

**Программа  
по укреплению здоровья  
сотрудников на рабочем месте**

**«БЫТЬ ЗДОРОВЫМ - ЭТО ДИНАМИЧНО»**

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа по укреплению здоровья в учреждениях, подведомственных департаменту культуры и молодежной политики администрации города Перми
Разработчик программы	МАУ ДО «ДМШ № 10 «ДИНАМИКА»
Цель программы	Улучшение здоровья сотрудников путем ведения здорового образа жизни;
Задачи программы	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.
Численность	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников;</li><li>2. Формировать ответственное отношение к своему здоровью;</li><li>3. Проведение информационной кампании по формированию представления здорового образа жизни в компании</li></ol> Воспитать потребность в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни
Описание программы	4. - сотрудники учреждения (63 чел.)
Сроки реализации программы	<b>Организационно-методическая работа</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Организация работы с целью создания необходимых условий и графика занятий для сотрудников с заболеваниями.</li><li>2. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников.</li><li>3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни.</li><li>4. Проведение дней здоровья в учреждении.</li><li>5. Тренинги по навыкам ЗОЖ.</li></ol> <b>Информационно-просветительская работа</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний.</li><li>2. Организация работы по профилактики вредных привычек социальноопасных заболеваний.</li></ol> <b>Обеспечение безопасных для здоровья условий</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни</li></ol>

	<p>2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.</p> <p>3. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.</p> <p><b>Массовая работа по оздоровлению сотрудников</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диспансеризация сотрудников.</li> <li>2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.</li> <li>3. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.</li> <li>4. Санаторно-курортное лечение сотрудников с хроническими заболеваниями.</li> </ol> <p><b>Индивидуальная работа</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ежегодный медицинский осмотр и проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников</li> </ol> <p><b>Охрана труда и создание безопасных условий труда</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.</li> <li>2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.</li> <li>3. Осуществление периодического медицинского осмотра работников.</li> <li>4. Проведение специальной оценки условий труда.</li> </ol> <p><b>Спортивно-массовая работа</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация работы по вовлечению в различных направлениях (фитнесс, аэробика, командные спортивные игры).</li> <li>2. Участие в массовых спортивных городских мероприятиях.</li> </ol>
Ожидаемые результаты	Без ограничений
	<p><u>Количественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью;</li> <li>2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни;</li> <li>3. Увеличение индекса здоровья сотрудников.</li> </ol> <p><u>Качественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уменьшение употребления табака;</li> <li>2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников;</li> </ol> <p>Увеличение работоспособности сотрудников.</p>

**План программы по укреплению здоровья  
сотрудников МАУ ДО ДМШ № 10 «ДИНАМИКА»**

<b>№</b>	<b>Направление мероприятий</b>	<b>Цель мероприятия</b>	<b>Форма мероприятия</b>	<b>Сроки реализации мероприятия</b>
<b>1.</b>	Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизации сотрудников	Цель: раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников	1 раз в год Постоянно
<b>2.</b>	Наблюдение за состоянием сотрудников во время карантина по коронавирусной инфекции	Цель: обеспечение мониторинга за состоянием здоровья	Измерение температуры тела	До особого распоряжения
<b>3.</b>	Профилактика табакокурения	Цель: снижение количества курящих сотрудников	Информирование работников о запрете курения на территории Центра и в здании (приказ учреждения). Здание оснащено детекторами дыма, что позволяет контролировать запрет на курение	Постоянно
<b>4.</b>	Культурный досуг сотрудников	Цель: налаживания отношений между сотрудниками	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, День учителя, День и другие)	Согласно датам праздника
<b>6.</b>	Информационно-мотивационное просвещение	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок по темам здорового образа жизни. (Приложение)	1 раз в квартал

7.	Участие в различных спортивных мероприятиях	Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников Центра	Участие сотрудников в выполнении нормативов Всероссийского физкультурного спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», участие в велогонках, лыжных и других мероприятиях	По мере поступления информации
8.	Организация производственной гимнастики	Цель: повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления сотрудников.	Организация перерывов в рабочее время с использованием различных методик на рабочих местах (приложение)	Ежедневно
9.	Инструктаж персонала	Цель: предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа с персоналом	Постоянно