



Утверждаю

Директор МАУК «Дворец культуры «Урал»

С.Б. Бураков

2021 г.

Департамент культуры и молодежной политики
администрации города Перми
Муниципальное автономное учреждение культуры
«Дворец культуры «Урал»

**Программа по укреплению здоровья сотрудников
«Мы за ЗОЖ»**

г. Пермь

Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.

Задачи программы:

1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников;
2. Формировать ответственное отношение к своему здоровью;
3. Проведение информационной кампании по формированию представления здорового образа жизни в учреждении;
4. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни.

Численность сотрудников учреждения – 19 чел.

Описание программы

Организационно-методическая работа

1. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников.
2. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни.
3. Проведение дней здоровья в учреждении.
4. Тренинги по навыкам ЗОЖ.

Информационно-просветительская работа

1. Организация выставок по ЗОЖ.
2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний.
3. Организация работы по профилактике вредных привычек, социальноопасных заболеваний.

Обеспечение безопасных для здоровья условий

1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни.
2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.
3. В рамках борьбы с туберкулезом, ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.

Массовая работа по оздоровлению сотрудников

1. Диспансеризация сотрудников.
2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.
3. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.
4. Санаторно-курортное лечение и оздоровление сотрудников.

Охрана труда и создание безопасных условий труда

1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.
2. Контроль за соблюдением норм охраны труда, техники безопасности и пожарной безопасности.
3. Проведение специальной оценки условий труда рабочих мест.

Спортивно-массовая работа

1. Организация работы по различным направлениям (фитнесс, аэробика, командные спортивные игры).
2. Организация досуга сотрудников.
3. Участие в массовых спортивных городских мероприятиях.

Сроки реализации программы: 2021 – 2024 г.г.

Ожидаемые результаты:

1. Уменьшение употребления сотрудниками табака;
2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников;
3. Увеличение работоспособности сотрудников.

План программы по укреплению здоровья сотрудников МАУК «Дворец культуры «Урал»

№	Направление мероприятий	Цель мероприятия	Форма мероприятия	Сроки реализации мероприятия
1.	Наблюдение за состоянием сотрудников во время карантина по коронавирусной инфекции	Обеспечение мониторинга за состоянием здоровья	Измерение температуры тела	До особого распоряжения губернатора Пермского края
2.	Профилактика табакокурения	Снижение количества курящих сотрудников	Информирование работников о запрете курения на территории Дворца культуры и в здании (приказ учреждения).	Постоянно
3.	Культурный досуг сотрудников	Нормализация взаимоотношений между сотрудниками	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, День работника культуры, 8 марта, 23 февраля, День рождения Дворца и другие)	Согласно датам
4.	Проведение акций и конкурсов среди сотрудников	Активная пропаганда здорового образа жизни среди сотрудников	Организация и проведение различных акций, повышающее эмоциональное состояние сотрудников	1 раз в квартал
5.	Информационно-мотивационное просвещение	Формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок по темам здорового образа жизни	1 раз в квартал
6.	Участие в спортивных мероприятиях	Популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников	Участие сотрудников в спортивных играх (Волейбол, футбол) и других мероприятиях	По мере поступления информации
7.	Организация производственной гимнастики	Повышение работоспособности, укрепление здоровья и предупреждение утомляемости сотрудников	Организация перерывов в рабочее время с использованием различных методик на рабочих местах	Ежедневно
8.	Инструктаж сотрудников	Предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа с сотрудниками	Согласно действующего законодательства