

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивно-оздоровительный комплекс «Зорька» г.Улан-Удэ»

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА
«Сохранение и укрепление здоровья сотрудников на
рабочих местах

2025г



Содержание

1. Введение
2. Цели программы
3. Задачи программы
4. Перечень направлений, мероприятий по их реализации
5. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий Программы
6. Мониторинг реализации программы
7. Оценка эффективности реализации

Программа укрепления здоровья сотрудников СОК «Зорька» направлена на создание условий, способствующих снижению риска профессионально обусловленных заболеваний, предупреждению развития социально значимых хронических болезней, формированию мотивации к ведению здорового образа жизни и созданию благоприятного психологического климата в коллективе. Актуальность программы обусловлена влиянием факторов: нерациональное питание, низкая физическая активность, стрессовые ситуации на рабочем месте, вредные привычки (курение, злоупотребление алкоголем).

1. Цели программы

- 1.1 Сохранение и укрепление здоровья сотрудников СОК «Зорька»
- 1.2. Поощрение ведения здорового образа жизни и профилактики заболеваний
- 1.3. Повышение уровня ответственности работников за собственное здоровье.
- 1.4. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью.
- 1.5. Улучшение социально-психологического климата в трудовом коллективе.

II. Задачи программы

- 2.1. Увеличение продолжительности и качества жизни сотрудников.
- 2.2. Повышение трудового долголетия.
- 2.3. Снижение уровня заболеваемости, профилактика травматизма.
- 2.4. Создание безопасных и комфортных условий труда.
- 2.5. Формирование приверженности работников к здоровому образу жизни.
- 2.6. Повышение мотивации к регулярной физической активности и правильному питанию.
- 2.7. Профилактика эмоционального выгорания и повышение устойчивости к стрессу.
- 2.8. Совершенствование системы спортивно-оздоровительных мероприятий.
- 2.9. Повышение конкурентоспособности и производительности труда сотрудников СОК «Зорька».

III. Перечень направлений, мероприятий по их реализации

Создание здоровьесберегающей рабочей среды	Обеспечение оптимальных условий труда (освещение, вентиляция, температурный режим); Организация зон отдыха и психологической разгрузки; проведение инструктажей и обучающих семинаров по охране труда; профилактика профессиональных заболеваний и несчастных случаев; Регулярная оценка производственных рисков
Страхование	Обязательное социальное страхование (реабилитация и восстановительное лечение). Пенсионное страхование Добровольное медицинское страхование (расширение соцпакета, включающее амбулаторно поликлиническую и стационарную медицинскую помощь в медицинских организациях, консультации квалифицированных специалистов.
Медицинские мероприятия	Предварительные и периодические медицинские осмотры; Профилактические обследования для выявления факторов риска; Диспансеризация сотрудников; Вакцинация (ежегодная и целевая, включая COVID-19); Расширение возможностей добровольного медицинского страхования.
Профилактика вредных привычек	Введение полного запрета курения на территории СОК «Зорька»; Оформление территории и помещений знаками, запрещающими курение;

	Проведение просветительских акций и встреч со специалистами.
Физическая активность и спорт	Проведение командно-спортивных мероприятий; Организация утренней зарядки и гимнастики на рабочем месте; Развитие системы спортивных секций и клубов по интересам; Участие сотрудников в туристических и спортивно-оздоровительных выездах.
Организация отдыха и досуга	Выезды сотрудников и их семей на базы отдыха; Отдых и оздоровление на территории СОК «Зорька»; Проведение корпоративных праздников, дней здоровья и спортивных фестивалей.
4.6. Здоровое питание	Обеспечение сотрудников доступом к чистой питьевой воде; Создание условий для приёма пищи в специально оборудованном помещении; Популяризация принципов правильного питания.
Психологическое здоровье и корпоративная	Культура проведение тренингов по управлению стрессом; Организация «Кружков здоровья» и встреч с руководством; Консультирование сотрудников медицинскими и психологическими специалистами; Проведение Дня психоэмоционального здоровья; Повышение уровня корпоративной культуры и командного взаимодействия.

IV. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий

- 4.1. Рост производительности труда и эффективности работы
- 4.2. Повышение уровня мотивации к регулярным занятиям физической культурой.
- 4.3. Увеличение доли сотрудников, ведущих активный образ жизни.
- 4.4. Формирование культуры безопасности труда и здорового образа жизни.
- 4.5. Расширение охвата сотрудников профилактическими мероприятиями.
- 4.6. Снижение уровня временной нетрудоспособности.
- 4.7. Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников.
- 4.8. Снижение расходов на медицинское обслуживание.
- 4.9. Снижение уровня стрессов и конфликтов в коллективе.
- 4.10. Профилактика вредных привычек.
- 4.11. Повышение имиджа СОК «Зорька» и привлечение квалифицированного персонала.
- 4.12. Снижение текучести кадров.

V. Мониторинг реализации программы

Для своевременной корректировки программы будет осуществляться мониторинг её реализации. Оценка проводится на основании анализа охвата сотрудников мероприятиями, уровня удовлетворённости работников, а также данных по заболеваемости и производительности труда.

VI. Оценка эффективности реализации программы

Критериями эффективности реализации программы являются: уровень вовлечённости сотрудников в мероприятия; динамика заболеваемости и временной нетрудоспособности; показатели удовлетворённости работников условиями труда и корпоративным климатом; результаты мероприятий по формированию здорового образа жизни.