучия. Повышение корпоративной культуры</b>			
Проведение коммуникационной кампании по популяризации ЗОЖ (социальный маркетинг). Проведение «Кружков здоровья» (открытые встречи с руководством (в индивидуальном или групповом формате), для обсуждения вопросов и проблем создания благоприятной среды).	Административно-управленческий аппарат. Отдел кадров. Служба охраны труда.	Постоянно	Уровень удовлетворенности работой (% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду).

Исполнитель: начальник отдела ОТ, ПБ и ООС



Кувшинов В.Н.

Согласовано: представитель трудового коллектива



Шубина Т.Г.