167001, Республика Коми, г. Сыктывкар, ул. Димитрова, стр. 10
Тел.\факс (8212) 391-622, e-mail: mail@komikt.ru

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
КОМИ КОММУНАЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
АО «Коми коммунальные технологии»
Н. А. Сосновский
«12» февраля 2024 г.

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА

«Сохранение и укрепление здоровья работников на рабочих местах»

Введение

Программа укрепления здоровья работников на рабочем месте включает 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 организации в рамках здоровье формирующей программы, посредством создания здоровье сберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

1. Цели программы

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

1.2. Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.

1.3. Профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление.

1.4. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.

1.5. Улучшение психологического климата в коллективе.

2. Задачи программы

2.1. Формирование системы мотивации работников к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.

2.2. Создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия работников организации.

2.3. Создание оптимальных гигиенических, эргономических условий труда работников на их рабочих местах.

2.4. Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний.

2.5. Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.

2.6. Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.

2.7. Проведение для работников профилактических мероприятий.

3. Примерный перечень направлений, мероприятий по их реализации и индикаторов

1. СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ И ОПТИМАЛЬНЫХ ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ РАБОТНИКОВ ОРГАНИЗАЦИИ			
Примерный перечень мероприятий	**Ответственные исполнители**	**Сроки реализации**	**Примеры индикаторов**
Изменение рабочей среды (повышение комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания. Охрана и безопасность труда (контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда). Предупреждение несчастных случаев (обучение и инструктажи по предотвращению риска получения травмы). Оценка производственных рисков, приводящих к расстройству здоровья (проведение СОУТ на рабочих местах, организация производственного санитарного контроля, утверждение положения о системе управления охраной труда).	Отдел охраны труда, промышленной и пожарной безопасности и охраны окружающей среды	Постоянно	Увеличение количества рабочих мест, на которых улучшены условия труда по результатам СОУТ (подтвержденные результатами СОУТ); Доля рабочих мест, на которых проведена СОУТ (%); Снижение количества несчастных случаев на производстве.
2. МЕДИЦИНСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ			
Примерный перечень мероприятий	**Ответственны исполнители**	**Сроки реализации**	**Примеры индикаторов**
Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (к примеру, COVID-19). Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров. Профилактические осмотры (комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их	Отдел охраны труда, промышленной и пожарной безопасности и охраны окружающей среды Управление по работе с кадрами	Постоянно	Процент охвата медосмотрами работников, занятых во вредных и (или) опасных условиях труда.

развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов). Диспансеризация (комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья, включая определение группы здоровья.			

3. ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
Установление запрета курения на рабочих местах и на территории предприятий (оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение). Информирование о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетений и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья.	Отдел охраны труда, промышленной и пожарной безопасности и охраны окружающей среды Управление безопасности Управление по работе с кадрами	Однократно, в начале программы	Процент курящих сотрудников, сокративших количество перекуров, %.

4. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов
Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика. Использование гаджета «шагомер» для работников. Участие в программе сдачи норм ГТО. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе. Участие работников в спортивных мероприятиях, велопробегах.	Управление по работе с кадрами Отдел охраны труда, промышленной и пожарной безопасности и охраны окружающей среды	Без ограничений	Снижение доли работников с низким уровнем физической активности, %; Снижение доли работников с низким уровнем тренированности, %.

5. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Примерный перечень мероприятий	Ответственные исполнители	Сроки реализации	Примеры индикаторов

Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки). Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде.	Отдел охраны труда, промышленной и пожарной безопасности и охраны окружающей среды Отдел материально-технического снабжения Управление по работе с кадрами	Постоянно действующая практика	% работников, имеющих доступ к питьевой воде не далее 50 м от рабочего места
6. СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ. БОРЬБА СО СТРЕССОМ.			
Примерный перечень мероприятий	**Ответственные исполнители**	**Сроки реализации**	**Примеры индикаторов**
Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения работников друг с другом. Удовлетворение базовых потребностей работника. Чем больше потребностей удовлетворено, тем ниже уровень стресса и выше продуктивность. Формирование у работников таких личностных качеств, как жизнерадостность, стрессоустойчивость, целеустремленность, уверенность в себе на основе стабилизации душевного равновесия, поддержание в коллективе атмосферы взаимности поддержки и доверия.	Отдел охраны труда, промышленной и пожарной безопасности и охраны окружающей среды Отдел по взаимодействию с органами власти Управление по работе с кадрами	Постоянно действующая практика	Уровень удовлетворенности работой (% изменений по сравнению с предыдущими временными периодами); Уровень текучести персонала (изменение показателя по отношению к предыдущему периоду).

4. 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 и инвалидизации работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников.

4.9. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников.

4.10. Профилактика вредных привычек.

4.11. Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов.

4.12. Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников.

5. Мониторинг реализации программы

В ходе реализации программы необходимо проводить мониторинг с целью своевременной коррекции в случае неудовлетворенности работников программой, а также низким охватом работников мероприятиями программы.

6. 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.