



Корпоративная программа

ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ



Цель программы:

Увеличение доли лиц, ведущих здоровый образ жизни.

Задачи программы:

1. Выявить факторы риска¹ по результатам скринингового обследования.
2. Организовать мероприятия по коррекции факторов риска .
3. Обучить работников предприятия вопросам профилактики неинфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни.
4. Создать условия для ведения здорового образа жизни.

1. Факторы риска – это факторы, которые способствуют развитию неинфекционных заболеваний



ВЫГОДЫ ОТ ПРОЕКТА по укреплению здоровья на рабочем месте



Выгоды работника

- Повышение информированности о принципах здорового образа жизни;
- Отказ от вредных привычек;
- Снижение стресса;
- Повышение благосостояния;
- Улучшение здоровья;
- Рост продолжительности жизни;
- Рост удовлетворенности жизнью;
- Увеличение удовлетворенности от работы;
- Улучшение условий труда



Выгоды предприятия

- Снижение травматизма от несчастных случаев;
- Сокращение числа дней, пропущенных по болезни;
- Уменьшение расходов на медицинское страхование;
- Снижение числа прогулов;
- Повышение производительности труда;
- Снижение текучести кадров и повышение лояльности сотрудников;
- Улучшение климата внутри компании;
- Укрепление репутации компании на рынке



Выгоды государства

- Снижение уровня заболеваемости;
- Сокращение смертности;
- Внешние причины для лиц, не задействованных в проекте;
- Уменьшение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью;
- Рост конкурентоспособности предприятия;
- Увеличение национального дохода

Этапы реализации программы

0 этап. Подписание соглашения о сотрудничестве и взаимодействии.

I этап. Оценка состояния здоровья работников .
Аудит предприятия по вопросам здоровьесбережения.

II этап. Анализ результатов обследования.

III этап. Разработка комплексной программы оздоровления работников.
Реализация программы.

IV этап. Оценка эффективности проекта.



I этап – оценка состояния здоровья работников. Аудит предприятия по вопросам здоровьесбережения.

Аудит предприятия по вопросам уже действующих практик здоровьесбережения и спектра возможностей по проведению оздоровительных мероприятий (анкета)

<https://anketa.medkhv.ru/polls/53>

Как организовано питание на Вашем предприятии? *

- имеется столовая на предприятии
- организована доставка горячих обедов за свой счет
- организовано отдельное помещение для приема пищи
- работники обеспечены средствами для приготовления и хранения пищи (микроволновая печь, раковина, холодильник и/или имеется кухня
- не организовано

В компании предоставляются скидки (субсидии) на продукты питания и напитки для здорового питания, предлагаемые в торговых автоматах, кафе, столовых или других пунктах продажи? *

- да
- нет

Используются ли на предприятии брошюры, видеоролики, плакаты, информационные бюллетени о пользе здорового питания? *

- да
- нет

Предлагается ли работникам предприятия кулинарные мастер-классы по теме здорового питания (очно или онлайн)? *

- да
- нет



Анкетирование сотрудников с целью выявления поведенческих факторов, влияющих на здоровье работников

<https://anketa.medkhv.ru/polls/46>

Обследование работников выездной бригадой Центров здоровья:

- Определение внутриглазного давления для исключения глаукомы,
- Определение холестерина и глюкозы крови,
- Осмотр стоматолога,
- Определение функции внешнего дыхания (ЖЁЛ, пикфлоуметрия),
- Обследование на кардиовизоре (исключение ишемии сердечной мышцы, проходимость сосудов),
- Консультация терапевта арты здорового образа жизни, рекомендации по коррекции факторов риска НИЗ.

Результаты иных медицинских обследований

- Профилактический медицинский осмотр,
- Диспансеризация,
- Предварительный,
- Периодический медицинский осмотр.



II этап – анализ результатов обследования

Поведенческие факторы риска



Биологические факторы риска



III этап – разработка совместно с работодателем комплексного плана оздоровления. Реализация программы.

Информирование и мотивирование работников к ведению здорового образа жизни:

- стенды, раздаточный материал, видеоролики;
- беседы;
- медицинское сопровождение сотрудников по снижению избыточной массы тела;
- премирование.

Обеспечение условий для здорового образа жизни на рабочем месте:

- бездымная среда;
- возможности для обеспечения физической активности;
- доступность здоровой пищи;
- оборудование пунктов измерения артериального давления.

Обеспечение возможности и мотивирование к прохождению профилактических осмотров:

- приказ Минздрава России 124н.



IV этап – Оценка эффективности программы.

1. Увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому образу жизни;
2. Увеличение доли лиц, систематически занимающихся физической культурой;
3. Снижение доли курящих сотрудников;
4. Увеличение доли лиц, ежедневно потребляющих 400 гр. овощей и фруктов;
5. Сокращение пропусков работы по болезни.



ССЫЛКИ НА ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ Центра общественного здоровья и медицинской профилактики



coz27.ru



t.me/cmp_dv



vk.com/cmp_dv