



Утверждаю.  
Директор БУ СО ВО «КПСОН  
Харовского района»  
*Сы*  
М. Л. Лебедева  
«04» марта 2024г.

## План программы «Укрепление здоровья на рабочем месте» БУ СО ВО «КПСОН Харовского района»

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Ответственные исполнители	Отчет об исполнении
<b>1. Организационные мероприятия</b>				
1.1	Проведение общедо собрания трудового коллектива с целью анализа корпоративной программы «Укрепление здоровья на рабочем месте» на 2021 – 2023 гг.	Март 2024г.	Лебедева М.Л.	
1.2	Создание рабочей группы для оценки ситуации, разработки программы и плана мероприятий «Укрепление здоровья на рабочем месте».	Март 2024г.	Лебедева М.Л.	
1.3	Разработка программы и плана реализации мероприятий программы «Укрепление здоровья на рабочем месте», назначение ответственных за координацию, контроль и выполнение мероприятий программы.	до 04.03.2024г.	Рабочая группа	
1.4	Информирование работников учреждения о мероприятиях программы, значении хорошего здоровья и здорового образа жизни, а также о праве на получение качественных медицинских услуг	до 10 мая 2024г.	Тихомирова О.С.	
1.5	Анкетирование в учреждении с целью выявления факторов, влияющих на здоровье человека	до 01.06.2024г.	Волохова А.Н. рабочая группа	

1.6	Анализ выявленных проблем, связанных со здоровьем работников, на рабочем месте	до 15 июня 2024г.	Волохова А.Н. рабочая группа	
<b>2. Формирование медицинской активности работников</b>				
2.1	Прохождение предварительных и периодических медицинских осмотров	при оформлении на работу, по плану	Гулько Л.А.	
2.2	Прохождение диспансеризации	по плану	Гулько Л.А.	
2.3	Организация «Уголка здоровья»: оформление стенда, оснащение тонометром, весами для контроля веса, артериального давления	До 01.07.2024г.	Гулько Л.А. Волохова А.Н.	
2.4	Соблюдение санитарных норм и правил, входная термометрия	постоянно	Смирнова Г.С.	
2.5	<p>Проведение тематических бесед для работников учреждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Знание своих профессиональных рисков;</li> <li>- Международный день борьбы с онкозаболеванием (4 февраля).</li> <li>- Всемирный день иммунитета (1 марта),</li> <li>- Всемирный день здоровья (7 апреля),</li> <li>- Всемирный день борьбы с артериальной гипертензией (8 мая),</li> <li>- Всемирный день без табака (31 мая),</li> <li>- Международный день борьбы с наркотиками (26 июня),</li> <li>- Всемирный день сердца (29 сентября),</li> <li>- Всемирный день борьбы с инсультом (20 октября)</li> <li>- Международный день отказа от курения (19 ноября),</li> <li>- Международный день борьбы со СПИДом (1 декабря).</li> </ul>	согласно заявленной дате	Рабочая группа, специалист по профилактической работе БУЗ ВО «Харовская ЦРБ» (по согласованию)	
2.6	Информирование о возможности получения консультации по «Телефону здоровья» (областной проект по бесплатному консультированию врачей и специалистов по профилактике неинфекционных заболеваний и ведению	ежемесячно (согласно предоставляемому графика работы специалистов БУЗ	Сняткова С.А.	

здорового образа жизни)	ВО « Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики»)		
-------------------------	--	--	--

### 3. Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте

3.1	Проведение инструктажа работников с целью предупреждения случаев инвалидности, причинами которой являются производственный травматизм и вредные производственные факторы	по мере необходимости	Гулько Л.А.	
3.2	Проведение специальной оценки условий труда, работа по устранению выявленных факторов	по плану	Гулько Л.А.	
3.3	Организация мест питания, обеспечение чистой питьевой воды (установка кулера, микроволновой печи) и др.	до 01.06.2024г.	Лебедь Н.О.	
3.4	Обеспечение работников средствами индивидуальной защиты	по плану	Лебедь Н.О.	
3.5	Обучение работников основам оказания первой помощи на производстве, в том числе при острых сердечно - сосудистых состояниях	по плану	Гулько Л.А.	
3.6	Распространение информационного материала (буклеты, памятки, информационные листы) по вопросам здорового образа жизни, физической активности, преодоления стрессов; о вреде курения, злоупотребления алкоголем и др.	ежемесячно	Пангина И.С.	
3.7	Организация субботников, озеленение благоустройство территории учреждения	по плану	Волохова А.Н.	

### 4. Повышение физической активности

4.1	Организация и проведение производственной гимнастики	2 раза в неделю	Разумова Е.Ф.	
4.2	Мероприятия по повышению физической активности среди работников (акция «День без автомобиля», «Пешком до работы»)	1 раз к квартал	Галкина Л.Н. Сняtkова С.А.	

4.3	Участие в районных спортивно - массовых мероприятиях: -традиционное спортивное мероприятие, посвященное Дню социального работника; - общегородская зарядка, -традиционное Всероссийское соревнование «Кросс нации», - «Международный день ходьбы», - «Лыжный марафон» - Познавательно-развлекательные викторины	согласно заявленной дате	Промогаева И.В. Шабаета Е.С. МКУ«ФСЦ«Север» (по согласованию)	
-----	---	--------------------------	--	--

#### 5.Рациональное питание

5.1	Обеспечение сотрудников чистой питьевой водой в соответствии с нормами ежедневного потребления.	ежедневно	Лебедь Н.О.	
5.2	Информирование (распространение памяток, информационных листов) работников о пищевой и энергетической ценности блюд, продуктов с высоким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров, способствуя их осознанному выбору	ежеквартально	Пангина И.С.	
5.2	Проведение мероприятий по популяризации принципов здорового питания: Конкурс «Здоровый завтрак»(обед, ланч, ужин) Беседа «Правильное питание- залог долголетия»	До 01.06.2024 До 01.11.2024	Тихомирова О.С., специалист по профилактической работе БУЗ ВО «Харовская ЦРБ» (по согласованию)	

#### 6.Профилактика потребления табака

6.1	Оформление мест общего пользования в здании учреждения и на территории знаками, запрещающими курение.	постоянно	Лебедь Н.О.	
6.2	Оформление мест общего пользования учреждения информационными материалами о вреде курения	до 01.07.2024г.	Гулько Л.А. Сняткова С.А.	
6.3	Проведение цикла бесед о вреде курения	2 раза в год	Гулько Л.А.	

«Спасибо, что вы не курите»

Сняtkова С.А.

### 7.Снижение потребления алкоголя

7.1	Проведение тематических бесед по повышению осведомленности в отношении алкоголя	ежеквартально	Пантина И.С.	
7.2	Организация безалкогольных корпоративных мероприятий (поздравления с днем рождения коллег с чаепитием и угощением)	ежемесячно	Волохова А.Н.	

### 8.Создание комфортного психологического климата в коллективе

8.1	Организация тренингов по психоэмоциональному выгоранию	ежеквартально	Рабочая группа/приглашённый специалист	
8.2	Организация и проведение корпоративных мероприятий к праздничным датам	по календарю	Волохова А.Н.	

### 9. Мониторинг программы

9.1	Анкетирование работников на выявление (снижение) уровня факторов риска развития неинфекционных заболеваний и приверженности ЗОЖ по истечению определенного срока реализации программы	ежегодно	Разумова Е.Ф. Тихомирова О.С.	
9.2	Учет и сравнение показателя количества дней временной нетрудоспособности работников, выходя на инвалидность к данным предыдущего периода	ежегодно	Разумова Е.Ф. Якубова А.А.	
9.3	Учет показателя отсутствия (снижения) производственного травматизма и профессиональных заболеваний	ежегодно	Разумова Е.Ф. Гулько Л.А.	
9.4	Контроль за стабилизацией психического состояния работников	ежегодно	Разумова Е.Ф.	
9.5	Контроль за исполнением мероприятий в рамках корпоративной программы и координация действий по их результатам	постоянно	Разумова Е.Ф. Тихомирова О.С.	