

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

СОГЛАСОВАНО

Председатель
профсоюзного комитета
_____ Л.В.Крюкова
«15» _____ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ



Директор
МБОУ СОШ № 6
_____ О.Б.Жидкова
«15» _____ 2022 г.

ПРОГРАММА
«Укрепление здоровья работников на 2023 – 2028 годы
в Муниципальном бюджетном
общеобразовательном учреждении
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

город Верхняя Салда
2022 год

Приложение 2

План программы « Укрепление здоровья работников на 2023-2028 годы в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 6

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Ответственные исполнители	Отчет об исполнении
1	2	3	4	5
Организационные мероприятия				
1.1	Проведение анкетирования в организациях, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников	До 01.01.2023 г.	Специалист по ОТ, Педагог-психолог	
1.2	Разработка программы по укреплению здоровья на рабочем месте, для организации, разработка плана реализации мероприятий	До 01.12.2022	Директор, Специалист по ОТ	
1.3	Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни	Постоянно , в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, спец. по ОТ	
1.4.	Организация контроля за проведением инструктажа персонала с целью предупреждения случаев гибели и травматизма, выдача инструкций по охране труда по профессиям и видам выполняемых работ, ознакомление с должностными инструкциями, результатами проведения СОУТ	Постоянно , в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
1.5.	Организация контроля за проведением периодических медицинских осмотров работников организаций , диспансеризации, иммунизации.	Постоянно , в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, спец.по ОТ зав.хозяйством	
«Медицинские мероприятия» «Формирование медицинской активности работников»				
2.1	Вакцинация.	По плану вакцинации	Директор, спец.по ОТ зав.хозяйством	

1	2	3	4	5
2.2.	Медицинские осмотры Предварительные и периодические осмотры	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, спец.по ОТ зав.хозяйством	
2.3.	Диспансеризация, иммунизация	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, спец.по ОТ зав.хозяйством	
2.4.	Добровольное медицинское страхование (ДМС)	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, спец.по ОТ зав.хозяйством	
2.5.	Организация «Уголка здоровья» - места для самостоятельного контроля (тонометр, напольные весы, сантиметровая лента) показателей факторов риска здоровья (артериальное давление, масса тела, окружность талии)	До 01.01.2023 г.	Директор, спец.по ОТ зав.хозяйством	
2.6.	Оформление стенда «Сохраним здоровье коллектива» с размещением информационных материалов по популяризации ЗОЖ, профилактике инфекционных заболеваний, рекомендациями врачей и др.	Ежемесячно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
2.7.	Организация для сотрудников информационных встреч, «школ здоровья» по коррекции факторов риска заболеваний с привлечением медицинских специалистов. Проведение индивидуальных консультаций врача с сотрудниками трудового коллектива.	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
2.8.	Проведение тематических информационно-коммуникационных кампаний для сотрудников трудового коллектива: - в рамках Всемирных и Международных дат Всемирной организации здравоохранения: - Всемирный день борьбы против рака (февраль); - Всемирный день здоровья (апрель); - Всемирный день без табака (май); - Всемирный день сердца (сентябрь); - Всемирный день борьбы с инсультом (октябрь); - Всемирный день борьбы против хронической обструктивной болезни легких (ноябрь) и др; - тематические рассылки по всем существующим корпоративным каналам связи, проведение викторин, конкурсов мотивационных плакатов по темам антитабачной, антиалкогольной направленности, физической активности, здорового питания; - использование информационного портала «ЗОЖ55» для информирования сотрудников по вопросам сохранения здоровья	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ Ответственный за ведение сайта	

1	2	3	4	5
	«Создание здоровьесберегающих условий на рабочем месте» «Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие «здоровой» производственной среды, эргономика (здоровые рабочие места)»			
3.1	Проведение инструктажа персонала, с целью предупреждения несчастных случаев, причиной которых является производственный травматизм, инактивность и вредные факторы, требование от работника соблюдения требований охраны труда на рабочем месте, в случае несоблюдения и нарушения этих требований привлекать работника к дисциплинарной и материальной ответственности в порядке, установленном Трудовым кодексом РФ, и иным действующим законодательством.	По мере необходимости, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
3.2.	Мероприятия по повышению комфорта рабочей среды (изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания, пр.)	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
3.3.	Мероприятия по охране и безопасности труда (контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда) обеспечение безопасности и здоровья работников на рабочих местах; наблюдение за состоянием сотрудников во время периода распространения гриппа, коронавирусной инфекции и др.	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
3.4.	Проведение специальной оценки условий труда, выявление профессиональных рисков, работа по устранению выявленных факторов; использование устройства, оборудования и различные системы, обеспечивающие дистанционную видео-, аудио- или иную фиксацию процессов производства работ, выполнения трудовых функций работниками на рабочих местах, и хранить полученную информацию.	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР), представитель ПО зав.хозяйством, спец. по ОТ	
3.5.	Организация мест питания, обеспечение чистой питьевой водой и др.;	До 01.01.2023	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством,	
3.6.	Обеспечение работников средствами индивидуальной защиты, обеззараживающими и обезвреживающими средствами;	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством,	
3.7.	Информирование работников, в том числе проведение инструктажа, с целью предупреждения случаев инвалидности, причинами которой являются производственный травматизм и вредные производственные факторы	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
3.8.	Обучение работников основам оказания первой помощи в организации, использованию средств индивидуальной защиты, неукоснительному выполнению требований по охране труда, соблюдению правил личной гигиены и производственной санитарии	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
3.9.	Организация субботников, озеленение и благоустройство территории организации, в физического труда на свежем воздухе.	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством,	

1	2	3	4	5
4	«Формирование у работников мотивации и личной ответственности за сохранение здоровья»			
4.1.	« Повышение физической активности»			
4.1.1	Оценка уровня физической активности и тренированности работников.	До 01.01.2023	Директор, зам.директора по УВР (ВР), спец. по ОТ зав.хозяйством учитель физ.культуры	
4.1.2	Организация условий, способствующих повышению физической активности сотрудников (мероприятие - «Движение - жизнь!»)	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры	
4.1.3	Организация на базе учреждения пространства для занятия спортом (спортзал, площадка для выполнения физических упражнений).	До 01.04.2023	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры	
4.1.4	Бонусы сотрудникам, посещающим спортивные занятия в фитнесцентрах, бассейнах или иных спортивных секциях, танцевальных залах. Совместное посещение бассейна, боулинга, спортивного зала, лыжной прогулки и др.	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры	
4.1.5	Организация и проведение производственной гимнастики, ежедневных физкультминуток «Вдох глубокий. Руки шире!»	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры	
4.1.6	Проведение корпоративных спортивных мероприятий с привлечением профсоюзной организации: «Спортивная семья», «Активная неделя!», «Неделя физической активности»	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры	

1	2	3	4	5
4.1.7	Проведение ежеквартального соревнования «Шаги к здоровью» на самое активное подразделение, с использованием каждым сотрудником приложения Шагомер, позволяющего оценить его активность в течение дня.	Ежеквартально, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры	
4.2.	«Рациональное питание»			
4.2.1	Организация на базе школы мест для приема пищи сотрудников с информационным уголком «Принципы рационального питания».	До 01.01.2023	Директор, зав.хозяйством	
4.2.2	Организация условий, способствующих регулярному сбалансированному питанию сотрудников (мероприятие - «Здоровое питание по вкусу!»)	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зав.хозяйством	
4.2.3	Обеспечение сотрудников чистой питьевой водой в соответствии с нормами ежедневного потребления (кулер).	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зав.хозяйством	
4.2.4	Информирование сотрудников о пищевой и энергетической ценности блюд, способствуя осознанному выбору. Описание: для мероприятий образовательного характера приглашаются эксперты в области питания (врач-диетолог, специалист по здоровому образу жизни или др.) для проведения лекций, мастер-классов и семинаров на тему: «Здоровое питание: сложно или просто?!», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин» и др.	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры, учитель ОБЖ	
4.2.5	Проведение корпоративных мероприятий с привлечением профсоюзной организации: «Конкурс здоровых рецептов», «Здоровый перекус!»	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры, представитель ПО	
4.2.6	Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством учитель физ.культуры, представитель ПО	

1	2	3	4	5
4.2.7	Материальное стимулирование работодателем снижения лишнего веса сотрудников (по достижению и закреплению результата)	Ежемесячно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор	
4.3 «Профилактика потребления табака»				
4.3.1	Исключение «мест для курения». Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение.	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец.по ОТ	
4.3.2	Оформление мест общего пользования (туалеты, лестницы, коридоры) детекторами дыма - для осуществления контроля за соблюдением запрета курения на предприятии	До 01.03.2023	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
4.3.3	Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории учреждения информационными материалами о вреде курения	До 01.02.2023	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
4.3.4	Организация условий, способствующих отказу от табакокурения (мероприятия - «Без табачного дыма», проекты «Спасибо, что вы здесь не курите», «Моя профессия не терпит табака»)	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством, спец. по ОТ	
4.3.5	Материальное стимулирование работодателем отказа от курения (по достижению и закреплению результата)	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством	
4.4 «Снижение потребления алкоголя»				
4.4.1	Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным употреблением алкоголя.	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством Медицин.работники	
4.4.2	Организация безалкогольных корпоративных мероприятий	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством	
4.4.3	Организация и проведение информационно-коммуникационных кампаний по повышению осведомленности в отношении алкоголя	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством Медицин.работники	

1	2	3	4	5
4.4.4	Организация тестирования работников на потребление алкоголя	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам. директора по УВР (ВР) зав. хозяйством, педагог-психолог	
4.5	« Создание комфортного психологического климата в коллективе»			
4.5.1	Меры, меняющие поведение работников индивидуальное (персональное) консультирование, тренинги, в т.ч. по профессиональному выгоранию, сплочённости, по снижению избыточного веса тела, по изменению питания, питьевого режима и технике дыхания, по повышению физической активности, по управлению персональным временем (тайминг) и др.	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Спец. по ОТ Педагог-психолог	
4.5.2	Организация тренингов по психоэмоциональному выгоранию	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Спец. по ОТ Педагог-психолог	
4.5.3.	Организация и проведение корпоративных мероприятий (выезды коллектива на природу)	По плану	Старший воспитатель Уполномоченный по охране здоровья	
4.5.4	Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практическую деятельность по изменению образа жизни (призовой фонд: частичная компенсация путевок, частичная компенсация абонемента в фитнес-клуб/спортзал и пр.)	Постоянно, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Заведующий	
5	Проведение мероприятий по популяризации здорового образа жизни (ЗОЖ)			
5.1.	Проведение круглых столов, собеседований. «Кружки здоровья» — открытые встречи с руководством (в индивидуальном или групповом формате), для обсуждения вопросов и проблем создания благоприятной среды. Темы для обсуждения: уровень рабочей нагрузки, возможность влияния на рабочий процесс, создание условий для взаимоподдержки, оптимальный режим труда и отдыха, создание благоприятного внутреннего климата	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зам. директора по УВР (ВР) зав. хозяйством Спец. по ОТ Педагог-психолог	

1	2	3	4	5
5.2.	<p>Проведение Дня/Недели/Месяца психоэмоционального здоровья. Мероприятия (семинары или мастер-классы) на «Дне здоровья»: управление стрессом; здоровый сон и управление утомляемостью; преодоление депрессии; горе и потеря: как пережить потерю в жизни; синдром хронической усталости и его профилактика; простые изменения, большие награды: простое руководство для счастливой жизни; как победить беспокойство и стресс на работе; позитивная психология: использование силы счастья, осознанности и внутренней силы.</p>	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	<p>Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством Спец. по ОТ Медицин.работники Педагог-психолог</p>	
5.3.	<p>Проведение конкурсов «Лучший видеоролик», «Лучший слоган», «Лучший плакат», «Лучший сценарий агитвыступления», посвященных пропаганде здорового образа жизни, а также конкурсов «Рецепт мужского долголетия», «Рецепт женского здоровья», в которых участникам необходимо подготовить информационные материалы своих «рецептов здоровья и долголетия».</p>	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	<p>Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством Спец. по ОТ Медицин.работники Педагог-психолог</p>	
5.4.	<p>«Здоровый образ жизни для меня - это ...» продвижение приоритетов здорового образа жизни в информационнотелекоммуникационной сети «Интернет». Участниками данного проекта являются лица не только ведущие активный образ жизни, но и вовлекающие в него своих близких, друзей, коллег и т.д.</p>	По плану, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	<p>Директор, зам.директора по УВР (ВР) зав.хозяйством Спец. по ОТ Медицин.работники</p>	
5.5.	<p>Организация активного отдыха работников и членов их семей.</p>	Постоянно в рамках реализации 2023-2028 г.г.	<p>Заведующий Старший воспитатель</p>	
6	Мониторинг программы			
6.1.	<p>Повторное скрининг-тестирование основных показателей состояния здоровья сотрудников или повторное анкетирование сотрудников на выявление/снижение уровня факторов риска развития неинфекционных заболеваний и приверженности ЗОЖ</p>	По итогам каждого полугодия, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	<p>Директор, зам.директора по УВР (ВР), психолог зав.хозяйством Спец. по ОТ</p>	
6.2.	<p>Учет количества мероприятий программы, внедренных работодателем в практику деятельности учреждения (в процентном соотношении к мероприятиям, предложенным в программе)</p>	По итогам каждого года, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	<p>Директор, зам.директора по УВР (ВР), психолог зав.хозяйством, спец. по ОТ</p>	

1	2	3	4	5
6.3.	Учет количества дней временной нетрудоспособности сотрудников трудового коллектива (в процентном соотношении к данным предыдущего периода (12 месяцев))	По итогам каждого года, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор, зав.хозяйством, спец. по ОТ	
6.4.	Наличие утвержденной программы «Укрепление здоровья работников на 2023-2028 в МБОУ СОШ № 6», разработанной с учетом условий предприятия, организации, размещенной в открытом доступе.	До 01.01.2023	Директор, зав.хозяйством, спец. по ОТ	
6.5.	Промежуточная оценка результатов (оценивается уровень заболеваемости коллектива и эффективность реализуемых мероприятий) Корректировка мероприятий по результатам мониторинга уровня заболеваемости и распространенности факторов риска ХНИЗ. Выбор направления/блока программы, который в следующем периоде будет приоритетным, разработка мероприятий в соответствии с выбранным блоком и реализация в последующий период	По итогам каждого полугодия, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор,зам.директора по УВР (ВР), психолог зав.хозяйством Спец. по ОТ	
6.6.	Контроль за соблюдением мероприятий в рамках настоящей программы и координация обратной связи по результатам ее деятельности	По итогам каждого года, в рамках реализации 2023-2028 г.г.	Директор,зам.директора по УВР (ВР), психолог зав.хозяйством	

