

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУЗ АО «Областной
центр общественного здоровья и
медицинской профилактики»
Елена Григорьевна Селина



подпись

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения
Астраханской области
«Областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

Национальный проект «Демография»

Региональный проект «Формирование системы мотивации граждан к
здравому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных
привычек»

ПРОЕКТ

Укрепление здоровья на рабочем месте «30 минут для здоровья»

Астрахань 2023

Информационная карта проекта

<p>Название проекта</p>	<p>«30 минут для здоровья»</p>
<p>Ответственные за реализацию проекта</p>	<p>1) Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Астраханской области «Областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики» (далее – ГБУЗ АО «ОЦОЗиМП») - отдел разработки, реализации и мониторинга муниципальных программ общественного здоровья и корпоративных программ укрепления здоровья (далее – отдел РРММПОЗиКПУЗ); 2) Астраханское региональное отделение Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики» (далее – АРО ВОД «Волонтеры-медики»); 3) ФГБОУ ВО «Астраханский ГМУ» Минздрава РФ (далее – ФГБОУ ВО «АГМУ» МЗ РФ)– Кафедра гигиены медико-профилактического факультета с курсом последипломного образования.</p>
<p>Участники проекта</p>	<p>Трудовые коллективы организаций и учреждений Астраханской области (по согласованию)</p>
<p>Цели и задачи проекта</p>	<p>Цели: 1) увеличение охвата работающего населения в учреждениях и организациях Астраханской области, не участвующих в реализации корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте; 2) повышение заинтересованности работодателей в сохранении здоровья работников путем внедрения корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте. 3) сохранение здоровья и повышение трудового потенциала работников.</p>

	<p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) проведение цикла информационно-образовательных мероприятий, направленных на информирование работников о факторах риска их здоровья, профилактике неинфекционных заболеваний и сохранении здоровья; 2) проведение мероприятий, направленных на укрепление психологического здоровья работающего населения и профилактику эмоциональных расстройств; 3) проведение оценки состояния здоровья работающего населения методом скринингового обследования; 4) проведение социологических исследований среди работников учреждений и организаций АО с целью оценки осведомленности об основных факторах риска развития неинфекционных заболеваний.
Краткое содержание проекта	Реализация проекта направлена на работников учреждений и организаций Астраханской области с целью повышения уровня грамотности в вопросах профилактики развития неинфекционных заболеваний, укрепления корпоративного здоровья и сохранения трудового потенциала. Мероприятия проекта направлены на оценку состояния здоровья работников и проведение цикла профилактических информационно-образовательных мероприятий в процессе трудовой деятельности.
Сроки выполнения проекта	С 01.01.2023 без ограничения срока.
Бюджет проекта	Без финансирования

Обоснование проекта:

По данным Всемирной организации здравоохранения причиной 2/3 случаев преждевременной смерти населения в трудоспособном возрасте

являются хронические неинфекционные заболевания, основная доля приходится на сердечно-сосудистые заболевания, злокачественные новообразования, болезни органов дыхания и травмы. Причем в развитии данных заболеваний ведущую роль имеют такие факторы как:

- повышенное артериальное давление,
- потребление табака,
- чрезмерное потребление алкоголя,
- повышенное содержание холестерина крови,
- избыточная масса тела,
- низкий уровень потребления фруктов и овощей,
- малоподвижный образ жизни.

Одним из механизмов сохранения здоровья работников является внедрение корпоративных программ укрепления здоровья на рабочих местах. В соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации работодатель несет полную ответственность за охрану здоровья работника в процессе трудовой деятельности, однако зачастую в учреждениях не предусмотрены меры, направленные на укрепление здоровья сотрудников и профилактику развития заболеваний. Важно отметить, что корпоративные программы являются дополнительной поддержкой, а не заменой системы управления рисками на рабочем месте. Однако, не смотря на это, многие работодатели не готовы внедрять профилактические программы, ошибочно предполагая, что это повлечет за собой большие финансовые затраты, нарушение трудового процесса.

На основании этого, **главная цель проекта обратить внимание работодателей на необходимость внедрения корпоративных программ**, благодаря которым:

1. Повысится производительность труда каждого работника и всего коллектива;
2. Сократятся расходы, связанные с несчастными случаями, профессиональными рисками и болезнью работников;
3. Сократятся расходы на медицинское страхование;
4. Повысится культура и имидж организации;
5. Снизится текучесть кадров.

Реализация проекта.

Проект реализуется на основании двустороннего соглашения с работодателями учреждений и организаций Астраханской области в течение 1 года.

Проект включает 3 этапа:

1. Проведение профилактических информационно-коммуникационных мероприятий – лекции, семинары, тренинги, мастер-классы, тематические рассылки по корпоративным социальным сетям, мотивационные конкурсы. Эта работа актуальна, поскольку важным фактором результативности профилактической деятельности является информированность работающего населения о причинах развития неинфекционных заболеваний;
2. Скрининговое обследование работников на выявление факторов риска развития неинфекционных заболеваний (повышенное артериальное давление, холестерин и глюкоза крови, низкая физическая активность, нерациональное питание, курение и употребление алкоголя) и оказание медицинской помощи в случае выявления неинфекционного заболевания;
3. Подготовка анализа состояния корпоративного здоровья и предоставление данных работодателю.

Результат проекта:

- привлечение внимания большего числа работодателей к проблеме сохранения корпоративного здоровья. Внедрение корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте в учреждениях и организациях Астраханской области;
- Формирование мотивации у работников к ведению здорового образа жизни и ответственного отношения к здоровью.

План информационных профилактических мероприятий проекта «30 минут на здоровье»

№	Наименование мероприятия	Время проведения мероприятия	Ответственный исполнитель
1.	Семинар: «Простудные заболевания – как они связаны со стрессом и что с этим делать?»	Январь	Отдел РПММПОЗиКПУЗ ФГБОУ ВО «АГМУ» МЗ РФ
2.	Акция: «Рак боится смелых». Мастер-класс: «Самодиагностика новообразований»	Февраль	Отдел РПММПОЗиКПУЗ АРО ВОД «Волонтеры-медики»

3.	Семинар: «Бросаю курить самостоятельно» Консультация психолога и проведение тренинга отказа от курения.	Март	Отдел РПММПОЗиКПУЗ ФГБОУ ВО «АГМУ» МЗ РФ
4.	Семинар: «Профилактика артериального давления, Артериальная гипертензия. Факторы риска. Здоровый образ жизни как основа профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний». Мастер-класс: «Как правильно измерить АД» «Оказание первой помощи в случаях кризов»	Апрель	Отдел РПММПОЗиКПУЗ АРО ВОД «Волонтеры-медики»
5.	Семинар: «Курение – один из факторов риска развития НИЗ. Советы психолога как не начинать, или бросить пагубную привычку» Мастер-класс: «Дыхательная гимнастика»	Май	Отдел РПММПОЗиКПУЗ АРО ВОД «Волонтеры-медики»
6.	Акция «Здоровый взгляд» Семинар: «Профилактика офтальмологических заболеваний. Основные факторы риска развития катаракты, глаукомы»	Июнь	Отдел РПММПОЗиКПУЗ ФГБОУ ВО «АГМУ» МЗ РФ
7.	Семинар: «Жизнь без алкоголя. Как проводить свой досуг трезво?»	Июль	Отдел РПММПОЗиКПУЗ ФГБОУ ВО «АГМУ» МЗ РФ
8.	Семинар: «Рациональное питание и его значение для здоровья» Мастер-класс: «Тарелка здорового питания»	Август	Отдел РПММПОЗиКПУЗ АРО ВОД «Волонтеры-медики»
9.	Семинар «Все болезни от нервов или стресс как фактор риска развития сердечно – сосудистых	Сентябрь	Отдел РПММПОЗиКПУЗ ФГБОУ ВО

	заболеваний».		«АГМУ» МЗ РФ
10.	Семинар: «Как не стать жертвой инсульта» «Заболевания, способствующие развитию инсульта. Клинические проявления. Факторы риска инсульта». Мастер-класс: «Первая помощь при инсульте».	Октябрь	Отдел РРММПОЗиКПУЗ АРО ВОД «Волонтеры-медики»
11.	Семинар: «Сахарный диабет. Профилактика развития сопутствующих заболеваний и осложнений, ранней инвалидности и смертности. Факторы риска развития сахарного диабета». Мастер- класс: контроль сахара в крови, как правильно пользоваться глюкометром.	Ноябрь	Отдел РРММПОЗиКПУЗ АРО ВОД «Волонтеры-медики»
12.	Семинар «Семья – это то, что всегда с тобой. Практические навыки для гармоничного развития человека в семье».	Декабрь	Отдел РРММПОЗиКПУЗ ФГБОУ ВО «АГМУ» МЗ РФ

СОГЛАСОВАНО:

Зам. гл. врача по проф. медицине
Главный внештатный специалист
по медицинской профилактике МЗ АО

Г.А. Набиуллина

Зав. отделом РРММПОЗ и КПУЗ

В.В. Кузмина

Зав. кафедрой гигиены
медицинско-профилактического факультета
с курсом последипломного образования,
ДМН, доцент

И.А. Кудряшева

Региональный координатор
АРО ВОД «Волонтеры медики»
в сфере здравоохранения в АО



С.Э.Асадова

Одна из организаций АРО ВОД «Волонтеры медики»
в сфере здравоохранения в АО
имеет право на
использование
имени и фамилии
С.Э.Асадова
в соответствии с
законом

С.Э.Асадова
имеет право на
использование
имени и фамилии
С.Э.Асадова
в соответствии с
законом

Использование
имени и фамилии
С.Э.Асадова

С.Э.Асадова

имени и фамилии С.Э.Асадова

С.Э.Асадова

имени и фамилии С.Э.Асадова

Использование
имени и фамилии
С.Э.Асадова