



**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Русская гимназия»  
(МАОУ «Русская гимназия»)  
Муниципальной асшӧрлуне велӧдан учреждение  
«Роч гимназия»**

**ПРИКАЗ**

10 ноября 2023 года

№ 537-од

**Об утверждении корпоративной программы «Сохранение и укрепление  
здоровья работников на рабочих местах» МАОУ «Русская гимназия»  
на 2023-2024 годы**

Во исполнение региональной программы «Укрепление общественного здоровья», утвержденной постановлением Правительства Республики Коми от 31.01.2020 № 42 (в редакции Постановления Правительства РК от 11.04.2023) целях популяризации здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья среди работников МАОУ «Русская гимназия»

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить корпоративную программу здоровья «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах» МАОУ «Русская гимназия» на 2023-2024 годы приложение к настоящему приказу.

2. Ознакомить работников гимназии с корпоративной программой здоровья «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах» МАОУ «Русская гимназия» на 2023-2024 годы;

Срок до: 15.11.2023.

3. Контроль за выполнением настоящего приказа оставляю за собой.

И.о. Директора

А.П. Семочкина

Приложение  
УТВЕРЖДЕНА  
приказом МАОУ «Русская гимназия»  
от 10 ноября 2023г. № 537-од

**Корпоративная программа здоровья  
«Сохранение и укрепление здоровья работников на  
рабочих местах» МАОУ «Русская гимназия»  
на 2023-2024 годы**

**І. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

Наименование программы	Корпоративная программа здоровья «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах» МАОУ «Русская гимназия» на 2023-2024 годы
Территория реализации программы	Республика Коми, г. Сыктывкар
Учреждение реализующее программу	Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Русская гимназия» МАОУ «Русская гимназия»
Руководитель программы	Жилина М.В., директор гимназии
Сроки реализации программы	2023-2024 годы
Цель программы	Сохранение профессионального здоровья работников. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"><li>• создание благоприятной рабочей среды и оптимальных гигиенических условий для укрепления здоровья и благополучия работников гимназии;</li><li>• выявление заболеваний на ранних стадиях;</li><li>• повышение физической активности;</li><li>• повышение профессионального благополучия и здоровья работников;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• снижение эмоционального выгорания работников;</li> <li>• профилактика стресса, депрессии, тревожных расстройств.</li> </ul>
Участники реализации программы	Работники МАОУ «Русская гимназия»

## II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 2.1. Обоснование актуальности

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья работников в различных областях производства в регионах Российской Федерации, в частности, в Республике Коми, поэтому тема сохранения и укрепления здоровья сотрудников на рабочих местах, является актуальной.

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье - неценимое счастье для каждого человека, условие его активной полноценной и долгой жизни, успешности во всех сферах жизнедеятельности, а также основа для процветания и развития своей страны. По данным ВОЗ, причиной 2/3 случаев преждевременной смерти населения в трудоспособном возрасте являются хронические инфекционные заболевания, причем основная доля приходится на болезни системы кровообращения, злокачественные новообразования и травмы.

Факторами, способствующими развитию хронических инфекционных заболеваний, связанных с образом жизни человека являются: низкая физическая активность, нерациональное питание, избыточная масса тела, курение, злоупотребление алкоголем, неумение справляться со стрессами. Данные факторы поддаются управлению, через систему мероприятий, направленных на формирование ответственного отношения человека к собственному здоровью, повышение мотивации к здоровому образу жизни и ответственности за сохранение собственного здоровья.

Деятельность учреждений образования связана с высоким уровнем психоэмоциональных перегрузок. Работники системы образования стоят в группе риска по восприимчивости к синдрому эмоционального выгорания,



наряду с медицинскими работниками. Образовательная организация несет ответственность за создание условий, обеспечивающих сохранение здоровья сотрудников. Но кроме этого сами сотрудники учреждения должны владеть теоретическими и практическими знаниями в области оздоровления и здоровьесбережения, так как они участвуют в решении проблем общественного здоровья в качестве педагогов.

В связи с этим мы считаем, что проблема оздоровления сотрудников - это целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива.

Поэтому, перед нами встала необходимость активизации методической работы по данному направлению. В корпоративной программе «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах» МАОУ «Русская гимназия» на 2023-2024 годы, отражена система деятельности организации по здоровьесбережению сотрудников, эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления.

Программа создана в целях реализации мероприятий региональной программы «Укрепление общественного здоровья», утвержденной Постановлением Правительства Республики Коми от 31.01.2020 № 42 (в редакции Постановления Правительства РК от 11.04.2023).

Корпоративная программа здоровья «Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах» МАОУ «Русская гимназия» на 2023-2024 годы включает (далее – программа) создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития социально значимых хронических заболеваний. Он повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем).

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность МАОУ «Русская гимназия» (далее – гимназия) в рамках здоровьесберегающей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

## **2.2. Цели программы**

2.2.1. Сохранение и укрепление здоровья работников путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе, повышение эффективности деятельности всех работников.

- 2.2.2. Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.
- 2.2.3. Профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление.
- 2.2.4. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.
- 2.2.5. Улучшение психологического климата в коллективах.

### **2.3. Задачи программы**

- 2.3.1. Увеличение продолжительности жизни работников;
- 2.3.2. Увеличение трудового долголетия работников;
- 2.3.3. Укрепление здоровья работников;
- 2.3.4. Обеспечение безопасных и комфортных условий труда;
- 2.3.5. Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;
- 2.3.6. Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;
- 2.3.7. Организация отдыха работников;
- 2.3.8. Формирование приверженности работников здоровому образу жизни;
- 2.3.9. Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;
- 2.3.10. Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;
- 2.3.11. Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;
- 2.3.12. Повышение производительности труда и конкурентоспособности предприятия;
- 2.3.13. Совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий.



### III. Перечень направлений, мероприятий по их реализации и индикаторов

#### 1. СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ И ОПТИМАЛЬНЫХ ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ РАБОТНИКОВ МАОУ «Русская гимназия»

ЦЕЛЬ: Разработка и реализация системы управления охраной труда. Создание благоприятных санитарно-гигиенических условий труда, улучшение условий труда на рабочих местах, снижение уровня производственного травматизма, обеспечение оптимального режима труда и отдыха.

ОПИСАНИЕ: Система управления охраной труда в организации – ключевой элемент, благодаря которому на предприятии обеспечивается безопасность сотрудников. Данная часть общей системы менеджмента направлена на защиту здоровья и жизни работников. Положительное воздействие внедрения системы управления охраной труда на уровне организации, выражается в снижении воздействия опасных и вредных производственных факторов и рисков, повышении производительности труда.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Обеспечение достаточного уровня освещения в кабинетах и лабораториях гимназии.</p> <p>Обеспечение достаточного уровня освещения территории гимназии.</p> <p>Поддержание в исправном состоянии систем канализации, водоснабжения и отопления. При необходимости проведение ремонта с привлечением специализированных организаций.</p>	<p>Директор Заместитель директора (отв. за охрану труда)</p> <p>Заместитель директора (вопросы административно-хозяйственной работы)</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Доля рабочих мест, на которых проведена СОУТ (%); Снижение воздействия опасных и вредных производственных факторов и рисков. Повышение производительности</p>

<p>Проведение ежегодного замера сопротивлений, исправной работы системы вентиляции.</p> <p>Поддержание в исправном состоянии подъездных путей, основного и запасных выходов.</p> <p>Организация своевременного проветривания, проведения уборки с применением дезсредств кабинетов, помещений, коридоров, санузлов гимназии в соответствии с действующими санитарными правилами.</p> <p>Организация регулярной уборки территории гимназии. В зимнее время обработка песочно-соляной смесью.</p> <p>Своевременное приобретение, выдача СИЗ, обеспечение своевременного ухода за СИЗ.</p> <p>Своевременное проведение дезинфекционных мероприятий (дезинфекция, дезинсекция, дератизация).</p> <p>Своевременное обучение работников гимназии и проверка знаний по охране труда.</p>		<p>трудо.</p> <p>Снижение количества несчастных случаев на производстве.</p>
---	--	--

<p>Своевременное проведение дезинфекционных мероприятий (дезинфекция, дезинсекция, дератизация).</p> <p>Своевременное обучение работников гимназии и проверка знаний по охране труда.</p> <p>Своевременное проведение вводного, первичного и внеплановых инструктажей по охране труда с работниками гимназии.</p> <p>Оценка производственных рисков, приводящих к расстройству здоровья (проведение СОУТ на рабочих местах, организация производственного санитарного контроля)</p> <p>Реализация концепции «нулевого» травматизма.</p>		
<h2>2. СТРАХОВАНИЕ</h2>		
<p><b>ЦЕЛЬ:</b> Обеспечение полного использования услуг, оказываемых в рамках обязательного страхования от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний, пенсионного и добровольного медицинского страхования.</p>		
<p><b>Перечень мероприятий</b></p>	<p><b>Ответственные</b></p>	<p><b>Сроки</b></p>
<p><b>Индикаторы</b></p>		



	<b>исполнители</b>	<b>реализации</b>	
<p>Обязательное социальное страхование (реабилитация и восстановительное лечение).</p> <p>Пенсионное страхование (оплата родовых сертификатов).</p> <p>Добровольное медицинское страхование (расширение соцпакета, включающее амбулаторно-поликлиническую и стационарную медицинскую помощь в ближайших (лучших) медицинских организациях, консультации высококвалифицированных специалистов.</p>	<p>Заместитель директора (вопросы административно-хозяйственной работы)</p> <p>делопроизводитель</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Увеличение количества использованных услуг по данным видам страхования.</p>

### 3. МЕДИЦИНСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

**ЦЕЛЬ:** Обеспечение охвата медицинскими осмотрами работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда.

<b>Перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки реализации</b>	<b>Индикаторы</b>
<p>Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (от гриппа и COVID-19).</p> <p>Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры.</p> <p>Профилактические осмотры (комплекс</p>	<p>Заместитель директора (вопросы административно-хозяйственной работы)</p> <p>Делопроизводитель</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Процент охвата 100 % медосмотрами работников гимназии. Недопущение присутствия на рабочем месте работников с</p>

<p>медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов).</p> <p>Диспансеризация (комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья, включая определение группы здоровья.</p> <p>Проведение термометрии работников при входе на утреннем фильтре.</p>	<p>Медицинские учреждения</p> <p>Дежурные администраторы</p> <p>Дежурные учителя</p>	<p>признаками ОРВИ.</p>
<p style="text-align: center;"><b>4. ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА</b></p>		

<p><b>ЦЕЛЬ:</b> Соблюдение запрета потребления табака на предприятии.</p> <p><b>ОПИСАНИЕ:</b> Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий регулируется Федеральным законом №15-ФЗ от 23 Февраля 2013г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».</p> <p>В корпоративной практике необходимо обеспечить исполнение закона на территории предприятия путем издания внутренних нормативных документов. Для осуществления практики необходимо издать внутренний документ: НПА/ стандарт корпорации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● о запрете курения на территории предприятия (включая открытую территорию);</li> <li>● о запрете потребления любых электронных сигарет, испарителей и устройств с нагреванием табака;</li> </ul> <p>Практика не требует дополнительного финансирования.</p>			
<p><b>Перечень мероприятий</b></p> <p>Установление запрета курения на рабочих местах и на территории гимназии.</p> <p>Оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории гимназии, знаками, запрещающими курение.</p> <p>Проведение вводного, первичного, повторных инструктажей на рабочем месте по пожарной безопасности.</p> <p>Профилактические беседы о вреде курения, потребления любых электронных сигарет, испарителей и устройств с нагреванием табака, в том числе в рамках проведения «Всемирного дня без табака» (31 мая).</p>	<p><b>Ответственные исполнители</b></p> <p>Директор Заместитель директора (отв. за ПБ) Заместитель директора (вопросы административно-хозяйственной работы) Педагог-психолог Представители медицинских организаций</p>	<p><b>Сроки реализации</b></p> <p>Однократно, в начале программы</p> <p>В течении действия программы (по согласованию)</p>	<p><b>Индикаторы</b></p> <p>Процент курящих сотрудников, сокративших количество перекуров, %.</p>



## 5. ОТКАЗ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ И ДРУГИХ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

**ЦЕЛЬ:** Повышение осведомленности работников и менеджеров о вреде, связанном с алкоголем и другими психоактивными веществами, и рисках, связанных с ними на рабочем месте.

**ОПИСАНИЕ:** Коммуникационная кампания, направленная на повышение осведомленности сотрудников, является ключевым компонентом, предвещающим организацию любых действий, направленных на снижение пагубного употребления алкоголя и других психоактивных веществ. Научные данные показывают, что программы обучения и подготовки на рабочем месте могут эффективно влиять на поведение сотрудников, связанное с употреблением алкоголя и других психоактивных веществ. Обучение сотрудников следует проводить регулярно, и также регулярно сотрудники должны быть снабжены информационными материалами (брошюрами, буклетами) и контактной информацией, куда можно обратиться за помощью.

Перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Индикаторы
<p>Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вреда алкоголя и других психоактивных веществ.</p> <p>Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.</p> <p>Изменение отношения персонала к употреблению алкоголя как необходимому атрибуту праздника.</p>	<p>Заместитель директора (вопросы воспитательной работы)</p> <p>Социальный педагог</p> <p>Старший вожатый</p>	<p>До достижения устойчивого результата</p>	<p>Рост числа сотрудников с положительным отношением к безалкогольным праздникам.</p>

## 6. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

**ЦЕЛЬ:** Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в

командно-спортивных мероприятиях, организацию физкультур-брейков.			
<b>Перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки реализации</b>	<b>Индикаторы</b>
<p>Организация командно-спортивных мероприятий.</p> <p>Организация физкультур-брейков.</p> <p>Участие работников гимназии в ежегодном спортивном мероприятии «Кросс Нации».</p> <p>Участие работников гимназии в сдаче норм ГТО</p> <p>Организация пользования мобильными приложениями к смартфону «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни» и др.</p>	<p>Заместитель директора (вопросы воспитательной работы)</p> <p>Старший вожатый</p> <p>Учителя физической культуры</p>	<p>Без ограничений</p>	<p>Снижение доли работников с низким уровнем физической активности, %;</p> <p>Снижение доли работников с низким уровнем тренированности, %.</p>
<b>7. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ</b>			
<p><u>ЦЕЛЬ:</u> Обеспечение сотрудников предприятия в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде. Обеспечить сотрудников в течение рабочего времени возможностью приема пищи в отведенном помещении.</p>			
<b>Перечень мероприятий</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки реализации</b>	<b>Индикаторы</b>
<p>Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде.</p> <p>Обеспечение возможности приема пищи</p>	<p>Заместитель директора (вопросы административно-хозяйственной)</p>	<p>Постоянно действующая практика.</p>	<p>% сотрудников, имеющих доступ к питьевой воде не далее 50м от рабочего места,</p>



<p>сотрудниками в отдельно отведенном помещении).</p> <p>Проведение профилактических бесед с работниками гимназии о здоровом питании и его принципах.</p> <p>Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания в коллективе.</p> <p>Информирование о пищевой и энергетической ценности блюд, способствующих осознанному выбору; выделение блюд и напитков, соответствующих критериям рациона здорового питания</p>	<p>работы) Заведующий столовой Диетолог медицинской организации (по согласованию)</p>	<p>% работников, придерживающихся принципов здорового питания.</p>
---	---	--

## 8. СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ. ПОВЫШЕНИЕ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ.

<p><b>ЦЕЛЬ:</b> Достижение высокого уровня участия работников в программах здорового образа жизни.</p> <p><b>ОПИСАНИЕ:</b> При проведении коммуникационной кампании важно ориентироваться на количественные показатели, а именно какое количество работников изучит профилактический материал, примет участие в оздоровительных мероприятиях. Необходимо учитывать, что высокоэффективные коммуникационные кампании могут потребовать потратить рабочее время на участие в оздоровительной акции, что может привести к переработке. Для достижения целевого эффекта необходимо использовать несколько каналов коммуникации (желательно 2-3 вида), в том числе рассылку по электронной почте, оповещение работников на собраниях, использование корпоративных СМИ и др.</p>	<p><b>Ответственные</b></p>	<p><b>Сроки</b></p>	<p><b>Индикаторы</b></p>
<p><b>Перечень мероприятий</b></p>		<p><b>Сроки</b></p>	<p><b>Индикаторы</b></p>



	исполнители	реализации	
<p>Проведение коммуникационной кампании по популяризации ЗОЖ (социальный маркетинг).</p> <p>Проведение «Кружков здоровья» (открытые встречи с руководством (в индивидуальном или групповом формате), для обсуждения вопросов и проблем создания благоприятной среды).</p> <p>Обучение работников, руководителей и «Лидеров психологического благополучия» на рабочем месте (образовательные программы, направленные на профилактику стресса).</p> <p>Проведение дня/недели/месяца психоэмоционального здоровья (оздоровительное тестирование (оценка риска возникновения хронических неинфекционных заболеваний, оценка функциональных параметров организма и др.).</p> <p>Оформление информационных стендов, побуждающих к обсуждению и формированию общения в коллективе.</p>	<p>Директор Заместитель директора (отв. за охрану труда) Заместитель директора (вопросы воспитательной работы) Социальный педагог Педагог-психолог Педагог-организатор ОБЖ</p>	<p>Постоянно действующая практика.</p>	<p>Уровень удовлетворенности работой (% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами);</p> <p>Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду).</p>

#### **IV. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий Программы**

- 4.1. Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников;
- 4.2. Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- 4.3. Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- 4.4. Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;
- 4.5. Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- 4.6. Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;
- 4.7. Снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание;
- 4.8. Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- 4.9. Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- 4.10. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- 4.11. Профилактика вредных привычек;
- 4.12. Улучшение имиджа гимназии по мнению работников и повышение их мотивации;
- 4.13. Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала;

#### **V. Мониторинг реализации программы**

В ходе реализации программы необходимо проводить мониторинг с целью своевременной коррекции плана программы.

Индикаторами оценки процесса реализации программы являются:

- % охвата сотрудников мероприятием/программой;
- выполнение плана мероприятий в запланированные сроки.

## **VI. Оценка эффективности реализации программы**

Для оценки эффективности реализации программы используются следующие критерии:

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