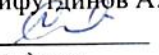
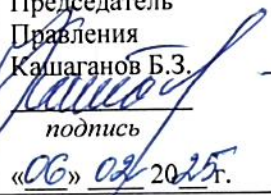


П-15-25

**ПОЛОЖЕНИЕ
О ПРОФИЛАКТИКЕ И УЛУЧШЕНИИ ЗДОРОВЬЯ
РАБОТНИКОВ АО «СЭГРЭС-2»**

Копия №__	Издание № <u>1</u>	Разработал	Разработал	Утверждаю
Дата плановой актуализации « <u>06</u> » <u>01</u> 20 <u>28</u> г.	Изменение №__	Заведующая ЛПС Молдаханова Н.Н.  подпись « <u>08</u> » <u>01</u> 20 <u>25</u> г.	Начальник СБиОТ Сайфутдинов А.В.  подпись « <u>24</u> » <u>01</u> 20 <u>25</u> г.	Председатель Правления Каппаганов Б.З.  подпись « <u>06</u> » <u>02</u> 20 <u>25</u> г.
Срок действия продлен до «__» __ 20__ г.		Приказ № <u>183</u> от « <u>13</u> » __ <u>02</u> 20 <u>25</u> г.		

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Структурное подразделение	Должность разработчика документа	Ф.И.О. разработчика документа	Подпись	Телефон
ЛПС	Заведующая ЛПС	Молдаханова Н.Н		3-14
СБиОТ	Начальник СБиОТ	Сайфутдинов А.В.		3-24
Категория документа	☐ организационный документ (положение о подразделении, должностная инструкция и т.п.) ☐ технологический документ (инструкция, регламент, методика и т.п.) ☐ документированная процедура ☒ другое			
Наименование документа	Положение о профилактике и улучшении здоровья работников АО «СЭГРЭС-2»		Код документа	П-15-25

СОГЛАСОВАНИЕ

Дата получения документа	Срок согласования	Должность	Ф.И.О.	Подпись	Дата согласования
05.02.25.	1 день	Заместитель Председателя Правления по общим и социальным вопросам	Нугманова Г.К.		6.02.25
24.01.25.	1 день	Начальник УПБОТОС	Байтемиров М.К.		24.01.2025
24.01.25.	2 р/8	Начальник ЮО	Косовская П.И.		28.01.25.
23.01.25	1 день	Начальник ПТУ	Кадырбеков К.М.		23.01.2025
30.01.25.	2 д.	Главный бухгалтер	Уразаева С.Т.		31.01.2025
23.01.25	1 день	Начальник УУЧР	Ахметов К.К.		23.01.2025
29.01.25	1 день	Заведующая бассейном	Каржинкулова М.А.		29.01.2025
29.01.25.	1 день	Председатель профкома	Галеева С.А.		29.01.2025
24.01.2025	1 день	Менеджер ГО и СВ	Сүлеймен С.К.		24.01.2025.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Общие положения.....	3
2.	Нормативные ссылки.....	3
3.	Термины и определения	4
4.	Обозначения и сокращения	4
5.	Цели и задачи	4
6.	Организация системы профилактики и улучшения здоровья.....	5
7.	Меры по профилактике заболеваний.....	10
1.	Проведение профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы	11
2.	Профилактика заболеваний дыхательных путей.....	11
3.	Профилактика заболеваний суставов	12
4.	Профилактика заболеваний психики и нервной системы	12
8.	Финансирование мероприятий	14
9.	Оценка эффективности мероприятий	14
10.	Ответственность и полномочия	15

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Настоящее «Положение о профилактике и улучшении здоровья работников АО «Станция Экибастузская ГРЭС-2» (далее – Положение) разработано в соответствии с требованиями законодательства Республики Казахстан и устанавливает основные принципы и подходы к профилактике и улучшению здоровья работников АО «Станция Экибастузская ГРЭС-2» (далее – Общество).

2. Улучшение здоровья работников является важной задачей для любой организации, поскольку это напрямую влияет на производительность, мотивацию и общую удовлетворенность трудом. Профилактические меры должны охватывать физическое, психическое и социальное здоровье.

3. Настоящее Положение распространяется на всех работников Общества и является обязательным для исполнения.

4. Настоящее Положение вступает в силу с момента его утверждения и действует до внесения в него изменений или до его отмены.

5. Контроль за исполнением настоящего Положения возлагается на начальника УПБОТОС, заведующую ЛПС.

2. НОРМАТИВНЫЕ ССЫЛКИ

6. Настоящее Положение разработано с учетом требований следующих нормативных документов:

1) Трудового Кодекса Республики Казахстан от 23 ноября 2015 года № 414-V
2) Кодекса Республики Казахстан «О здоровье народа и системе здравоохранения» от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК;

3) Приказа и. о. Министра здравоохранения Республики Казахстан от 15 октября 2020 года № ҚР ДСМ-131/2020 «Об утверждении целевых групп лиц, подлежащих обязательным медицинским осмотрам, а также правил и периодичности их проведения, объема лабораторных и функциональных исследований, медицинских противопоказаний, перечня вредных и (или) опасных производственных факторов, профессий и работ, при выполнении которых проводятся предварительные обязательные медицинские осмотры при поступлении на работу и периодические обязательные медицинские осмотры и правил оказания государственной услуги «Прохождение предварительных обязательных медицинских осмотров»;

4) Приказа и.о. Министра здравоохранения Республики Казахстан от 9 июня 2011 года № 381 «Об утверждении Положения о деятельности организаций здравоохранения, осуществляющих деятельность в сфере формирования здорового образа жизни»;

5) Приказа Министра здравоохранения Республики Казахстан от 24 августа 2021 года № ҚР ДСМ-90 «Об утверждении Правил оказания первичной медико-санитарной помощи»;

6) Постановление Правительства Республики Казахстан от 15 октября 2018 года № 634 «Об утверждении Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан "Денсаулық" на 2016 - 2019 годы»;

- 7) ISO 45001-2018 «Системы менеджмента охраны здоровья и обеспечения безопасности труда. Требования и руководство по их применению»;
- 8) К-01 «Кодекса поведения «АО СЭГРЭС-2»;
- 9) ДП-8.1 «Проведение предсменного/предрейсового и послесменного/послереисового медицинского осмотра»;
- 10) ДП-8.2 «Проведение медицинского осмотра персонала».

3. ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ

7. В настоящем Положении применяются следующие термины с определением:

- 1) компьютерная томография – метод диагностики органов брюшной полости и почек, дыхательной и костной систем человека;
- 2) магнитно-резонансная томография – инструментальный метод диагностики, позволяющий получать подробнейшие послойные снимки практически любой области человеческого тела;
- 3) ультразвуковое исследование – не инвазивный метод диагностики, позволяющий оценить состояние любого органа человеческого организма;
- 4) электрокардиограмма – запись электрической активности сердца, известный и широко используемый диагностический инструмент в кардиологии.

4. ОБОЗНАЧЕНИЯ И СОКРАЩЕНИЯ

8. В настоящем Положении применяются следующие обозначения и сокращения:

- ГО и СВ – группа по общим и социальным вопросам;
- ЗОЖ – здоровый образ жизни
- КТ – компьютерная томография;
- ЛПС – лечебно-профилактическая служба;
- МРТ – магнитно-резонансная томография;
- Общество – АО «Станция Экибастузская ГРЭС-2»;
- ОСМС – обязательное социальное медицинское страхование;
- УЗИ – ультразвуковое исследование;
- УПБОТОС – управление промышленной безопасности, охраны труда, окружающей среды;
- УУЧР – управление по управлению человеческими ресурсами;
- ЭКГ – электрокардиограмма.

5. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

9. Целью данного Положения является определение порядка организации и проведения мероприятий по профилактике и улучшению здоровья работников, в том числе:

- 1) предотвращение профессиональных заболеваний и травматизма среди работников;
- 2) создание условий для поддержания и укрепления здоровья работников;

- 3) повышение уровня осведомленности работников о вопросах здорового образа жизни.
10. Задачи:
- 1) проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение рисков для здоровья;
 - 2) организация медицинских осмотров и консультаций;
 - 3) пропаганда здорового образа жизни среди работников;
 - 4) обеспечение оптимальных условий труда и отдыха.

6. ОРГАНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ И УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

№ п/п	Поручение	Мероприятие	Ответственный исполнитель	Примечание
1.	Включение в план работы лечебно-профилактической службы мер профилактики и оздоровления работников	1. Разработка перспективного плана лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества 2. Проведение медицинского осмотра в соответствии с Правилами и периодичностью проведения обязательных медицинских осмотров (ДП-8.2 «Проведение медицинского осмотра персонала»); 3. Содействие в проведении профилактических прививок против вакциноуправляемых инфекций согласно прививочного календаря или по эпидемиологической ситуации.	ЛПС	1. Разработан Перспективный план лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества. 2. Проведение предварительного и периодического медицинского осмотра работников Общества, проведение медицинского осмотра декретированной группы лиц (Приказ и.о. Министра здравоохранения Республики Казахстан от 15 октября 2020 года №КР ДСМ-1 31/2020) в соответствии с утвержденной ДП-8.2 «Проведение медицинского осмотра персонала». 3. Положение о ЛПС.
2.	Назначение лиц и подразделений, ответственных за разработку и реализацию программ профилактики и оздоровления работников.	Утвержденный Перспективный план лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества с назначением ответственных лиц.	ЛПС	Утвержденный Перспективный план лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества с назначенными ответственными лицами.

3.	Установление порядка взаимодействия со специализированными медицинскими учреждениями для диспансеризации и проведения обследований состояния здоровья работников и лечения.	1. Проведение диспансеризации с последующим обследованием и профилактическим лечением силами ЛПС согласно приказу (Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23.10.2020 года ҚР ДСМ-149/2020), согласно Положению о ЛПС, согласно утвержденному Перспективному Плану лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества. 2. Взаимодействие с медицинскими учреждениями, в том числе со специализированными, для проведения дополнительного обследования и лечения работников Общества (направление работников в медучреждения по месту прикрепления в рамках ОСМС)	ЛПС	В АО «СЭГРЭС-2» имеется Лечебно-профилактическая служба (30 специалистов) которая работает в соответствии с Приказом Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23.10.2020 года №ҚР ДСМ-149/2020 «Об утверждении правил организации оказания медицинской помощи лицам с хроническими заболеваниями, периодичности и сроков наблюдения, обязательного минимума и кратности диагностических исследований». При необходимости специалисты ЛПС направляют персонал для прохождения дополнительного обследования в рамках ОСМС в медицинские учреждения по месту прикрепления (Положение о ЛПС).
4.	Организация медицинских пунктов или здравпунктов в ДЗО с наличием в них современных оборудования для выявления сердечно-сосудистых заболеваний на ранних стадиях и лекарственных препаратов для оказания первичной медицинской помощи.	1. Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 29 октября 2020 года № ҚР ДСМ-167/2020 «Об утверждении минимальных стандартов оснащения организаций здравоохранения медицинскими изделиями» 2. Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 30 ноября 2020 года № ҚР ДСМ-225/2020 «Об утверждении правил оказания скорой медицинской помощи, в том числе с привлечением медицинской авиации».	ЛПС	В АО «СЭГРЭС-2» имеется Лечебно-профилактическая служба (ЛПС), с наличием: УЗИ-аппарат, ЭКГ-аппарат, дефибриллятор, ФГДС-аппарат, биохимический и гематологический анализаторы, спелеотерапия, спирограф, наличие лекарственных препаратов для обследования, лечения и оказания первой медицинской помощи силами ЛПС, согласно приказу «Об утверждении минимальных стандартов оснащения организаций здравоохранения медицинскими изделиями» Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 29 октября 2020 года

				№ КР ДСМ-167/2020 и Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 30 ноября 2020 года № КР ДСМ-225/2020 «Об утверждении правил оказания скорой медицинской помощи, в том числе с привлечением медицинской авиации».
5.	Установления порядка обязательного предменного и послемменного обследований работников.	Установление порядка обязательного предменного/предрейсового и послемменного/послереисового медицинского осмотра работников Общества	ЛПС	Мероприятие выполняется в полном объеме на основании разработанного ДП-8.1 «Проведение предменного/предрейсового и послемменного/послереисового медицинского осмотра».
6.	Установления порядка оказания первичной медико-санитарной помощи.	Положение о ЛПС	ЛПС	Первичная медико-санитарная помощь оказывается в условиях и силами ЛПС. ЛПС является структурным подразделением АО «Станция Экибастузская ГРЭС-2». Основной деятельностью ЛПС является сохранение и укрепление здоровья работников Общества, направленная на снижение показателей общей заболеваемости за счет улучшения качества медицинских услуг и внедрения новых рациональных методов лечения и диагностики (толожение о ЛПС).
7.	Установления порядка диспансеризации и мониторинга состояния здоровья работников.	1. Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23.10.2020 года №КР ДСМ-149/2020«Об утверждении правил организации оказания медицинской помощи лицам с хроническими заболеваниями, периодичности и сроков наблюдения,	ЛПС	Проведение диспансеризации с последующим обследованием и профилактическим лечением силами ЛПС: 1) согласно приказу (Приказ Министра здравоохранения Республики

		обязательного минимума и кратности диагностических исследований» 2. Положение о ЛПС 3. Утвержденный Перспективный план лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества 4. Приказ ежегодный по Обществу «О прохождении периодического медицинского осмотра»		Казахстан от 23.10.2020 года №КР ДСМ-149/2020); 2) согласно Положению о ЛПС; 3) согласно утвержденному Перспективному плану лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества; 4) согласно ДП-8.2 «Проведение медицинского осмотра персонала силами ЛПС для обеспечения динамического наблюдения за состоянием здоровья работающих, своевременного установления начальных признаков заболевания, предупреждения общих заболеваний; 5) согласно ежегодному Приказу по Обществу «О прохождении периодического медицинского осмотра».	
8.	Внедрение социального медицинского страхования.	Обязательное социальное медицинское страхование	Бухгалтерия	Исчисление и перечисление отчислений на обязательное социальное медицинское страхование осуществляется ежемесячно с 1 июля 2017 года. Удержание и перечисление Взносов на обязательное социальное медицинское страхование осуществляется ежемесячно с 1 января 2020 года. (Закон Республики Казахстан «Об обязательном социальном медицинском страховании» от 16 ноября 2015 года № 405-V ЗРК.).	
9.	Обеспечение здорового питания в	Здоровое питание	ГО и СВ	На объектах	питания,

	СТОЛОВЫХ.			обслуживающих работников и изготавливающих для работников Общества, составляется меню, утвержденное руководителем организации (с учетом трудового режима организации). Меню разрабатывается с учетом типа объекта питания, особенностей питания для различных категорий, возрастных физиологических потребностей, условий труда, а также национальных традиций и ассортимента отечественной продукции, производимой в регионе, формирования рациона здорового питания.
10.	Проведение регулярных обучающих семинаров и тренингов с использованием современных мультимедийных средств для пропаганды здорового питания, физической активности и отказа от вредных привычек.	Проведение семинаров, тренингов, лекций по ЗОЖ (с привлечением специалиста ЛПС, организация выездных лекций специалистами СПИД-центра, центра ЗОЖ)	ЛПС	1. Журнал распоряжений ЛПС. 2. Утвержденный Перспективный план лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества. 3. Утвержденный План лечебно-профилактической службы (Ф-ДП-2.6-09 «План работы структурного подразделения»).
11.	С привлечением специалистов организаций здравоохранения, осуществляющих деятельность в сфере формирования здорового образа жизни разработка и внедрение: 1) программ профилактики заболеваний и улучшения здоровья работников; 2) программы здорового питания	1. Проведение профилактического лечения (с 2010 года) (в т.ч. Лиц из группы риска) работников сформированной группы по результатам проведенного ежегодного обязательного медицинского осмотра работников Общества. Закупка медикаментов и медицинских изделий для проведения профилактического лечения и оздоровления работников Общества (согласно Кодексу о здоровье народа и системе здравоохранения).	ЛПС ГО и СВ Бассейн	1. Заключительный акт медицинского осмотра лиц, занятых во вредном производстве. 2. Утвержденный Перспективный план лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья работников Общества. 3. Утвержденный План лечебно-профилактической службы (Ф-ДП-

	в столовых с учетом разнообразных продуктов, богатых витаминами, минералами и клетчаткой с ограничением солей, насыщенных жиров и сахара; 3) программы повышения уровня физической активности работников; 4) программы здорового образа жизни.	2. Программы здорового питания. 3. программы повышения уровня физической активности работников.		2.6-09 «План работы структурного подразделения»). 4. Договора о закупке медикаментов для профилактического лечения. 5. Разработка программы здорового питания (запрет на реализацию энергетических напитков на территории станции). 6. Разрабатывается ежегодно годовой план проведения спортивно – массовых, зрелищных мероприятий для работников АО «Станция Экибастузская ГРЭС -2». 7. Для работников АО «СЭГРЭС-2» согласно коллективного договора предоставляются услуги бассейна и тренажерного зала в п. Солнечный, находящегося на балансе Общества.
12.	Установление порядка взаимодействия с учреждениями санаторно-курортного лечения и восстановления работников. Предоставление бесплатных или с частичной оплаты путевок и программ оздоровления в специализированных учреждениях.	Заключение договоров с учреждениями санаторно-курортного лечения и восстановления работников.	ГО и СВ	Заключаются ежегодно Договоры с учреждениями санаторно-курортного лечения и восстановления работников.

7. МЕРЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ

11. Проведение ежегодных комплексных медицинских осмотров в медицинских учреждениях с использованием переносного диагностического оборудования, составление индивидуальных рекомендаций по здоровью.

1. Проведение профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы

12. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний включает комплекс мероприятий, направленных на укрепление здоровья сердечно-сосудистой системы и снижение риска развития заболеваний, которые включают:

1) в соответствии с Правилами и периодичностью проведения обязательных медицинских осмотров (ДП-8.2 «Проведение медицинского осмотра персонала»);

2) проведение углубленных кардиологических осмотров с использованием современного диагностического оборудования, включая ЭКГ, УЗИ сердца, стресс-тесты и мониторинг артериального давления (силами ЛПС и по направлению в медицинские учреждения по месту прикрепления в рамках ОСМС);

3) применение КТ, МРТ и других передовых технологий для выявления сердечно-сосудистых заболеваний на ранних стадиях (формирование группы риска по заболеваниям сердечно-сосудистой системы по результатам периодического медицинского осмотра с последующим направлением в медицинские учреждения по месту прикрепления в рамках ОСМС);

4) организация обязательных перерывов в течение рабочего дня для выполнения физических упражнений, направленных на поддержание здоровья сердечно-сосудистой системы (для офисных работников);

5) предоставление работникам возможности проходить профилактическое и реабилитационное лечение в санаториях, специализирующихся на лечении сердечно-сосудистых заболеваний (в приоритете работники из группы риска по заболеваниям сердечно-сосудистой системы, а также всем желающим работникам Общества);

6) регулярный контроль и мониторинг артериального давления у работников из группы риска (согласно приказу Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23.10.2020 года №КР ДСМ-149/2020);

7) регулярный контроль и мониторинг уровня холестерина и меры по его снижению у работников из группы риска (согласно приказу Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23.10.2020 года №КР ДСМ-149/2020);

8) регулярный контроль и мониторинг уровня сахара в крови и меры по его снижению у работников из группы риска (согласно приказу Министра здравоохранения Республики Казахстан от 23.10.2020 года №КР ДСМ-149/2020).

2. Профилактика заболеваний дыхательных путей

13. Профилактика заболеваний дыхательных путей включает в себя комплекс следующих мероприятий:

1) обеспечение рабочих помещений современными системами вентиляции и очистки воздуха, регулярный мониторинг уровня загрязненности воздуха;

2) контроль и мониторинг работы вентиляционных систем;

3) обеспечение в медицинских учреждениях регулярного обследования с применением цифровых рентгеновских аппаратов, спирометрии и других методов диагностики для раннего выявления заболеваний дыхательных путей;

4) контроль обеспечения работников современными средствами индивидуальной защиты дыхательных путей, включая респираторы с высокой степенью фильтрации на сильно загрязненных участках;

5) предоставление работникам возможностей для лечения и профилактики заболеваний дыхательных путей в специализированных санаториях.

3. Профилактика заболеваний суставов

14. Профилактика заболеваний суставов включает в себя комплекс следующих мероприятий:

1) обеспечение эргономичной мебели и оборудования для минимизации нагрузки на суставы и позвоночник, регулярное обновление и модернизация рабочих мест для работников сидячей работы;

2) обеспечение условий работы с минимальными нагрузками на суставы и позвоночник;

3) регулярное обследование в медицинских учреждениях с применением МРТ и других диагностических технологий для выявления заболеваний суставов на ранних стадиях (по направлению в медицинские учреждения по месту прикрепления в рамках ОСМС);

4) организация регулярных перерывов для выполнения упражнений, направленных на профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата для сидячих работ;

5) обеспечение доступа к санаторно-курортным услугам, включающим лечебную гимнастику, физиотерапию и другие методы восстановления суставов.

4. Профилактика заболеваний психики и нервной системы

15. Улучшение психоэмоционального состояния работников является важной составляющей общего здоровья и благополучия на рабочем месте. Это способствует повышению продуктивности, снижению уровня стресса и выгорания, а также улучшению атмосферы в коллективе. Вместе с тем психологическая безопасность на рабочем месте – это важный аспект, который влияет на общее благополучие сотрудников и эффективность работы всей команды. Профилактика и поддержание психологической безопасности требуют комплексного подхода, включающего создание благоприятной рабочей атмосферы, обеспечение поддержки и уважения, а также профилактику стресса и эмоционального выгорания.

16. Основные профилактические меры для улучшения психоэмоционального состояния работников:

1) проведение в специальных медицинских учреждениях регулярных психологических тестирований и консультаций с использованием современных диагностических методик;

2) предоставление путевок в санатории, специализирующиеся на восстановлении психического здоровья, включающих программы релаксации, психологической помощи и восстановительной терапии;

3) обеспечение доступа к психологической помощи и поддержке через корпоративные сервисы или специализированные организации;

- 4) создание условий, при которых сотрудники могут свободно высказывать свои мысли, идеи и опасения без страха осуждения или наказания;
- 5) регулярное признание достижения работников и поощрение их за вклад в работу, для укрепления чувства самоуважения и значимости работников;
- 6) внедрение К-01 «Кодекса поведения «АО СЭГРЭС-2»;
- 7) организация тренингов по управлению стрессом, включая практики релаксации, медитации, дыхательные упражнения и техники осознанности;
- 8) организация тренингов, направленных на развитие эмоционального интеллекта, навыков общения и управления конфликтами, чтобы улучшить межличностные отношения на рабочем месте;
- 9) предоставление возможности гибкого рабочего графика, что позволит работникам лучше управлять своим временем и уменьшить стресс, связанный с перегрузками;
- 10) поощрение регулярного использования отпусков, перерывов в течение рабочего дня, чтобы работники могли отдыхать и восстанавливать свои силы;
- 11) предоставление поддержки работникам с семейными обязанностями, включая гибкость рабочего времени, отпуск по уходу за ребенком или помощь в организации ухода за детьми;
- 12) организация регулярных спортивных мероприятий, таких как командные игры, велопробеги, или пробежки;
- 13) уютное и комфортное рабочее место снижает уровень стресса и улучшает психоэмоциональное состояние. Обеспечение рабочих мест эргономичной мебелью, хорошей вентиляцией и освещением;
- 14) организация на рабочем месте зоны отдыха, где работники могут расслабиться и восстановить силы в течение дня;
- 15) организация регулярных корпоративных мероприятий и тимбилдинга, которые способствуют укреплению связи между работниками и повышают уровень доверия и взаимоподдержки;
- 16) поощрение участия работников в социальных и волонтерских проектах, это помогает развивать чувство принадлежности и значимости;
- 17) четкое разграничение обязанностей, обеспечение четкого определения задачи и обязанности каждого работника, чтобы избежать перегрузки и конфликтов, связанных с неправильным распределением работы;
- 18) установление реалистичных целей и сроков выполнения задач, чтобы избежать чрезмерного давления и стресса у работников;
- 19) внедрение практики ротации задач или функций, чтобы работники могли переключаться между различными видами деятельности и избегать монотонности;
- 20) предоставление возможности для обучения и профессионального роста. Развитие новых навыков и получение новых знаний повышает уверенность работников и снижает чувство неудовлетворенности;
- 21) обеспечение доступа к карьерному консультированию, чтобы помочь работникам планировать и достигать своих профессиональных целей;
- 22) проведение регулярных собраний и встреч с работниками, чтобы обсудить их нужды, ожидания и проблемы, это помогает создать атмосферу доверия и сотрудничества;

23) организация программы поддержки для работников с детьми, включая помощь в организации детских лагерей или частичное покрытие расходов на уход за детьми;

24) предоставление дополнительных дней отпуска или гибкое время для решения семейных вопросов;

25) привлечение работников к процессу принятия решений, особенно по вопросам, касающимся их работы и условий труда, это помогает повысить вовлеченность и чувство контроля над ситуацией;

26) обучение руководителей и работников выявлять ранние признаки эмоционального выгорания работников и предлагать соответствующую поддержку;

27) организация тренингов и семинаров по профилактике выгорания, включая управление временем, стресс-менеджмент и техники релаксации;

28) регулярная оценка уровня стресса среди работников и выявление тех, кто подвержен риску эмоционального выгорания;

29) проведение информационных кампаний и программы по повышению осведомленности о психическом здоровье, чтобы работники могли лучше понимать и заботиться о своем психоэмоциональном состоянии;

30) предоставление работникам доступ к книгам, статьям и онлайн-курсам, посвященным психоэмоциональному здоровью и саморазвитию;

31) обучение работников техникам саморегуляции, чтобы они могли лучше управлять своими эмоциями и поведением, особенно в стрессовых ситуациях;

32) организация обучения для руководителей по управлению командой с акцентом на поддержание психологической безопасности;

33) развитие культуры взаимопомощи, где каждый работник заботится о благополучии своих коллег;

34) в соответствии с правилами оказания первичной медико-санитарной помощи проведение обучения навыкам первой помощи, чтобы сотрудники могли быстро и эффективно реагировать на чрезвычайные ситуации.

8. ФИНАНСИРОВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ

17. Финансирование мероприятий по профилактике и улучшению здоровья работников обеспечивается за счет бюджета Общества.

9. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕРОПРИЯТИЙ

18. Мониторинг, анализ и оценка состояния здоровья работников, эффективности мероприятий осуществляется ЛПС Общества.

19. Организация разработки, корректировки и совершенствование программ на основе анализа результатов осуществляется ответственными подразделениями (УПБОТОС, ЛПС, Бассейн, Профком, УУЧР).

10. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ И ПОЛНОМОЧИЯ

20. Ответственность за организацию и осуществление профилактики и улучшения здоровья работников несут руководство Общества и руководители структурных подразделений.

21. Руководитель Общества несет ответственность за назначение ответственного подразделения за разработку внутренних нормативных документов в соответствии с требованиями настоящего Положения.

22. Ответственность за внедрение внутренних нормативных документов в соответствии с настоящим Положением несет Председатель Правления Общества.

23. Настоящее Положение утверждается Председателем Правления Общества.

24. Нарушение требований настоящего Положения влечет за собой дисциплинарные меры, предусмотренные законодательством.