



Модельные корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников субъектов Российской Федерации в 2021 г.

Физическая активность (ФА)

1. ЯНАО: МО Г. МУРАВЛЕНКО, ГБУЗ ЯНАО «МУРАВЛЕНКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ БОЛЬНИЦА»

Название программы: «Повышение физической активности».

Цель: Формирование здорового образа жизни, сохранение и улучшение состояния здоровья работников.

Задачи:

1. Мониторинг состояния здоровья работников (профилактические осмотры).
2. Оценка уровня физической активности и тренированности работников.
3. Формирование мотивации работников на повышение двигательной активности.
4. Разработка перспективных мероприятий по повышению физической активности и укреплению здоровья сотрудников учреждения.
5. Развитие и сохранение трудового потенциала работников, реализация ими своих способностей, формирование и сохранение профессионального здоровья, профессионального долголетия.
6. Популяризация здорового образа жизни среди медицинских работников, как пример для общества.

Механизм реализации и мероприятия:

В 2020 году внедрение корпоративной программы проводилось в рамках пилотного проекта.

Проведено анкетирование сотрудников по вопросам информированности и оценке уровня физической активности.

Проведено 6 ознакомительных мастер-классов для сотрудников в разных спорткомплексах города (ознакомление со спортивными секциями для взрослого населения и вовлечение трудового коллектива в массовый спорт)

Проведено 2 спортивных мероприятия по легкой атлетике, плаванию, 5 человек успешно прошли испытания ГТО.

При закрытых спортивных залах работники занимались физкультурой на свежем воздухе (легкая атлетика, велотренировки, ходьба, лыжи).

Индикаторы результатов:

- доля сотрудников, которые ознакомились с информационными материалами о ЗОЖ, размещенными на территории организации;



Модельные корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников субъектов Российской Федерации в 2021 г.

- доля работников, участвующих в оценке уровня физической активности и тренированности работников;
- доля работников с низким уровнем физической оценки;
- доля работников с низким уровнем тренированности;
- доля сотрудников, поддерживающих корпоративную политику здорового образа жизни.

Результаты:

- доля сотрудников, которые ознакомились с информационными материалами о ЗОЖ, размещенными на территории организации – 85%
- доля работников, участвующих в оценке уровня физической активности и тренированности работников – 53%
- доля работников с низким уровнем физической оценки – 62%
- доля работников с низким уровнем тренированности – 21%
- доля сотрудников, поддерживающих корпоративную политику здорового образа жизни – 46%.

2. ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ ФГБНУ «НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ПРОБЛЕМ ЗДОРОВЬЯ СЕМЬИ И РЕПРОДУКЦИИ ЧЕЛОВЕКА»

Название: «Стартуем вместе!»

Цель: увеличить охват сотрудников, вовлеченных в занятия физкультурой и спортом, с 30% до 70%.

Задачи:

1. Выявление работников с недостаточным уровнем физической активности для вовлечения в мероприятия по повышению физической активности;
2. Стимулирование работников к повышению уровня физической активности посредством участия в командно-спортивных мероприятиях;
3. Повышение информированности сотрудников о пользе физической активности и мотивации к повышению уровня физической активности;
4. Снятие напряжения, стресса, снижение утомляемости, профилактика производственного травматизма в течение рабочего дня;
5. Стимулирование и мотивация работников к повышению уровня физической активности посредством мобильных приложений.

Механизмы реализации и мероприятия:

- Информационно-коммуникационный компонент (информирование сотрудников о начале и реализации программы «Стартуем вместе!», создание единого электронного



Модельные корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников субъектов Российской Федерации в 2021 г.

пространства с базой материалов профилактической направленности о пользе физической активности, организация общего чата для оперативного взаимодействия и обратной связи сотрудников в мессенджере);

- образовательный компонент (раздача сотрудникам коллектива памятки «Движение продлевает жизнь», оформление стенда с размещением информационных материалов по популяризации здорового образа жизни и профилактике заболеваний, проведение лекций и мастер-классов с привлечением сотрудников ОГБУЗ «ИОЦОЗМП» и специалистов прочих медицинских организаций Иркутской области);
- спортивный компонент (проведение физкультур-брейков, лыжная гонка, скандинавская ходьба, соревнования по волейболу и настольному теннису, велопробег)
- мониторинг (ежеквартальный) и итоговая оценка результатов;

Результаты

1 квартал 2021 г. – 40 % сотрудников вовлечены в занятия физкультурой и спортом;

1 полугодие 2021 г. – 50 %;

9 месяцев 2021 г. – 60%

12 месяцев 2021 г. – 70%