

# Перспективы внедрения корпоративных программ



## «УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»

### ДЛЯ РАБОТНИКА

- Укрепление здоровья и улучшения самочувствия
- Повышение информированности о принципах ЗОЖ
- Выявление заболеваний на ранней стадии и их профилактика
- Сокращение трат на медицинское обслуживание
- Укрепление корпоративного духа



### ДЛЯ РАБОТОДАТЕЛЯ

- Сохранение здоровых трудовых ресурсов
- Сокращение трудопотерь по болезни
- Снижение текучести кадров
- Рост производительности труда
- Улучшение имиджа предприятия
- Создание и продвижение положительного образа компании



### ДЛЯ ГОСУДАРСТВА

- Снижение уровня заболеваемости
- Снижение смертности
- Увеличение национального дохода
- Снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью
- Снижение дней нетрудоспособности



## Успех реализации корпоративных программ зависит от мотивации сотрудников



## НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ



# Индикаторы эффективности корпоративной программы формируются по следующим направлениям:



**Показатели**  
здоровья  
работников  
предприятия



**Мероприятия**  
по профилактике НИЗ  
и социально-значимых  
заболеваний



**Информированность**  
о здоровом образе  
жизни и факторах  
риска НИЗ



**Показатели,**  
характеризующие  
условия труда  
на предприятии.



# Профилактика потребления табака

- Оформление** рабочих мест, мест общего пользования знаками, запрещающими курение
- Оформление** мест для курения вне территории предприятия
- Осуществление** контроля над соблюдением запрета курения на предприятии
- Учреждение** системы штрафов и поощрений
- Информирование** через средства наглядной агитации о вреде курения
- Организация** рабочих мест здоровыми альтернативами вместо перекуров
- Организация** конкурсов, соревнований между сотрудниками или подразделениями
- Организация** кабинета по оказанию помощи курящим сотрудникам в отказе от курения
- Организация** индивидуальной и групповой поддержки по мобильным приложениям, мессенджерам и чатам
- Софинансирование** (субсидирование) медикаментозной терапии по лечению табачной зависимости
- Включение** в пакет ДМС оказание помощи по отказу от курения и лечению табачной зависимости.



## Снижение потребления алкоголя с вредными последствиями



- i** Организация анкетирования сотрудников на злоупотребление алкоголем
- i** Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с риском пагубного употребления алкоголя
- i** Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении алкоголя. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий.

## Повышение физической активности

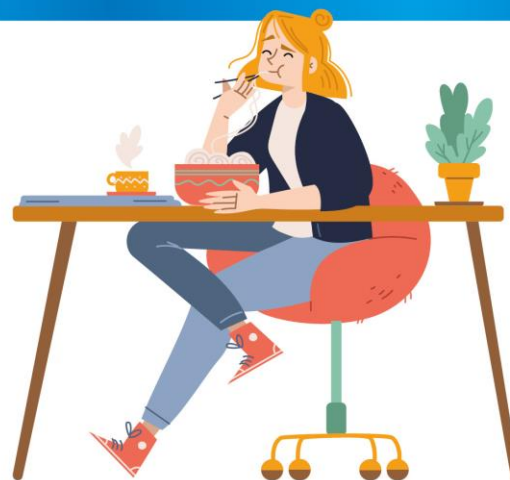


- Оценка уровня физической активности и тренированности работников
- Организация физкульт-брейков в течении рабочего дня
- Организация командно-спортивных мероприятий
- Проведение «Недели физической активности»
- Организация на предприятии утренней зарядки, производственной гимнастики
- Использование мобильных приложений по популяризации физической активности.

# Здоровое питание на рабочем месте



- 🍊 **Обеспечение** сотрудников питьевой водой
- 🍊 **Организация** питания в рабочее время (столовая, буфет или комната для приема пищи)
- 🍊 **Обеспечение** выбора продуктов и блюд для здорового питания в столовых и буфетах
- 🍊 **Маркировка** «Здоровое питание» на блюда и напитки
- 🍊 **Ограничение** соли, сахара и насыщенных жиров в рационах.
- 🍊 **Обучение** сотрудников компании и работников предприятия общественного питания, расположенного на территории компании, основам рациона здорового питания.



- 🍊 **Организация** школы здорового питания и профилактики избыточного веса.
- 🍊 **Проведение** конкурсов рецептов блюд для здорового питания, тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания.
- 🍊 **Оценка** пищевых привычек и рационов сотрудников через анкетирование.

# Сохранение психологического здоровья и благополучия



**Проведение** открытых встреч с руководством предприятия для обсуждения вопросов и проблем создания благоприятной психозмоциональной среды.

**Проведение** Дня/Недели/Месяца психозмоционального здоровья.

**Организация** телефонной линии психологической поддержки работников.

**Обучение** работников и руководителей практике психозмоциональной разгрузки на рабочем месте. Формирование у сотрудников навыков управления психозмоциональным состоянием.

**Организация** работы комнаты психозмоциональной разгрузки.

