



АГЕНТСТВО ПО ТРУДУ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ
САХАЛИНСКОЙ
ОБЛАСТИ

Областное совещание по охране труда – 2020
«Охрана труда – дело каждого»

Корпоративные программы укрепления здоровья: трудовое долголетие работников

*Ведущий советник - государственный эксперт по условиям труда
управления государственной экспертизы условий и охраны труда
Ногина Светлана Викторовна*

г. Южно – Сахалинск, 25.08.2020



Национальный проект «Демография» (01.01.2019 - 31.12.2024)

Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья»

Разработка и внедрение программ укрепления здоровья на рабочем месте (корпоративных программ укрепления здоровья)

Реализуемые мероприятия	Сроки исполнения
Для работодателей разработаны модельные корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников	до 15.08.2019
Внедрены корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников, в 8 пилотных регионах. В указанные программы включено не менее 3,2 млн. работников	до 15.11.2020
Проведена оценка необходимости внедрения дополнительных решений в модельные корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников	15.11.2021
Внедрены корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников в 85 субъектах Российской Федерации. В указанные программы включено не менее 33,2 млн. работников	15.06.2022
Проведена оценка и внедрены актуализированные модельные корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья работников	15.12.2024

Региональная программа «Укрепление общественного здоровья населения Сахалинской области на 2020 - 2024 годы»

Утверждена распоряжением Правительства Сахалинской области от 27.02.2020 № 97-р

ПОКАЗАТЕЛИ И ИНДИКАТОРЫ ПРОГРАММЫ

Наименование показателя	Базовое значение	Период, год				
		2020	2021	2022	2023	2024
Число работников, включенных в модельные корпоративные программы, содержащие наилучшие практики по укреплению здоровья	0	10000	20000	30000	40000	50000
Смертность мужчин в возрасте 16 - 59 лет, на 100 тысяч человек	900,6	793,2	751,6	716,1	685,5	644,2
Смертность женщин в возрасте 16 - 54 лет, на 100 тысяч человек	245,8	237,1	233,6	230,1	225,4	220,7
Доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, %	48,3	42	50,4	52,5	54,7	56,7
Розничные продажи алкогольной продукции на душу населения (в литрах этанола), л 100% спирта	9,8	9,4	9,3	9,1	9,0	8,9

С региональной программой можно ознакомиться на сайте ГБУЗ «Сахалинский областной центр медицинской профилактики» <https://socmp.sakhalin.gov.ru/>:
Главная/Региональная программа Сахалинской области «Укрепление общественного здоровья»



Муниципальные программы укрепления общественного здоровья на 2020 - 2024 годы

2020 год

**городские округа «Город Южно-Сахалинск»,
«Долинский», Корсаковский и Холмский городские округа**

2021 год

**городские округа «Охинский» и Ногликский,
Невельский и Анивский городские округа**

2022 год

Углегорский, Тымовский и Поронайский городские округа

2023 год

**Томаринский и Макаровский городские округа, городские
округа «Смирныховский» и «Александровск-Сахалинский
район»**

2024 год

**Южно-Курильский, Северо-Курильский и
Курильский городские округа**



АГЕНТСТВО ПО ТРУДУ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ
САХАЛИНСКОЙ
ОБЛАСТИ

Корпоративные модельные программы укрепления здоровья

С модельными программами и библиотекой корпоративных программ можно ознакомиться по ссылке:

Официальный сайт Минздрава России: Главная/Полезные ресурсы/Национальные проекты «Здравоохранение» и «Демография»/Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья»

<https://minzdrav.gov.ru/poleznye-resursy/natsproektzdravooхранenie/zozh>



*Практики и методика
оценки результатов
реализации программы*

*Приведены цели, механизм
реализации, мероприятия и
результаты 50
корпоративных программ*



Портал о правильном питании, ЗОЖ и избавлении от зависимостей (более 85 тестов, калькуляторы калорий, индекса массы тела и оптимального веса и др.):

Официальный сайт Минздрава России: Главная/ Полезные ресурсы / Портал «Здоровая Россия»

<http://www.takzdorovo.ru>



Направления корпоративных модельных программ укрепления здоровья

Практики корпоративных программ по направлению:
«ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА»



16 из 97

Практики корпоративных программ по направлению:
«СНИЖЕНИЕ ПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ С ВРЕДНЫМИ ПОСЛЕДСТВИЯМИ»



34 из 97

Практики корпоративных программ по направлению:
«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ И РАБОЧЕЕ МЕСТО»



Практики корпоративных программ по направлению:
«ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ»



Практики корпоративных программ по направлению:
«СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ»



65 из 97

65



Здоровое питание и рабочее место

Варианты сообщений по здоровому питанию

3.11 Сообщение 1 Оптимальный завтрак

Самый важный прием пищи – это завтрак! Никогда не пренебрегайте завтраком. Завтрак должен быть в течение первого часа с момента пробуждения!

Самый оптимальный вариант для завтрака – это каша, в ее составе много пищевой клетчатки, а это необходимо для активации моторики пищеварительного тракта. Лучший выбор – это каша из овсяных хлопьев, а еще лучше – из традиционных хлопьев Геркулес, дополненная ягодами, фруктами, орехами или сухофруктами.

Традиционную яичницу или омлет всегда дополняйте овощным салатом и зеленью

Употребляйте только обезжиренные или низкожировые молочные продукты: молоко, йогурт и кефир 0-2,5% жирности, творог 0-5%, сыр 4-17%, сметану 10-15%. В творог и йогурт целесообразно добавлять зелень, овощи, фрукты, ягоды, орехи или сухофрукты

Для утреннего бутерброда хлеб выбирайте из цельных злаков, можно и с добавлением семян или отрубей если используете сливочное масло, то количество его потребления должно быть ограничено – до 1 чайной ложки!

Используйте любую возможность добавить «полезной» клетчатки – посыпьте блюдо мелко нарезанной зеленью (укроп, петрушка, сельдерей, шпинат, руккола) или семенами кунжута, льна. порция утреннего напитка должна быть по объему больше обычной – не менее 250-300 мл!

Если не успели завершить завтрак приемом фрукта – обязательно сделайте это после обеда и ужина!

Сообщение 2 Овощи и фрукты в рационе здорового питания

Не менее 400 грамм овощей и фруктов следует потреблять ежедневно. Больше можно – меньше нельзя! 5 порций овощей и фруктов в день обеспечивают необходимое поступление в организм пищевой клетчатки, а еще – витаминов и антиоксидантов

В каждый основной прием пищи (завтрак, обед и ужин) употребляйте порцию овощей в виде салата с заправкой из растительного масла, овощного гарнира или несколько ломтиков сырых овощей (огурец, помидор, редис и др.)

На десерт выбирайте фрукты, сухофрукты или ягоды.

Отдавайте предпочтение фруктам, богатым пищевыми волокнами (яблоки, сливы, апельсины, персики, абрикосы, груши и ягоды);

Ягоды – самый оптимальный десерт! Ягоды имеют низкую калорийность, несут низкую гликемическую нагрузку при употреблении (имеют низкий гликемический индекс) и содержат большое количество пищевой клетчатки.

Источником пищевой клетчатки являются любые овощи, фрукты и ягоды: свежие, консервированные, замороженные, термически обработанные или сушеные!

22

Практики корпоративных программ по направлению:

«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ И РАБОЧЕЕ МЕСТО»



Сообщение 3 ТОП – 10 советов по ЗДОРОВОМУ ПИТАНИЮ

Всегда завтракайте! Самое оптимальное – это каша из хлопьев «Геркулес», любой фрукт и большая (250-300 мл) порция напитка.

Овощи и фрукты (не менее 400 г) потребляйте каждый день: 2 фрукта большого размера и 2 овощных блюда (салат, гарнир, рагу и др.).

Употребляйте рыбу не реже 2-х раз в неделю, а нежирные сорта красного мяса не чаще 2-3 раз в неделю.

Птица без кожи предпочтительнее мяса. Если есть выбор - выбирайте в качестве горячего блюда птицу или рыбу.

Молочные продукты (низкожировые или обезжиренные) потребляйте ежедневно 1-2 порции. Предпочтение отдавайте хлебобулочным изделиям из цельных злаков. Включайте блюда из зернобобовых и соев в рацион питания.

Исключите привычку «досаливания» уже приготовленной пищи и старайтесь как можно реже потреблять соленья и маринованные продукты.

Сахар используйте умеренно – не более 6 кусков или чайных ложек сахара в день. Кондитерским изделиям предпочитайте фрукты, ягоды, сухофрукты и орехи!

Будьте активны в течение дня, каждый день выполняйте 10 000 шагов!

Контролируйте массу тела и окружность талии ежемесячно!

Опросник привычек питания на соответствие рациону здорового питания

1. Сколько раз в течении дня Вы принимаете пищу?
3 основных приема пищи (завтрак, обед, ужин)

2. Как часто Вы завтракаете?
 ежедневно
 большинство дней в неделю
 2-4 раза в неделю
 только в выходные дни
 не завтракаю/редко, нет привычки

3. Досаливаете ли Вы уже приготовленную пищу?
 нет, не досаливаю
 да, предварительно пробуя
 да, не пробуя

4. Сколько кусочков и/или чайных ложек сахара (меда, джема, варенья и др.) Вы употребляете за день? **менее 12 в день**

5. Какой сорт хлеба Вы чаще употребляете:
 ржаной, с цельными злаками и/или с отрубями
 пшеничный
 не употребляю

6. Какой вид жира Вы используете в приготовлении пищи?

не использую
 растительное масло
 сливочное масло
 сало
 маргарин
 нутряной животный жир



7. Как часто Вы употребляете следующие продукты:

	не употребляю / редко	1-2 раза в месяц	1-2 раза в неделю	ежедневно / почти ежедневно
Овощи (кроме картофеля)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Фрукты, включая ягоды и сухофрукты	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Крупы	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Бобовые (фасоль, чечевица, горох, ма и др.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Картофель	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Макароны изделия	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Молоко, кефир, йогурт, творог	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Сметана, сливки	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Сыр	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Рыба	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Птица	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Мясо	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Мясокопасные изделия (колбасы, сосиски), мясные деликатесы (буженина, карбонат и др.) и субпродукты	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Соленья и маринованные продукты	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Сладости и кондитерские изделия (конфеты, варенье, печенье и др.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

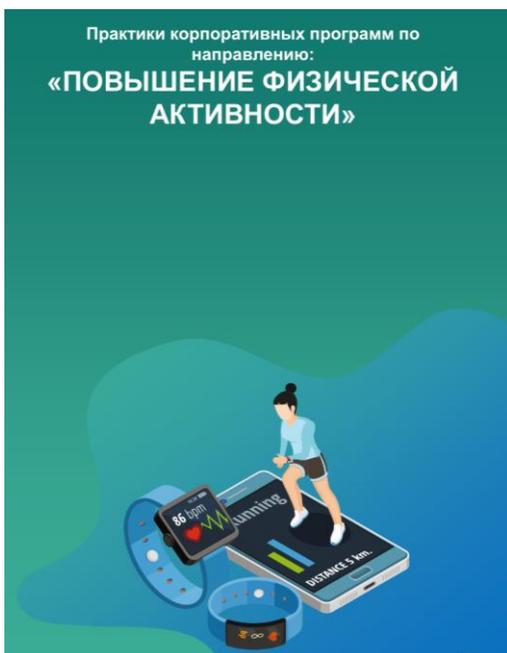
8. Укажите жирность наиболее часто используемых молочных продуктов

Молоко, кефир, йогурт	0 – 1,0%	1,2 - 2,5%	2,7 % и выше
Сметана, сливки	5 - 10%	10-15,0%	20% - 25% и выше
Творог	0 – 2,0%	2,0 – 5,0%	5,1% и выше
Сыр	4 – 8,09%	9,0 – 19,0%	20,0% и выше

*позиции ответов, соответствующие рациону здорового питания выделены зеленым фоном



Повышение физической активности



размещены на сайте Минспорта России:

<http://www.minsport.gov.ru/physical-culture/41/31578>

методическое пособие
«Производственная гимнастика
с учетом факторов трудового процесса»

обучающие видеоролики
с комплексами производственной
гимнастики



Глобальный опросник

ОСНОВНОЙ МОДУЛЬ: Физическая активность			
Сколько времени в неделю Вы обычно уделяете различным видам физической активности. Просьба ответить на эти вопросы даже если не считаете себя физически активным человеком. Ответ должен включать различные виды деятельности - работу, уход за домом и садом, передвижение с одного места на другое (связанное с использованием транспорта), а также активный досуг (в свободное от работы время или на отдыхе) или занятия спортом. Эту вступительную часть не следует пропускать. Активность на работе			
Вопросы	Ответ		Код
	Да Нет	1 Если нет, перейдите к Р 4	
1 Требуется ли Ваша работа высокоинтенсивной деятельности, при которой значительно учащается дыхание или пульс [например, поднятие тяжестей, земляные или строительные работы] непрерывно в течение, по меньшей мере, 10 минут?	Да Нет	1 Если нет, перейдите к Р 4	P1
2 Сколько дней в неделю Вы обычно занимаетесь высокоинтенсивной деятельностью на работе?	Количество дней	┌	P2
3 Сколько часов в день Вы обычно занимаетесь высокоинтенсивной деятельностью на работе?	Часы : минуты	┌┌ : ┌┌ часов минут	P3 (a-b)
4 Требуется ли Ваша работа среднеинтенсивной деятельности, при которой немного учащается дыхание или пульс [например, быстрая ходьба или поднятие небольших тяжестей] непрерывно в течение, по меньшей мере, 10 минут?	Да Нет	1 Если нет, перейдите к Р 7	P4
5 Сколько дней в неделю Вы обычно занимаетесь среднеинтенсивной деятельностью на работе?	Количество дней	┌	P5
6 сколько часов в день Вы обычно занимаетесь среднеинтенсивной деятельностью на работе?	Часы : минуты	┌┌ : ┌┌ часов минут	P6 (a-b)
Передвижение			
Следующие вопросы исключают физическую нагрузку на работе, о которой уже говорилось, а оценивают то, как Вы обычно передвигаетесь, например по пути на работу, в магазины, на рынок и др.			
7 Используете ли Вы ходьбу пешком или ездете на велосипеде непрерывно в течение не менее 10 минут в качестве средства передвижения?	Да Нет	1 Если нет, перейдите к Р 10	P7
8 Сколько дней в неделю Вы обычно ходите пешком или ездите на велосипеде непрерывно в течение не менее 10 минут?	Количество дней	┌	P8
9 Сколько часов в день Вы обычно уделяете ходьбе пешком или езде на велосипеде в день?	Часы : минуты	┌┌ : ┌┌ часов минут	P9 (a-b)
Активный досуг			
Следующие вопросы исключают деятельность, связанную с работой и передвижением, о которой уже говорилось ранее и оценивают занятия спортом, физическими упражнениями и активным досугом.			
10 Носят ли Ваши занятия спортом, физическими упражнениями или активным досугом высокоинтенсивный характер, при котором значительно учащается дыхание или пульс [например, бег или футбол] непрерывно в течение, по меньшей мере, 10 минут?	Да Нет	1 Если нет, перейдите к Р 13	P10
11 Сколько дней в неделю Вы обычно занимаетесь спортом, физическими упражнениями или активным досугом высокоинтенсивного характера?	Количество дней	┌	P11
12 Сколько часов в день Вы обычно занимаетесь спортом, физическими упражнениями или активным досугом высокоинтенсивного характера?	Часы : минуты	┌┌ : ┌┌ часов минут	P12 (a-b)
13 Носят ли Ваши занятия спортом, физическими упражнениями или активным досугом среднеинтенсивный характер, при котором немного учащается дыхание или пульс [например, быстрая ходьба, езда на велосипеде, плавание, волейбол] непрерывно в течение, по меньшей мере, 10 минут?	Да Нет	1 Если нет, перейдите к Р 16	P13
14 Сколько дней в неделю Вы обычно занимаетесь спортом, физическими упражнениями или активным досугом среднеинтенсивного характера?	Количество дней	┌	P14
15 Сколько часов в день Вы обычно занимаетесь спортом, физическими упражнениями или активным досугом среднеинтенсивного характера?	Часы : минуты	┌┌ : ┌┌ часов минут	P15 (a-b)



АГЕНТСТВО ПО ТРУДУ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ
САХАЛИНСКОЙ
ОБЛАСТИ

Библиотека корпоративных программ укрепления здоровья работников



АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО «ГИДРОСТРОЙ»
ПРОГРАММА: МЕДИКО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ
«РУБЕЖИ РОССИИ»

ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ:

СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ И ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСОКОПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ, КУЛЬТУРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ПОМОЩИ ЖИТЕЛЯМ ОШАЛЕННЫХ КУРИЛЬСКИХ ОСТРОВОВ, ЗАКРЕПЛЕНИЯ И РОСТА НАСЕЛЕНИЯ НА СТРАТЕГИЧЕСКИ ВАЖНЫХ ВОСТОЧНЫХ РУБЕЖАХ РОССИИ.

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ И МЕРОПРИЯТИЯ



- ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСОКОПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УЗКОСПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ЖИТЕЛЯМ КУРИЛ, РАБОТНИКАМ КОМПАНИИ «ГИДРОСТРОЙ» И ВОЕННОСЛУЖАЩИМ ЧАСТЕЙ, РАСПОЛОЖЕННЫХ НА ИТУРУПЕ;

- ОРГАНИЗАЦИЯ МЕДИКО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ - ЛЕКЦИИ, БЕСЕДЫ, ВСТРЕЧИ С ЖИТЕЛЯМИ В ФОРМАТЕ «ВОПРОС-ОТВЕТ» - ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ, НАИБОЛЕЕ ХАРАКТЕРНЫХ ЖИТЕЛЯМ ОСТРОВНЫХ РЕГИОНОВ, СВЯЗАННЫХ С ТЯЖЕЛЫМИ УСЛОВИЯМИ ТРУДА, СУРОВЫМИ КЛИМАТИЧЕСКИМИ УСЛОВИЯМИ, ОТОРВАННОСТЬЮ ОТ БОЛЬШОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ;

- ОРГАНИЗАЦИЯ КУЛЬТУРНОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ КУРИЛЬЧАН - КОНЦЕРТЫ И ВЫСТАВКИ, КИНОПРОСМОТРЫ И ТВОРЧЕСКИЕ ВСТРЕЧИ С УЧАСТИЕМ РОССИЙСКИХ АРТИСТОВ, ПРОВЕДЕНИЕ ДЕТСКИХ ПРАЗДНИКОВ;

- ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ УНИКАЛЬНОЙ ТЕРРИТОРИИ КУРИЛЬСКИХ ОСТРОВОВ, ОБЛАДАЮЩЕЙ ДРЕВНЕЙ ИСТОРИЕЙ, ПЕРВОЗДАННОЙ ПРИРОДОЙ, КРАСОТОЙ ВУЛКАНОВ, ЛЕЧЕБНОЙ СИЛОЙ ГОРЯЧИХ ИСТОЧНИКОВ СРЕДИ УЧАСТНИКОВ ЭКСПЕДИЦИИ - ЖИТЕЛЕЙ ЦЕНТРАЛЬНОЙ РОССИИ - С ЦЕЛЬЮ ДАЛЬНЕЙШЕГО ПРИВЛЕЧЕНИЯ ТУРИСТОВ;

- ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЕЖЕГОДНОЙ ЭКСПЕДИЦИИ УЗКОПРОФИЛЬНЫХ ВРАЧЕЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ.

РЕЗУЛЬТАТЫ:

ТАК, 18-Я ЭКСПЕДИЦИЯ, ПРОШЕДШАЯ В СЕНТЯБРЕ 2017 ГОДА, ПРОВЕЛА ПРИЕМ И КОНСУЛЬТАЦИИ ПО 13 УЗКИМ СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ 1318 ЧЕЛОВЕК. БЫЛО ЗАРЕГИСТРИРОВАНО 1676 ЗАБОЛЕВАНИЙ, ИЗ НИХ 655 ВЫЯВЛЕНЫ В ПЕРВЫЕ. ЕЖЕГОДНО ФИКСИРУЕТСЯ ОКОЛО 20 СЛУЧАЕВ, ТРЕБУЮЩИХ ОПЕРАТИВНОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА, СРЕДИ НИХ - РАК И СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



«САХАЛИН ЭНЕРДЖИ ИНВЕСТМЕНТ КОМПАНИ ЛТД»
ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»
МЕРОПРИЯТИЯ:



МЕДИЦИНСКИЕ МЕРЫ:

- ПРОВЕДЕНИЕ ОЦЕНКИ РИСКА РАЗВИТИЯ ССЗ, ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА, ОЦЕНКА КАРОТИДИСКИ
- (ОСНОВАНО НА РЕЗУЛЬТАТАХ АНАЛИЗА СМЕРТНОСТИ ПО ПРИЧИНАМ, НЕ СВЯЗАННЫМ С ТРАВМАТИЗМОМ НА ПРОИЗВОДСТВЕ);
- ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РИСКА ССЗ;
- ДОБРОВОЛЬНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ;
- ПРОВЕДЕНИЕ СКРИНИНГОВЫХ ОБСЛЕДОВАНИЙ ПЕРСОНАЛА НА АЛКОГОЛЬ И ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА;
- ДЛЯ РАБОТАЮЩИХ ВО ВРЕДНЫХ УСЛОВИЯХ ПЕРИОДИЧЕСКИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ;
- ДЛЯ ОФИСНЫХ РАБОТНИКОВ ОРГАНИЗОВАНА ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ РАБОТНИКОВ КОМПАНИИ;
- ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ - КУРАЩИМ СОТРУДНИКАМ ПРЕДЛАГАЮТСЯ БЕСПЛАТНЫЕ ВРАЧЕБНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ И КУРСЫ ЗАМЕСТИТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ, ПРОВОДИТСЯ ШИРОКАЯ ИНФОРМАЦИОННАЯ КАМПАНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПЛАКАТОВ И ЛИСТОВОК.



ОХРАНА ТРУДА:

- НЕОПУЩЕНИЕ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ;
- ОЦЕНКА НАЛИЧИЯ ВРЕДНЫХ ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ФАКТОРОВ, ВНЕДРЕНА СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ВРЕДНЫХ ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ФАКТОРОВ;
- ОЦЕНКА РИСКОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ;
- ВНЕДРЕНИЕ КОРРЕКТИРУЮЩИХ МЕР ПО УМЕНЬШЕНИЮ РИСКОВ, КОНТРОЛЬ ВЫПОЛНЕНИЯ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ С ПОМОЩЬЮ ВНУТРЕННЕЙ ЭЛЕКТРОННОЙ БАЗЫ FOUNTAIN;
- ПРОЦЕДУРЫ И ПЛАНЫ ЭКСТРЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО РЕАГИРОВАНИЯ НА СЛУЧАЙ ЭКСТРЕННЫХ МЕДИЦИНСКИХ СИТУАЦИЙ.



СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ, ПОДДЕРЖКА ЗОЖ:

- ВНЕДРЕНИЕ СТАНДАРТОВ ОРГАНИЗАЦИИ ЭКСТРЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО РЕАГИРОВАНИЯ;
- ФИЗИКУЛЬТУРА И СПОРТ;
- ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ, ПРОФИЛАКТИКА СТРЕССА;
- ПЛАНЫ ПО УПРАВЛЕНИЮ УСТАЛОСТЬЮ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ;
- ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА, АЛКОГОЛЯ И НАРКОТИКОВ;
- ПРОФИЛАКТИКА СПИД/ ВИЧ;
- ПРОФИЛАКТИКА УСТАЛОСТИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ (ПРИ ВАХТОВОМ МЕТОДЕ РАБОТ) - ОЦЕНКА РИСКА - ДОСТУП К ИНТЕРАКТИВНЫМ ИНФОРМАЦИОННЫМ МАТЕРИАЛАМ ОБ УПРАВЛЕНИИ РИСКАМИ, СВЯЗАННЫМИ С УСТАЛОСТЬЮ ДЛЯ ПЕРСОНАЛА;
- МЕРОПРИЯТИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ОРВИ И ГРИППА, ВКЛЮЧАЯ САНИТАРНОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ И ВАКЦИНАЦИЮ;
- ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ ПРОГРАММЫ ПРОФИЛАКТИКИ АЛКОГОЛИЗМА И НАРКОМАНИИ (ПОВЫШЕНИЕ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ О ВРЕДЕ АЛКОГОЛЯ И НАРКОТИКОВ);
- ПРОВЕДЕНИЕ КАМПАНИИ ПРОТИВ КУРЕНИЯ.



МОТИВАЦИЯ РАБОТНИКОВ:

- ПОощРЕНИЯ ПЕРСОНАЛА К ПОДДЕРЖАНИЮ ХОРОШЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ФОРМЫ И ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ;
- МЕДИЦИНСКАЯ ПОДДЕРЖКА - ОАД «СОГАЗ», ПО ПРОГРАММЕ ДОБРОВОЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ И ДОГОВОРА ПРИ ДЛИТЕЛЬНЫХ КОМАНДИРОВАКАХ;
- ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТА (ДВИЖЕНИЕ ВОЛОНТЕРОВ, СПОРТОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ И СОСТЯЗАНИЯ ВНУТРИ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ И НА КОРПОРАТИВНОМ УРОВНЕ, А ТАКЖЕ В ОТКРЫТЫХ МЕСТНЫХ И ОБЛАСТНЫХ ЧЕМПИОНАТАХ ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ СПОРТА (ФУТБОЛ, ХОККЕЙ, ВОЛЕЙБОЛ, ТЕННИС, ПЛАВАНИЕ, ТУРИЗМ И ПР.); В КОМПАНИИ ОРГАНИЗОВАНЫ ФУТБОЛЬНАЯ И ХОККЕЙНАЯ КОМАНДЫ;
- ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ;
- ДОСТУП СОТРУДНИКОВ КОМПАНИИ И ЧЛЕНОВ ИХ СЕМЕЙ В КОРПОРАТИВНЫЙ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС В ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ (СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ, ПЛАВАТЕЛЬНЫЙ БАССЕЙН, ФУТБОЛЬНОЕ ПОЛЕ, ТЕННИСНЫЕ КОРТЫ, ЛЕДОВЫЙ КАТОК).



РЕЗУЛЬТАТЫ:



КОМПАНИЯ ПРОШЛА АУДИТ OHSAS 18001 И ПОЛУЧИЛА СЕРТИФИКАТ НА СООТВЕТСТВИЕ СТАНДАРТУ ПО УПРАВЛЕНИЮ ОХРАНОЙ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТЬЮ ПЕРСОНАЛА.



100% РАБОТНИКОВ КОМПАНИИ, ЗАНЯТЫХ НА ТЯЖЕЛЫХ РАБОТАХ И НА РАБОТАХ С ВРЕДНЫМИ И (ИЛИ) ОПАСНЫМИ УСЛОВИЯМИ ТРУДА, ПРОШЛИ ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОДИЧЕСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР.



ДИСПАНСЕРНЫМИ ОСМОТРАМИ ОХВАЧЕНО БОЛЕЕ 80% ОФИСНЫХ РАБОТНИКОВ.



ВНЕДРЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПОДСЧЕТУ И ОЦЕНКЕ КАРДИОРИСКА И ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА ПОЗВОЛИЛО СНИЗИТЬ СМЕРТНОСТЬ ПО ПРИЧИНАМ, НЕ СВЯЗАННЫМ С ТРАВМАТИЗМОМ НА ПРОИЗВОДСТВЕ, ДО УЛУЧШЕННОГО УРОВНЯ



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ СРЕДИ СОТРУДНИКОВ КОМПАНИИ НЕ РЕГИСТРИРОВАЛИСЬ.



УВЕЛИЧИВАЕТСЯ КОЛИЧЕСТВО РАБОТНИКОВ, ВЕДУЩИХ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.



АГЕНТСТВО ПО ТРУДУ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ
САХАЛИНСКОЙ
ОБЛАСТИ

Куратор внедрения корпоративных программ в Сахалинской области

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Сахалинский областной центр медицинской профилактики»



Почтовый адрес: 693007, г. Южно-Сахалинск, ул. Дзержинского, 40, офисы 400-406

График работы: понедельник - пятница: 8.00-18.00 (перерыв 13.00-14.00)
Выходные: суббота, воскресенье



Главный врач - Столярова Елена Анатольевна

Телефоны: 8 (4242) 43-32-88, 42-50-11

Сайт учреждения: <http://socmp.sakhalin.gov.ru>

Эл. адрес: socmp@sakhalin.gov.ru





Этапы взаимодействия с ГБУЗ «Сахалинский областной центр медицинской профилактики» по внедрению корпоративной программы укрепления здоровья





Формы взаимодействия с ГБУЗ «Сахалинский областной центр медицинской профилактики» по внедрению корпоративной программы укрепления здоровья

Проведение анкетирования



Проведение лекций, бесед, тренингов, консультаций по тематике направлений модельных программ



Проведение медицинских площадок: измерение уровней глюкозы и холестерина в крови, артериального и внутриглазного давления, исследование на смokesайзере (определение концентрации угарного газа в легких)



Проведение информационно-разъяснительной компании: обеспечение видеороликами, буклетами, листовками по тематикам ЗОЖ и факторов риска



Проведение семинаров по оказанию первой помощи в жизнеугрожающих состояниях с отработкой навыков на манекене (без выдачи удостоверения)





АГЕНТСТВО ПО ТРУДУ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ
САХАЛИНСКОЙ
ОБЛАСТИ

Сахалинское региональное отделение Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики»



Соглашение о сотрудничестве между ГБУЗ «Сахалинский областной центр медицинской профилактики» и Сахалинским региональным отделением Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики» от 14.05.2019



Проводят бесплатное обучение с выдачей сертификата
по направлению:
«Исполнитель первой помощи»

Штаб регионального отделения находится в Сахалинском базовом медицинском колледже
Региональный координатор движения Величковская Ксения
e-mail: keisy95@mail.ru, тел.: 8 914 747 10 10



Внедрение корпоративных программ укрепления здоровья в г. Южно-Сахалинске

Наименование организации	Число работников	Наименование модельной программы (по результатам анкетирования)
МКП «Городской водоканал»	627	«Профилактика потребления табака»
ПАО «Сахалинэнерго»	2555	«Здоровое питание и рабочее место»
11 образовательных учреждений (6 школ и 5 детских садов)	1711	«Сохранение психологического здоровья и благополучия» «Здоровое питание и рабочее место» «Профилактика потребления табака» «Повышение физической активности»
АО «Аэропорт Южно-Сахалинск»	945	«Здоровое питание и рабочее место» «Профилактика потребления табака» «Повышение физической активности»
АО «Санаторий «Синегорские минеральные воды»	320	«Здоровое питание и рабочее место» «Профилактика потребления табака»
ФГБОУ ВО «Сахалинский государственный университет»	960	Анкетирование
МКП «Завод строительных материалов им. М.А. Федотова»	745	Анкетирование
Отделение Пенсионного фонда РФ по Сахалинской области	133	Анкетирование

Соглашения по внедрению корпоративных программ заключены 18 организациями (в 15 начата реализация программ, в 3 проводится анкетирование), общая численность работников 7996 человек



**АГЕНТСТВО ПО ТРУДУ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ
САХАЛИНСКОЙ
ОБЛАСТИ**

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ,
ВСЕМ ЗДОРОВЬЯ И УСПЕШНОЙ РАБОТЫ !**