

Рекомендации по вопросу организации деятельности на предприятиях, в организациях, учреждениях в рамках государственного профилактического проекта «Здоровые города и поселки»

Реализация государственного профилактического проекта «Здоровые города и поселки» (далее – Проект) предполагает осуществление комплекса мероприятий по созданию здоровьесберегающей среды и профилактике неинфекционных заболеваний как на территории города, поселка, так и внедрение здоровьесберегающих технологий, практик на конкретных площадках - на предприятиях, в организациях, учебных заведениях и дошкольных учреждениях.

Сохранение трудового потенциала работающего населения становится одной из приоритетных государственных задач. В этих условиях еще большее значение приобретет профилактическая деятельность, направленная на увеличение трудового долголетия работников.

Охрана здоровья работающих является одной из основных составляющих качества жизни населения. Плохое здоровье работников влечет за собой существенные издержки предприятия: высокие расходы на медицинское страхование или непосредственную оплату медицинской помощи; прямые потери производительности, связанные с пропусками рабочего времени по болезни; косвенные потери продуктивности, обусловленные выходом на работу нездоровых сотрудников (снижение выпуска, брак, травматизм); рост текучести кадров. Кроме того, сотрудник со слабым здоровьем, подверженный частым инфекционным заболеваниям, может негативно влиять на здоровье и производительность других людей, работающих рядом с ним. Таким образом, расходы работодателя на программы охраны здоровья можно рассматривать как инвестиции, которые в перспективе позволят сократить другие издержки, а значит, способны принести позитивную отдачу.

В рамках Проекта целесообразно планирование и осуществление комплекса мер и мероприятий **на предприятии и в организации** по следующим направлениям:

1. Осуществление оценки показателей здоровья работающего населения:

- об уровне общей заболеваемости с временной утратой трудоспособности;
- о травматизме на производстве с утратой трудоспособности;
- о работающих во вредных условиях труда;
- о распространенности среди работающих потребления табака, алкоголя, нарушений углеводного и жирового обменов;

о профилактических осмотрах работающих.

2. Принятие управленческих решений, направленных на профилактику пьянства, табакокурения и по охране труда.

3. Организация:

информационно-образовательных мероприятий по формированию здорового образа по тематикам (физическая активность, рациональное питание, отказ от потребления табака, алкоголя психопрофилактика);

реализация профилактических проектов «Предотврати болезнь – выбери жизнь!», «Здоровое сердце – залог успеха!» и др.;

рекламы в виде макетов наружной рекламы (баннеров и растяжек) «Здоровое предприятие» и «Здоровая организация»;

наличия информационных стендов по вопросам сохранения и укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни;

распространения информационно-образовательных материалов по тематике здорового образа жизни и профилактики заболеваний;

проведения тематических акций, дней здоровья, приуроченных к Международным и республиканским дням здоровья.

4. Проведение физкультурно-массовых мероприятий:

наличие секций, физкультурно-спортивных групп и клубов;

практика проведения на рабочих местах производственной гимнастики;

проведение (участие) физкультурно-спортивных мероприятий и др.

5. Наличие оборудованной комнаты для принятия пищи, столовой, буфета.

6. Доступность средств для контроля за состоянием здоровья (измерение АД).

7. Наличие в коллективном договоре пункта, предусматривающего выделение средств на оздоровление работников, материальное стимулирование лиц, ведущих здоровый образ жизни.

Осуществление практики стимулирования работников, ведущих здоровый образ жизни.

8. Контроль факторов внешней среды и принятие управленческих, технологических решений по их минимизации (уровень шума, вибрации с учетом санитарных норм и правил; уровень выбросов - среднегодовых (среднесуточных в мкг на 1м<sup>3</sup>); концентраций основных загрязняющих примесей в атмосферном воздухе предприятиями (окиси углерода, окислов азота, сернистого газа, пыли).

9. Мониторинг поведенческих факторов риска по основным показателям, характеризующим образ жизни работающих, путем проведения социологических исследований и анализ полученных данных с установлением степени их влияния на состояние здоровья.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся - одно из важнейших направлений работы школы: снижение влияния факторов риска неинфекционных заболеваний (курение, нерациональное питание, низкая физическая активность, употребление психоактивных веществ, формирование представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни всех участников учебно-воспитательного процесса, воспитание ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих за счет создания единой профилактической среды; создание условий сохранения здоровья детей и подростков.

**В учреждениях общего среднего образования** планирование и проведение комплекса мер и мероприятий в рамках Проекта проводится по следующим направлениям:

1. Осуществление оценки показателей здоровья учащихся:
  - уровня общей и первичной заболеваемости учащихся школ;
  - уровня детского травматизма;
  - уровня распространенности сколиоза среди учащихся школ;
  - уровня распространения нарушений остроты зрения среди учащихся;
  - уровня распространенности факторов риска НИЗ потребления табака, алкоголя, наркотических средств и психотропных веществ;
  - уровня охвата профилактическими осмотрами учащихся, распределение по группам здоровья;
  - уровня охвата иммунизацией учащихся;
  - уровня охвата детей и подростков, получающих оздоровление в загородных стационарных оздоровительных и пришкольных учреждениях в летний период.
2. Обеспечению здоровым питанием учащихся:
  - расширение перечня продукции с пониженным содержанием сахара, соли, жира, обогащенной витаминами и нутриентами;
  - обеспечение соответствия сбалансированного питания школьников установленным нормам и стандартам;
  - оснащение учреждений общего среднего образования высокотехнологичным оборудованием для обеспечения здорового школьного питания;
  - привлечение школьников и их родителей к решению проблем нездорового питания;
  - проведение комплекса организационных, методических, информационных мероприятий, направленных на формирование у учащихся и их родителей знаний о правилах рационального питания, его роли в сохранении и укреплении здоровья;
  - формирование у детей осознанного отношения к выбору продуктов, наиболее ценных для организма, и отказу от вредных для детского организма продуктов.

### 3. Проведение спортивно-массовых мероприятий:

вовлечение учащихся в систематические занятия физкультурой и спортом;

создание объединений по интересам физкультурно-спортивного профиля, кружков, секций по направлениям («Детский фитнес», туризм);;

организация проведения утренней зарядки, динамических активных, танцевальных перемен и пауз, физкультминуток на уроках;

использование спортивные базы учреждения образования для занятий во внеурочное время;

поддержка семейных традиций - семейных занятий спортом, досугом, отдыхом.

### 4. Проведение информационно-образовательных мероприятий:

организация работы факультативных дисциплин «За здоровый образ жизни», «Формирование семейных ценностей...» и др.;

подготовка волонтеров, создание волонтерских отрядов и клубов, реализация мероприятий с их участием;

внедрение моделей организации просветительской работы с родителями по формированию здорового образа жизни;

реализация профилактических проектов («Мой выбор - жить с позитивом!», «Правильная осанка – залог здоровья!», «Школьное питание - здоровое и рациональное!», «Мы – за здоровый и безопасный отдых!»), проектов «Школа – территория здоровья», «Здоровая школа», «Здоровый класс» и других программ и локальных проектов;

размещение в учреждении образования плакатов, баннеров, растяжек, постеров, листовок с рекламой Проекта;

размещение на сайтах, информационных стендах информации о реализации Проекта и профилактике факторов риска неинфекционных заболеваний: профилактика заболеваний, сохранение здоровья, пропаганда здорового образа жизни, занятия физической культурой и спортом, рациональное питание, профилактика употребления алкоголя, наркотических средств и психотропных веществ, табакокурения и психопрофилактика;

организация информационных встреч врачей организаций здравоохранения по вопросам профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни с учащимися и их родителями;

проведение информационно-образовательных мероприятий в рамках Международных (Всемирных), республиканских дней здоровья;

распространение листовок, памяток, буклетов и др. малоформатных ИОМ среди учащихся и их родителей;

трансляция видеоматериалов по тематике Проекта на мониторах;

проведение анкетных опросов, блиц-опросов по вопросам здорового образа жизни.

Укрепление здоровья ребенка, воспитание привычки к здоровому образу жизни является первоочередной задачей работы с детьми в дошкольном образовательном учреждении. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья детей на протяжении последующей жизни. Отсюда вытекает огромная значимость профилактической работы с детьми, разносторонней деятельности, направленной на сохранение здоровья детей, реализацию комплекса воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий по разным возрастным ступеням.

**В учреждениях дошкольного образования** планирование и проведение комплекса мер и мероприятий в рамках Проекта осуществляется по следующим направлениям:

1. Осуществление оценки показателей здоровья детей:
  - уровня общей и первичной заболеваемости детей;
  - уровня распространенности сколиоза среди детей;
  - уровня распространения нарушений остроты зрения;
  - уровня охвата профилактическими осмотрами детей, распределение по группам здоровья;
  - уровня охвата иммунизацией.
2. Обеспечение соответствия сбалансированного питания дошкольников установленным нормам и стандартам с расширением перечня продукции в рационе с пониженным содержанием сахара, соли, жира, обогащенной витаминами и нутриентами.
3. Организация информационно-образовательных мероприятий:
  - наличие рекламы в виде баннеров, плакатов, постеров, листовок с рекламой Проекта и растяжек «Здоровый детский сад»;
  - проведение тематических акций, дней здоровья;
  - реализации профилактических программ, проектов;
  - использование игровых форм и методов работы, сюжетно-ролевых игр по формированию здорового образа жизни детей;
  - размещение на сайтах, стендах, папках-передвижках информации по вопросам сохранения и укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни детей, реализации Проекта;
  - распространение среди родителей информационно-образовательных материалов (листовок, памяток, буклетов и др. малоформатных ИОМ) по тематике здорового образа жизни и профилактике детских заболеваний;
  - трансляция мультимедиа, видеороликов на тему здорового образа жизни на мониторах;
  - внедрение моделей организации просветительской работы с родителями по формированию здорового образа жизни;

проведение анкетных опросов, блиц-опросов родителей по вопросам здорового образа жизни.

4. Проведение мероприятий по формированию у детей навыков безопасного поведения:

- по профилактике травматизма среди воспитанников;
- противопожарной безопасности;
- безопасности при возникновении чрезвычайной ситуации.

5. Реализация комплекса мероприятий по защите здоровья детей, поддержке института семьи.