ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

#Здоровыйсотрудник02

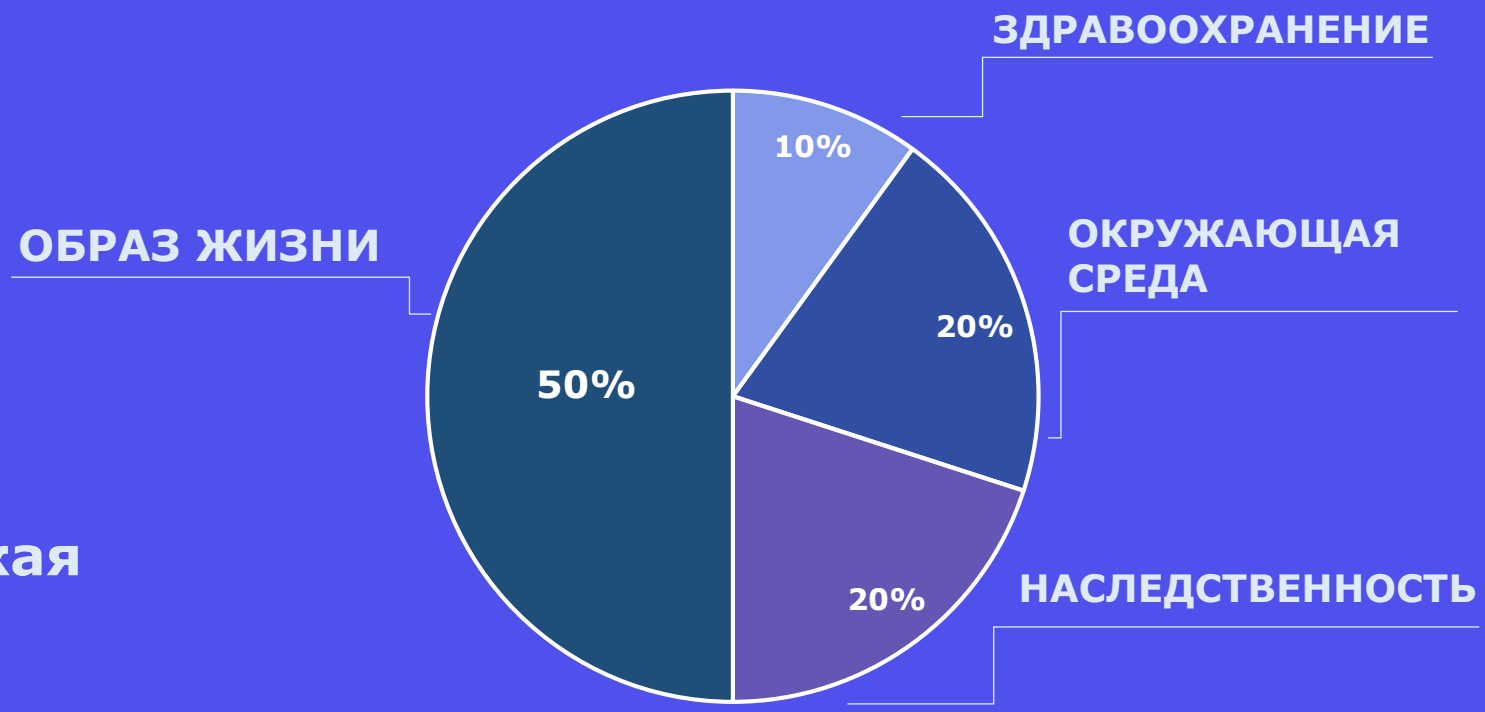
МАМАЕВА АЛИСА ВИЛОРИКОВНА

Главный врач ГБУЗ РЦОЗиМП, к.м.н.,
Главный внештатный специалист
по общественному здоровью, муниципальным
и корпоративным программам

Почему это важно?

Актуальность разработки корпоративных программ обусловлена ростом поведенческих факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний, стресса

ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ*



Здоровые сотрудники = высокая продуктивность и лояльность

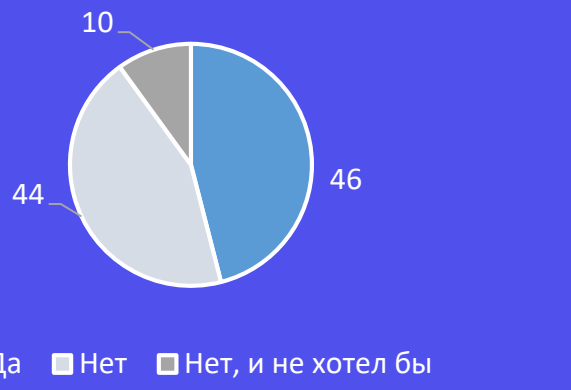
*По данным Всемирной организации здравоохранения

ГБУЗ РЦОЗиМП

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Результаты опроса работников Республики Башкортостан на платформе «Атрия»

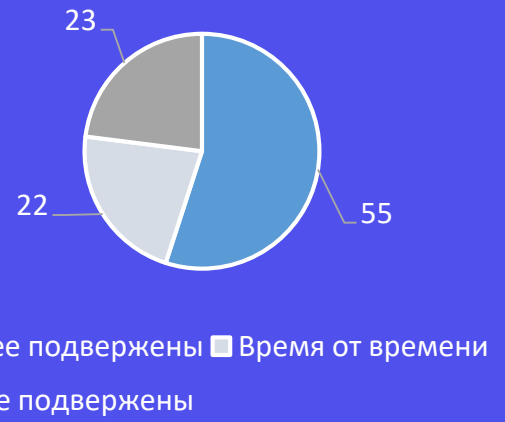
«Занимаетесь ли Вы физической активностью, спортом?»



Потребление фруктов/овощей в неделю



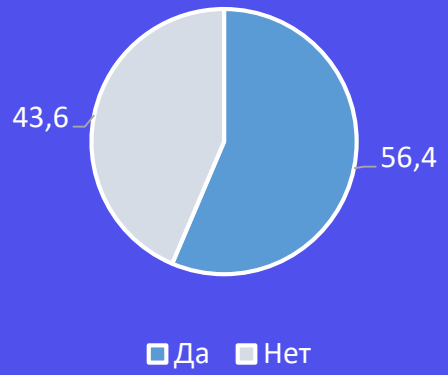
Стресс



Курение



Алкоголь



КОРПОРАТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ

ЦЕЛЬ:

Снижение распространенности факторов риска хронических неинфекционных заболеваний у сотрудников, формирование у сотрудников мотивации к ведению здорового образа жизни и ответственного отношения к здоровью.



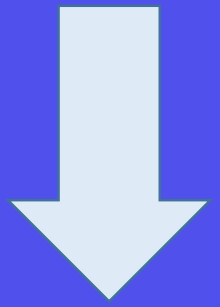


- организация здорового питания на рабочем месте
- обучение работников составлению индивидуального сбалансированного меню
- еженедельная полезная рассылка в чате
- организация мероприятий по повышению физической активности
- групповые и индивидуальные сессии с психологом, направленные на снижение уровня стресса
- мероприятия, направленные на профилактику злоупотребления алкоголем и отказа от курения

Ключевые показатели эффективности

Количество дней временной нетрудоспособности

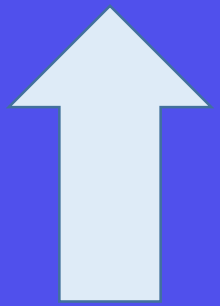
10,4 дня



8 дней

Увеличение числа лиц ведущих ЗОЖ

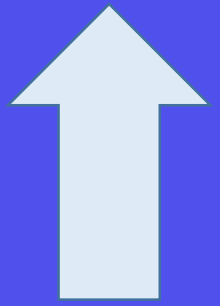
10%



13%

Забота о сотрудниках, рост удовлетворенности сотрудников

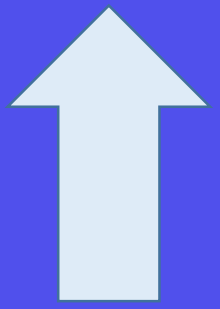
80%



58-65%

Продолжительность жизни

до 78 лет



ОРГАНИЗАЦИЯ ПМО И ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ

ПРИКАЗ МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ОТ 28 СЕНТЯБРЯ 2023 Г. N 515Н «О ВНЕСЕНИИ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА И ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ОПРЕДЕЛЕННЫХ ГРУПП ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ, УТВЕРЖДЕННЫЙ ПРИКАЗОМ МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ОТ 27 АПРЕЛЯ 2021 Г. N 404Н»

План по РБ на 2025 г. по обследованию трудоспособного возраста – **1 001 873** человек, из них ДОГВН на рабочем месте **- 218 154**

ЦЕНТР ПРОМЫШЛЕННОЙ МЕДИЦИНЫ

ЦЕЛЬ:
Обеспечение доступности профилактических мероприятий работающих на территориях предприятий

- Проведение периодических медицинских осмотров
- Диспансеризация взрослого населения на предприятиях
- Диспансерное наблюдение на рабочем месте

Организовать взаимодействие предприятий и медицинских организаций

КОРПОРАТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ В ЦИФРОВУЮ ЭПОХУ

Питание		Приложения для подсчета калорий, детальный анализ нутриентов, готовые планы питания
Физическая активность		Приложения для тренировки в офисе, шагомер, QR-код на офисные зарядки
Вредные привычки		Приложения для отказа от курения, отслеживания прогресса
Управление стрессом		Приложения для медитации и осознанности, экстренной помощи при панических атаках, дневники эмоций
Сон		Приложения с сонными сценариями, тренеры по сну, звуки и музыка для сна

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

ПРИМЕР ЛУЧШИХ ПРАКТИК

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ



ПРОВЕДЕНИЕ ЕЖЕДНЕВНОЙ ЗАРЯДКИ В ХОЛЛЕ ЦЕНТРА С ЦЕЛЬЮ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ



ОКТЯБРЬСКИЙ ПАКЕР
НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ФИРМА

БЕСПЛАТНОЕ 3-РАЗОВОЕ ПИТАНИЕ, СЕЗОННАЯ РАЗДАЧА ВИТАМИНОВ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АППАРАТОВ ВЫДАЮЩИХ СВЕЖЕВЫЖАТЫЙ СОК,ФИТОТЕРАПИЯ

БАШКИРСКАЯ ГЕНЕРИРУЮЩАЯ КОМПАНИЯ



ПРОВЕДЕНИЕ РАСШИРЕННЫХ МЕДОСМОТРОВ, САНАТОРНО-КУРОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ , ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ СОТРУДНИКОВ, МАССАЖ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ

ГБУЗ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ КЛИНИЧЕСКИЙ ПРОТИВОТУБЕРКУЛЕЗНЫЙ ДИСПАНСЕР



ИНФОРМИРОВАНИЕ СОТРУДНИКОВ О СПОСОБАХ ПРОФИЛАКТИКИ СТРЕССА, ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ УПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

ИНФОРМИРОВАНИЕ РАБОТНИКОВ О ПРОФИЛАКТИКЕ И ЗОЖ

- буклеты;
- лифлеты;
- открытки;
- плакаты;
- флаеры;
- блокноты и другие виды услуг.

Наши контакты:

ufa.rcmp.rio@doctorrb.ru

тел.: +7(347)216-55-43



https://www.takzdorovo.ru

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

РАЗРАБОТКА КОРПОРАТИВНЫХ ПРОГРАММ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКОВ

СОЗДАДИМ КОРПОРАТИВНУЮ ПРОГРАММУ ВМЕСТЕ

#Здоровыйсотрудник02 – трудовой резерв компании

ЦЕНТР КОМПЕТЕНЦИИ:

- МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
- МИНИСТЕРСТВО СЕМЬИ, ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
- ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

КОНТАКТЫ ЦЕНТРА:
ufa.rcmp@doctorrb.ru
ТЕЛ.: +7(347)216-55-23
Г. УФА, УЛ. ПАРХОМЕНКО, 101

Здоровье и долголетие жителей региона

Мы на «Яндекс Музыке»

ГБУЗ РЦОЗиМП

Главный врач
ГБУЗ РЦОЗ и МП
А.В. Мамаева

Мы в Telegram

Мы в Вконтакте

ул. Пархоменко, 101, Уфа,
Респ. Башкортостан, 450005,
ufa.rcmp@doctorrb.ru