

2022

КОРПОРАТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ



Здоровое место работы

Здоровое место работы - это место, где работники и менеджеры постоянно сотрудничают в совершенствовании охраны и укрепления здоровья, безопасности и благополучия всех работающих, способствуют совершенствованию рабочего места в процессе решения основных проблем, определённых ВОЗ:

1. Здоровье и безопасность в физической производственной среде.
2. Здоровье, безопасность и благополучие в психосоциальной производственной среде, включая организацию труда и культуру рабочего места.
3. Личный потенциал здоровья работника на рабочем месте.
4. Способы участия в совместной работе по улучшению здоровья работающих, их семей и других членов сообщества.

Корпоративные программы укрепления здоровья работников создаются и реализуются в рамках регионального проекта Пермского края «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)», являющегося региональной составляющей одноименного федерального проекта и национального проекта «Демография».

ГБУЗ ПК «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» может выступить партнером в реализации Вашей корпоративной программы.

В случае заключения соглашения о разработке и внедрении корпоративной программы укрепления здоровья работников Вам гарантированы:

- методическая поддержка в подготовке и внедрении корпоративной программы «Укрепление здоровья работающих»;
- организация проведения комплексного обследования сотрудников предприятия на выявление факторов риска неинфекционных заболеваний с привлечением мобильных комплексов;
- содействие в организации и проведении школ здоровья очного и дистанционного формата;
- содействие в проведении информационно-коммуникационных мероприятий;
- предоставление информационного контента по профилактике факторов риска неинфекционных заболеваний и позиционированию ЗОЖ.



1. Планирование корпоративных программ

1.1 Определить состав рабочей группы по разработке КП:

Рабочая группа формируется из заинтересованных в реализации программы лиц:

- службы управления персоналом;
- службы охраны и безопасности труда;
- медицинской службы;
- профсоюза работников;

Рабочей группе необходимо определить ресурсы для внедрения программы, с учетом потребностей и возможностей организации:

- формирование кадровых ресурсов, их компетентность, инициативность;
- анализ имеющихся возможностей организации по формированию здоровьесберегающей среды, способствующих здоровому образу жизни;
- анализ имеющихся и определение новых методов мотивации работников на участие в мероприятиях корпоративной программы;
- проведение необходимых организационных изменений в соответствии с планом мероприятий;
- согласование с ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» ключевых показателей эффективности программы (КПЭ);

1.2 Проведение вводного анкетирования

Анкетирование проводится на базе двух опросников: для работодателей и для работников.

Опросник для работодателей дает общую оценку ситуации, понимание приоритетов и возможностей работодателя в реализации программ, направленных на укрепление здоровья.

Опросник для работников направлен на углубленную оценку потребностей организации в реализации корпоративной программы и разработки целевой программы, максимально ориентированной на потребности конкретного предприятия.

Кроме того, результаты опроса могут стать стартовыми значениями ряда целевых индикаторов эффективности программы: например, отношения работников к собственному здоровью, мотивации, ведения здорового образа жизни.

1.3 Скрининговое обследование работников в Центре здоровья

Обследование направлено на выявление факторов риска развития неинфекционных заболеваний у сотрудников, приверженности к ЗОЖ для последующего выбора приоритетных направлений корпоративной программы.

Объем исследований в мобильном центре здоровья включает:

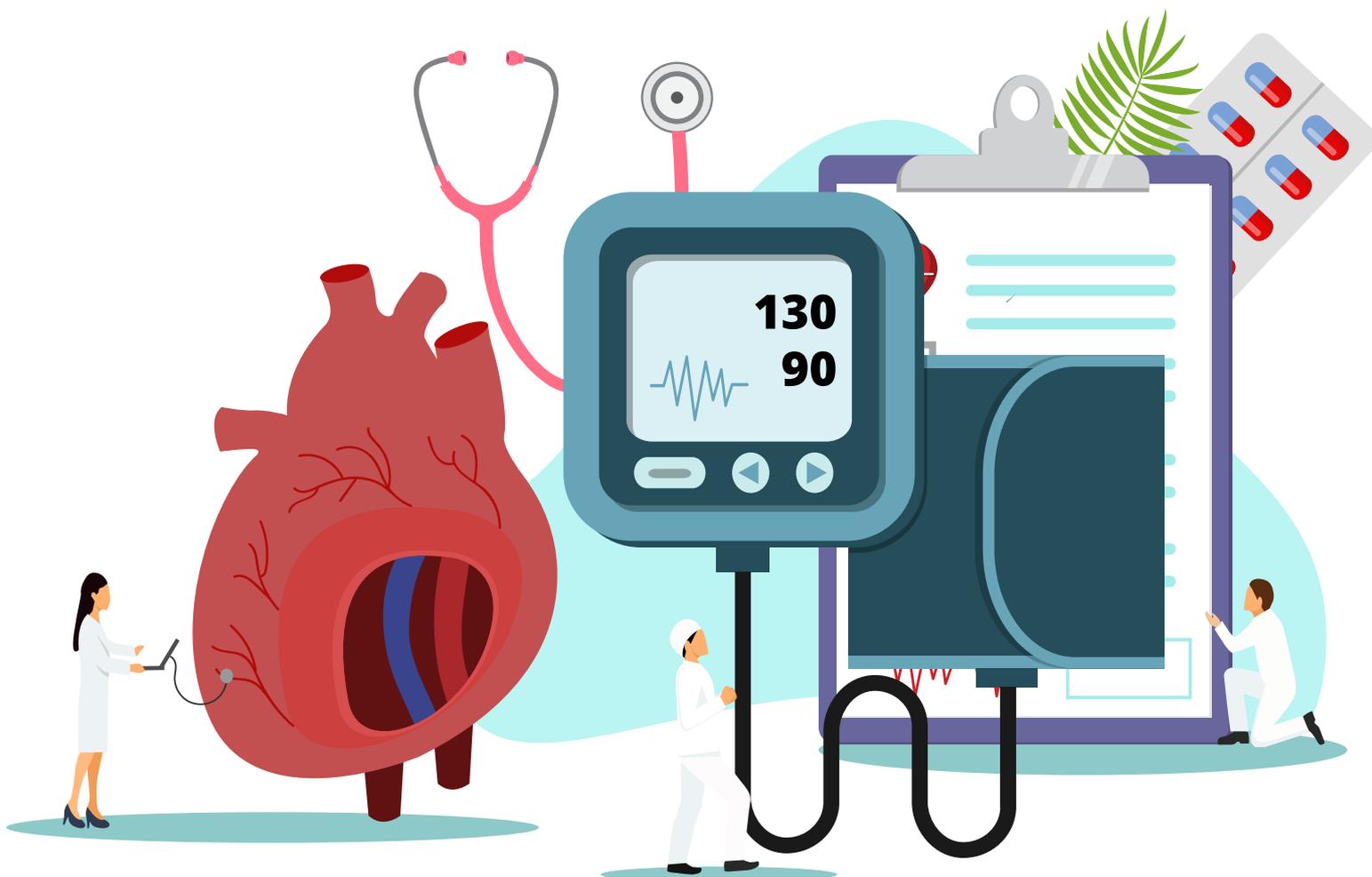
- Измерение роста, веса, расчет индекса массы тела;
- Измерение АД;
- Определение состояния сердечно-сосудистой («кардиовизор» на основе ЭКГ со стандартных отведений) и дыхательной системы (спирометрия);
- Определение уровня сахара и холестерина в крови (экспресс-методом);
- Определение сердечно-сосудистого риска по шкале SCORE;

- Измерение внутриглазного давления;
- Определение состава тела: удельный вес жировой, костно-мышечной массы и воды в организме (по показаниям: при ИМТ 25-30 кг/м²);
- Измерение уровня угарного газа в выдыхаемом воздухе (для курящих);
- Пульсоксиметрия;
- Краткое профилактическое консультирование терапевта по выявленным факторам риска.

По завершении обследования выдается «Карта здорового образа жизни» с оценкой состояния здоровья пациента и даются рекомендации по вопросам ведения здорового образа жизни, включая рекомендации по рациональному питанию, двигательной активности, занятиям физической культурой и спортом, режиму сна, труда и отдыха, психогигиене и управлению стрессом, профилактике факторов риска развития неинфекционных заболеваний, ответственному отношению к своему здоровью и здоровью членов своей семьи, принципам ответственного родительства.

1.4 Обобщение данных

На основании анкетирования и/или скрининг-обследования, формируется паспорт Программы, отражающий цель и задачи Программы, исходный уровень состояния здоровья работников, социальную политику организации, в т.ч систему мотивации к ведению ЗОЖ.



2. Разработка рабочего плана мероприятий

Формирование мероприятий для реализации в соответствии с выбранными стратегиями, назначение ответственных лиц, определение ресурсов на каждое мероприятие.

Планируемые мероприятия могут быть сгруппированы по целевым группам, приоритетам, целям и пр.

3. Мониторинг и оценка эффективности программы

Мероприятия по проведению мониторинга и оценки должны быть включены в план мероприятий.

Оценка эффективности программы проводится на основе соответствия данных анкетирования коллектива, скринингового обследования сотрудников на момент начала внедрения корпоративной программы и через 1 год (12 месяцев), ключевым показателям эффективности. Кроме того КПЭ отражают информированность о здоровом образе жизни и факторах риска НИЗ, создание здоровьесберегающих условий и характеристики системы мотивации.



ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» оказывает методическую поддержку на каждом этапе разработки и внедрения корпоративной программы укрепления здоровья работающих.

Врачи по медицинской профилактике предоставляют возможность доступа к анкетированию, а специалисты центра здоровья организуют ежегодное комплексное скрининговое обследование сотрудников организации на рабочем месте.

Очные образовательные мероприятия

Врачи по медицинской профилактике проведут лекции, беседы, мастер-классы, интерактивы и семинары по модулям корпоративной программы.

Информационно-методическое сопровождение участия в мероприятиях Всемирных дней ВОЗ: День борьбы с туберкулезом, День без табака, День сердца, День борьбы с РМЖ, День борьбы со СПИДом.

Информационно-методическое сопровождение кампании по повышению уровня знаний работников по вопросам правильного питания: Мастер-класс «Я то, что я ем».

Интерактив «Здоровое питание», «Дефицитные состояния», «Клетчатка – важная составляющая рациона человека», «Собираем полезную продуктовую корзину».

Информационно-методическое сопровождение мероприятий по повышению двигательной активности: мастер-класс «Производственная гимнастика», «Самоконтроль».

Информационно-методическое сопровождение кампании по повышению осведомленности работников о вреде алкоголя: Мастер класс «Какая существует альтернатива алкоголю?»; Интерактив «вопрос-ответ».

Информационно-методическое сопровождение кампании по повышению осведомленности работников о вреде курения: Мастер-класс «Курить или не курить?» (только для курящих работников); интерактив «вопрос-ответ».

Дистанционные образовательные мероприятия

Слушателям предлагается рассылка текстовых и видеоматериалов с формой обратной связи для участников (анкета). Обсуждение вопросов, заинтересовавших слушателя, проводится в формате онлайн ответов по итогам анализа анкет обратной связи.

Информационная кампания

Центр окажет методическую поддержку при организации информационно-профилактических акций, обеспечит тематическим видеоконтентом для размещения в корпоративных сетях, предоставит дизайн-макеты листовки и плакатов.

ГБУЗ ПК ЦОЗМП реализует проект «Врачебный десант»

Цель проекта

Увеличение доли лиц среди работающих на предприятии, ведущих здоровый образ жизни.

Задачи проекта:

- Повышение информированности среди работающего населения по вопросам профилактики основных неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития, о первых признаках заболеваний и жизнеугрожающих состояний;
- Повышение осведомленности и приверженности профилактическим мероприятиям (диспансеризация, профилактические медицинские осмотры, обследование в центре здоровья, кабинете раннего выявления онкологических заболеваний);
- Развитие практических навыков по повышению ответственности за свое здоровье (вычисление индекса массы тела, измерение артериального давления, составление сбалансированного рациона, самообследование молочных желез, кожных покровов);
- Увеличение числа лиц трудоспособного возраста, охваченных профилактическими мероприятиями (диспансеризация, профилактические медицинские осмотры, обследование в центре здоровья, кабинете раннего выявления онкологических заболеваний).



ВРАЧЕБНЫЙ ДЕСАНТ

Сценарный план проведения мероприятия проекта «Врачебный десант»

Название мероприятия	Теоретическая часть		Практическая часть	
	Наполнение	Ответственные	Наполнение	Ответственные
Врачебный десант. Против рака	Проведение лекции «Факторы риска возникновения рака», «Возможности ранней диагностики», «Первые признаки»; Трансляция заранее снятого видеоролика «Выявление рака видимых локализаций» (врачи дерматолог, стоматолог, гинеколог)	Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»	Работа выездного кабинета раннего выявления онкологических заболеваний (по согласованию); Работа центра здоровья (по согласованию); Мастер-класс по само-обследованию молочных желез с демонстрацией наглядного материала	Медицинская организация, имеющая в своем составе кабинет раннего выявления (по согласованию); ГБУЗ ПК «ЦОЗМП», включая филиалы; Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»
Врачебный десант. Против гипертонии	Проведение лекции «Факторы риска развития гипертонии», «Первые признаки жизнеугрожающих состояний, помощь при них»	Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»	Работа центра здоровья (по согласованию); Мастер-класс по измерению артериального давления с использованием стационарного аппарата; Викторина от волонтеров-медиков; Мастер-класс «Собери пирамиду питания»	ГБУЗ ПК «ЦОЗМП», включая филиалы Организации-партнеры (по согласованию); ВОД «Волонтеры-медики»; Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»
Врачебный десант. Против гриппа и ОРВИ	Проведение лекции «Профилактика сезонных заболеваний», «Вакцинопрофилактика»	Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»	Работа выездной прививочной бригады (по согласованию)	Медицинская организация (по согласованию)
Врачебный десант. Против вредных привычек	Проведение лекции «Независимость – ключ к свободной жизни!»	Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»	Проведение анкетирования на выявление склонности к злоупотреблению алкоголем; Демонстрация органов человека, пораженных при употреблении алкоголя, курении, наркотиков; Демонстрация интерактивного музея	Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»; Организация-партнер (по согласованию)
Врачебный десант. Против стресса	Проведение беседы о стрессе, как о факторе риска возникновения хронических неинфекционных заболеваний; Лекция «Вредные привычки (неправильное питание, алкоголь, курение) – не метод борьбы со стрессом»	Специалисты ГБУЗ ПК «ЦОЗМП»	Проведение мастер-классов по повышению стрессо-устойчивости (дыхательные гимнастики, другие практики)	ВОД «Волонтеры-медики», организации-партнеры (по согласованию)
Врачебный десант. Первая помощь	Демонстрация презентации	ВОД «Волонтеры-медики»	Проведение мастер-класса «Оказание первой помощи» в различных ситуациях с использованием наглядного пособия	ВОД «Волонтеры-медики»