

УТВЕРЖДЕНА:
приказом № 38 от 15.04.2026 г.

Корпоративная программа
укрепления здоровья сотрудников
муниципального образовательного учреждения дополнительного
образования «Олонецкая детско-юношеская спортивная школа»
«Здоровое поколение!»

г. Олонец

2026 год

1. Актуальность

Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Ценность физического, психического и социального здоровья каждого сотрудника, члена МОУ ДО «Олонецкая ДЮСШ» многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По показателю DALYs почти 60% общего бремени болезней обусловлено семью ведущими факторами:

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

Система укрепления здоровья сотрудников на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития социально значимых хронических заболеваний. Он повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем).

Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 8 декабря 2025 г. N 896 «О Стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2030 года»

Указ предусматривает организацию и развитие системы профилактики профессиональных рисков, которая ориентирована на качественное и своевременное выполнение лечебно-профилактических мероприятий, позволяющих вернуть работников к активной трудовой и социальной деятельности с минимальными повреждениями здоровья.

Одной из задач национального проекта «Демография», а также входящих в него федерального и региональных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» является разработка, утверждение в установленном порядке и реализация корпоративных программ по общественному здоровью, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников.

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках

здоровьеформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Мероприятия по укреплению здоровья работающего населения – система мер в рамках политики учреждения по охране здоровья.

2. Нормативно - правовая база:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Указ Президента Российской Федерации от 8 декабря 2025 г. N 896 "О Стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2030 года".
3. Указ Президента РФ от 09.05.2017 № 203 "О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы".
4. Указ Президента РФ от 7 мая 2024 года №309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
5. Паспорт федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседание президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
6. Паспорт национального проекта «Демография». Утверждён 24 декабря 2018 года на заседание президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
7. Паспорт федерального проекта «Спорт - норма жизни» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседание президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
8. Налоговый кодекс Российской Федерации.
9. Трудовой Кодекс Российской Федерации, статья 213
10. Федеральный закон от 27.11.1992 N 4015-1 "Об организации страхового дела в Российской Федерации"
11. Федеральный закон от 24.07.1998 № 125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний»
12. Федеральный закон "Об основах обязательного социального страхования" от 16.07.1999 N 165-ФЗ
13. Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" (с изменениями и дополнениями), статья 11 и статья 32
14. Федеральный закон от 10.07.2001 № 87-ФЗ «Об ограничении курения табака»
15. Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ "О персональных данных"
16. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ "Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации"
17. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Статья 46. Медицинские осмотры, диспансеризация, п. 4 и п. 5

18. Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

19. Федеральный закон от 05.04.2013 N 44-ФЗ "О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд"

20. Федеральный закон от 28.12.2013 N 426-ФЗ "О специальной оценке условий труда"

21. Федеральный закон от 23.04.2018 № 113-ФЗ «О внесении изменений в статьи 255 и 270 части второй Налогового кодекса Российской Федерации».

Налоговый кодекс дополнен положениями, согласно которым в налоговую базу по налогу на прибыль можно включать фактически произведенные расходы на оплату услуг, добровольного медицинского страхования, услуг по организации туризма, санаторно-курортного лечения и отдыха, оказанных работнику и членам его семьи, но не более 50 000 рублей в совокупности за налоговый период на каждого из граждан. При этом установлено ограничение: указанные затраты и затраты, предусмотренные абз. 9 п. 16 ст. 255 Налогового кодекса (медицинские расходы застрахованных работников), в совокупности не могут превышать 6% от суммы расходов на оплату труда.

22. Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» Проект «Медицинские осмотры некоторых категорий работников и медицинский дистанционный контроль параметров состояния здоровья работника»

23. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 26.04.2019 № 833-р «Об утверждении комплекса мер по стимулированию работодателей и работников к улучшению условий труда и сохранению здоровья работников, а также по мотивированию граждан к ведению здорового образа жизни»

24. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 27.04.2019 № 1391 «О проведении Всероссийской диспансеризации взрослого населения».

25. Приказ Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 № 302н "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда" (зарегистрировано в Минюсте России 21.10.2011 N 22111).

26. Приказ Минздравсоцразвития России от 01.03.2012 № 181н «Типовой перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков».

27. Приказ Минздрава России от 21.03.2014 г. № 125н "Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям" (с изменениями и дополнениями)

28. Приказ Минздрава России от 13.03.2019 № 124н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения» (зарегистрировано в Минюсте России 24.03.2019 № 54495).

29. Приказ Минтруда России от 16.06.2014 г. N 375н «О внесении изменения в типовую перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков».

30. Приказ Минтруда России от 19.08.2016 № 438н «Об утверждении типового положения о системе управления охраной труда».

31. Документ ВОЗ. Здоровье работающих. Шестидесятая сессии Всемирной организации здравоохранения. WHA 60.26. 23.05.2007 Приложение к Резолюции: охрана и укрепление здоровья на рабочем месте

п.11. Деятельность по оценке и контролю рисков для здоровья на рабочем месте необходимо улучшить путем определения круга основных мероприятий по профилактике и контролю за механическими, физическими, химическими, биологическими и психосоциальными рисками, связанными с условиями труда. Такие меры включают также комплексное регулирование химических веществ на рабочем месте, ликвидацию вторичного табачного дыма во всех закрытых рабочих помещениях, повышение безопасности труда и оценку воздействия на здоровье новых технологий, производственных процессов и продуктов на этапе их проектирования.

п.12. Охрана здоровья на рабочем месте также требует введения в действие соответствующих норм и правил, а также принятия базового набора стандартов в области гигиены труда, чтобы обеспечить соответствие всех рабочих мест минимальным требованиям охраны здоровья и безопасности. Для этого необходимо обеспечить соблюдение этих требований на должном уровне, усилить систему медицинского контроля на рабочих местах и расширить сотрудничество между компетентными регулирующими органами с учетом конкретной ситуации в странах.

32. Международный стандарт ISO 45001:2018 «Системы менеджмента охраны здоровья и безопасности труда – Требования и рекомендации по применению».

3. Тип корпоративной программы

По степени охвата: трудовой коллектив работников МОУ ДО «Олонецкая ДЮСШ».

По содержанию: образовательные (школы и дни здоровья, семинары, поддержка онлайн-ресурсов, посвященные проблемам здоровья и т. п.).

Программа - элемент системы охраны здоровья работающих. Она включает расширенный перечень задач по управлению здоровьем, помимо профилактики профессиональных и профессионально связанных заболеваний, травм и находится в компетенции мер по охране труда.

4. Цель и задачи:

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте «Здоровое поколение!» для работников МОУ ДО «Олонецкая ДЮСШ», разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе

образовательной организации, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

Основная цель программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников МОУ ДО «Олонецкая ДЮСШ», профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

Задачи:

- Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- Создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации.
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.
- Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни.
- Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
- Проведение для работников профилактических мероприятий.
- Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.

5. Направления планирования мероприятий:

- Разработка плана мероприятий по формированию системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни в целях их оздоровления.
- Создание условий для вовлечения работников в программы по укреплению их здоровья на рабочем месте.
- Создание условий для улучшения индивидуального и профессионального (физического, психологического и социального здоровья) работников, повышения их работоспособности и продуктивности.
- Формирование активной жизненной позиции работников, создание благоприятного микроклимата в коллективе, повышение сплоченности коллектива МОУ ДО «Олонецкая ДЮСШ».
- Создание условий для прохождения работниками профилактических медицинских осмотров и диспансеризации.
- Выполнение информационно-просветительской работы по пропаганде здорового образа жизни.
- Формирование мотивации на здоровое питание.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.

Стратегии, направленные на работу с сотрудниками, – поощрение и поддержка работников, стремящихся к здоровому образу жизни. Предпочтительны меры, которые делают здоровый выбор легким и

предоставляют помощь поддерживать здоровые поведенческие изменения. Эти меры для здоровых людей или с риском заболеваний направлены на факторы здорового образа жизни, такие как:

- отказ от курения
- здоровое питание
- физическая активность
- снижение потребления алкоголя
- социальное и эмоциональное благополучие (управление стрессом)

6. Механизмы (инструменты и мероприятия)

<p>1. Создание безопасных условий труда, гигиена труда, развитие «здоровой» производственной среды, эргономика (здоровые рабочие места)</p>	<p>1.1. Меры, меняющие рабочую среду Мероприятия по повышению комфорта рабочей среды, кондиционирования воздуха, изменение освещения, другие меры психологической разгрузки, специальные мероприятия для снятия стресса и профилактики эмоционального выгорания, пр.</p> <p>1.2. Мероприятия по охране и безопасности труда В МОУ ДО «Олонецкая ДЮСШ» в соответствии с нормативными документами проводится контроль санитарно-гигиенической оценки условий труда.</p> <p>1.3. Предотвращение происшествий на рабочем месте Проведение инструктажей по охране труда, предотвращению риска получения травмы.</p> <p>1.4. Оценка производственных факторов риска, приводящих к расстройству здоровья. Проведение специальной оценки условий труда. Организация производственного санитарного контроля на предприятии. Реализация приказа Минтруда России от 19.08.2016 № 438н «Об утверждении типового положения о системе управления охраной труда».</p>
<p>2. Страхование</p>	<p>2.1. Обязательное медицинское страхование (Фонд ОМС)</p> <p>2.2. Фонд пенсионного и социального страхования Российской Федерации (Социальный фонд России, СФР).</p> <p>2.3 Добровольное медицинское страхование (ДМС)</p>

3. Медицинские мероприятия

3.1. Проведение ежегодной вакцинации.

3.2. Проведение предварительных и периодических медицинских осмотров.

Предварительный медицинский осмотр - обязательное условие для приема на работу. Цель - оценка состояния здоровья, обратившегося для трудоустройства, его соответствие будущей должности, а также выявление заболеваний на момент трудоустройства.

Периодические медицинские осмотры подтверждают профпригодность сотрудника и определяют динамику в изменениях здоровья, возникающих под влиянием факторов труда. Выявление проблем позволяет предпринять необходимые меры в раннем периоде развития патологии.

Осмотры проводятся в соответствии с Приказом Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 N 302н "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда" (зарегистрировано в Минюсте России 21.10.2011 N 22111).

3.3. Профилактические осмотры

Профилактический медицинский осмотр - комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов.

3.4. Диспансеризация

Диспансеризация - комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья (включая определение группы здоровья и группы

	диспансерного наблюдения). Проведение профилактического медицинского осмотра и диспансеризация определенных групп взрослого населения проводятся в соответствии с Приказом Минздрава России от 13.03.2019 N124н "Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения" (зарегистрировано в Минюсте России 24.03.2019 № 54495).
4. Изменения образа жизни и решение вопросов личного роста	Меры, меняющие поведение работников Индивидуальное (персональное) консультирование по снижению избыточного веса тела, по изменению питания, питьевого режима и технике дыхания, по повышению физической активности, по управлению персональным временем (тайминг).
5. Отказ от употребления табака	Оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение Цель: обеспечить соблюдение запрета потребления табака на территории образовательной организации. Описание: Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий регулируется Федеральным законом № 15-ФЗ от 23 февраля 2013 г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Необходимо: определить места для размещения знаков/составить список; растиражировать знаки; поместить знаки в обозначенных местах.
6. Повышение осведомленности в отношении вреда алкоголя	6.1. Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным употреблением алкоголя. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий Цель: снижение мотивации для употребления алкоголя. 6.2. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий

	<p>Цель: показать людям, что алкоголь – это не обязательная часть праздника, что можно веселиться и без употребления алкогольных напитков. Проведение праздника требует творческого подхода и может осуществляться самостоятельно или с привлечением сторонних организаций.</p>
<p>7. Физкультурно-оздоровительные (спортивные) мероприятия или повышение физической активности (ЗОЖ)</p>	<p>7.1. Оценка уровня физической активности и тренированности работников. 7.2. Командно-спортивные мероприятия организуются посредством предоставления возможности бесплатного (либо с частичной оплатой посещения) арендуемых спортивно-оздоровительных комплексов для организации и проведения разного рода спортивных состязаний по игровым и командным видам спорта и индивидуальному участию работников в формате летних и зимних спартакиад. 7.3. Проведение мероприятий, стимулирующих работников больше ходить пешком, заниматься спортом и укреплять здоровье.</p>
<p>8. Питание и питьевой режим в рабочее время</p>	<p>8.1. Обеспечение сотрудников в течение рабочего времени возможность приема пищи. 8.2. Краткие информационные сообщения для размещения во внутренних коммуникациях учреждения. Цель: повысить информированность сотрудников в вопросах здорового питания 8.3. Организация соревнований между сотрудниками или подразделениями, проведение конкурса рецептов блюд для здорового питания. Цель: популяризировать блюда для рациона здорового питания и продемонстрировать опыт блюд из легких в приготовлении и доступных ингредиентов. 8.4. Организация соревнований между сотрудниками или подразделениями Цель: для повышения мотивации и приверженности к рациону здорового питания на личном примере показать возможность изменений в сторону оздоровления пищевых привычек, последовательность данных решений и достижение положительного результата в</p>

<p>9. Проведение мероприятий по популяризации ЗОЖ</p>	<p>виде коррекции избыточной массы тела.</p> <p>9.1. Проведение круглых столов, собеседований. Цель: создание благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте. Обсуждение мер по созданию благоприятной психоэмоциональной обстановки является важным компонентом комплексных программ ЗОЖ на рабочем месте. Наиболее важными темами для обсуждения являются: уровень рабочей нагрузки, возможность влияния на рабочий процесс, создание условий для взаимоподдержки, оптимальный режим труда и отдыха, создание благоприятного внутреннего климата.</p> <p>9.2. Проведение Дня/Недели/Месяца психоэмоционального здоровья. Цель: повышение осознанности работников о психосоциальных факторах риска, а также формирование культуры здорового образа жизни. Задачами мероприятия являются: оценить уровень психоэмоционального здоровья коллектива, информировать работников об основах психоэмоциональной гигиены, сформировать навыки управления стрессом, профилактики профессионального выгорания и депрессии.</p> <p>9.3 Организация отдыха работников и членов их семей.</p>
<p>10. Психологический и эмоциональный климат в коллективе</p>	<p>10.1 Проведение корпоративных мероприятий, спортивных состязаний</p>
<p>11. Административные и организационные мероприятия</p>	<p>11.1. Создание приказов, распоряжений, программ и проч.</p> <p>11.2. Разработка, утверждение и реализация корпоративной программы укрепления здоровья сотрудников муниципального образовательного учреждения дополнительного образования «Олонецкая детско-юношеская спортивная школа»</p> <p>11.3. Проведение инструктажа персонала, с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которой является производственный травматизм и вредные факторы.</p> <p>11.4. Организация контроля за проведением периодических медицинских осмотров</p>

работников, и иммунизации.

11.5. Исключение «мест для курения».

11.6. Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни.

7. Ожидаемый эффект от реализации программы:

В результате реализации корпоративной программы «Здоровое поколение!» в области укрепления здоровья работников предполагаются следующие результаты:

Для работников:

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Увеличение продолжительности жизни.

Для работодателя:

- Сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов.
- Сокращение трудопотерь по болезни.
- Снижение текучести кадров.
- Повышение имиджа МОУ ДО «Олонецкая ДЮСШ».
- Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников; изменение отношения работников к состоянию своего здоровья.
- Снижение заболеваемости и инвалидизации работников.
- Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.