



«СОГЛАСОВАНО»

Главный врач Центра
общественного здоровья
и медицинской профилактики
Республики Бурятия
имени В.Р. Бояновой

 Е.Б. Доржиева
« 15 » 03 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель мэра г. Улан-Удэ
председатель Комитета
по социальной и молодежной
политике

 С.В Трифонова
« 15 » 03 2022 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О КОНКУРСЕ

«ЛУЧШАЯ КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»

Конкурс проводится с целью выявления, поощрения, продвижения и тиражирования лучших корпоративных практик. Корпоративные программы укрепления здоровья на рабочем месте представляют собой комплекс мероприятий по созданию условий для сохранения здоровья, повышения приверженности к здоровому образу жизни сотрудников и коррекция факторов риска хронических неинфекционных заболеваний, а также своевременная диагностика сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний и реабилитация постковидного синдрома.

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения конкурса «Лучшая корпоративная программа укрепления здоровья на рабочем месте» среди организаций всех организационно-правовых форм, внедривших корпоративную программу укрепления здоровья и осуществляющих деятельность на территории г. Улан-Удэ (далее – Конкурс).

1.2. Организатором Конкурса является Комитет по социальной и молодежной политике Администрации г.Улан-Удэ и ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики РБ им. В.Р. Бояновой». При поддержке Министерства здравоохранения РБ и общественных организаций.

1.3. Конкурсная комиссия формируется из членов представителей Организатора Конкурса, профильных министерств и ведомств, общественных организаций и пр.

1.4. Экспертная группа Конкурса – приглашенные специалисты, компетентные в тематике Конкурса, участвуют в разработке основных требований к формированию конкурсной документации, структуры и рекомендаций по защите работ, методики и критериев оценки.

2. Цели и задачи конкурса на определение лучшей корпоративной практики укрепления здоровья на рабочем месте

К основным целям национального проекта «Демография» относятся увеличение ожидаемой продолжительности здоровой жизни населения России до 67 лет, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни. Достижение поставленных целей возможно за счет снижения смертности населения от заболеваний и управляемых внешних причин, за счет профилактических мероприятий, ранней диагностики заболеваний и своевременной коррекции факторов риска преждевременной смерти.

2.1 Цель Конкурса – Формирование корпоративной культуры здоровья, за счет создания системы сохранения и укрепления здоровья трудящихся на рабочем месте через мотивирование и привлечение к ЗОЖ, профилактику поведенческих факторов риска. Ведь именно здоровье сотрудников является ключевым ресурсом устойчивого и эффективного развития организации и общества в целом.

2.2 Задачи Конкурса:

- выявить успешные корпоративные программы здоровья и ее элементы, от организации здоровых рабочих мест до профилактики пагубных зависимостей, программ здорового питания, физической активности, управления стрессом и др., растиражировать среди организаций г. Улан-Удэ и по республике Бурятия;

- привлечь внимание предпринимательства и организаций бюджетной сферы в области формирования и создания среды для ведения ЗОЖ и профилактики хронических неинфекционных заболеваний, повышения экономической эффективности поведения сотрудников, создать условия для внедрения корпоративных программ во все организации всех форм собственности;

- повысить ответственность руководства организаций, формирование социально-ориентированной политики в вопросах сохранения здоровья и снижения количественного уровня основных показателей факторов риска заболеваний и их контроль через проведение периодического профилактического скрининга здоровья работающих (медосмотры, диспансеризация, профосмотры).

3. Участие в конкурсе

3.1. К участию в конкурсе допускаются организации всех организационно-правовых форм собственности, осуществляющие деятельность на территории г. Улан-Удэ РБ, реализующие корпоративные программы укрепления здоровья на рабочем месте в 2022 году.

Конкурс проходит в четыре этапа:

1 этап – Прием заявок;

2 этап – Реализация корпоративной программы и предоставление отчета о проведенных мероприятиях;

3 этап – Оценка конкурсных работ, отбор участников для прохождения в следующий этап;

4 этап – Защита конкурсных работ, подведение итогов конкурса на лучшую корпоративную практику укрепления здоровья на рабочем месте и награждение победителей.

Участники представляют следующий пакет документов:

На 1 этапе:

- Заявка на участие в Конкурсе (Приложение 1);
- Письменное согласие на открытую публикацию информации о проекте (Приложение 2);

На 2 этапе:

- Презентация в формате Microsoft Power Point, видеоролики продолжительностью до трех минут приветствуются;
- Текстовое описание конкурсного проекта;
- Перечень информационных материалов;
- Чек-листы комплексной оценки эффективности реализации корпоративной программы.

Требования к оформлению и список материалов в Приложении 3.

3.3. Документы необходимо направить Организатору в электронном виде по электронной почте: rcmp_bur@mail.ru.

3.4. Поступившие Заявки на участие и конкурсная документация направляются Экспертной группе для отбора к участию в Конкурсе, включая проверку соответствия представленной информации обозначенным требованиям.

3.5. По решению оргкомитета Конкурса сроки приема и рассмотрения заявок могут быть изменены. Конкурсные работы и материалы не возвращаются.

3.6. К рассмотрению организационным комитетом Конкурса не допускаются:

- а) поданные после даты окончания приема заявок;
- б) содержащие материалы, не относящиеся к тематике выбранной номинации;
- в) заявки, заполненные некорректно;
- г) заявки, содержащие не подтвердившуюся или неактуальную информацию.

3.7. Отбор участников конкурса для прохождения в следующий этап осуществляется Экспертной группой по следующим критериям:

- а) Полнота, достоверность представленных материалов, оригинальность решения задач, эффективность проводимых мероприятий;
- б) Количество баллов, набранных по чек-листам.

3.7. Участники 4 этапа Конкурса защищают свои проекты очно (формат представления может быть изменен Организатором конкурса).

Презентация и защита проекта проводится в соответствии с порядком и графиком, определяемой Конкурсной комиссией.

4. Определение победителей Конкурса

4.1. Определение победителей Конкурса, на 4 этапе, проводится на основании заключения Конкурсной комиссии в ходе общего заседания ее представителей путем голосования с оформлением протокола.

4.2. Регламент проведения защиты конкурсных проектов:

- участникам необходимо подготовить доклад, презентацию в формате Power Point (демонстрация видеороликов продолжительностью до трех минут приветствуется);

- выступление участника – 10 минут,
- ответы на вопросы, обратная связь – 5 минут

4.3. *Оценка Конкурсных работ:*

- по количеству баллов, набранных по чек-листам;
- активности освещения мероприятий, проводимых в рамках корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте, в социальных сетях (Телеграмм, сайты организаций и т.д.). Конкурсной комиссией учитываются такие показатели, как количество публикаций, их последовательность, полнота представленной информации, нестандартная и интересная подача материала.

А также Конкурсная комиссия в целом оценивает корпоративную программу по следующим критериям:

- актуальность;
- эффективность;
- возможность тиражирования;
- оригинальность решения задачи.

4.3. По решению Экспертной группы могут вводиться дополнительные критерии.

4.4. Проект считается победившим, если он набрал наибольшее количество баллов по чек-листам оценки эффективности реализации корпоративной программы, а также получил максимальное количество голосов участников Конкурсной комиссии.

4.5. Победители Конкурса награждаются дипломами победителя и денежным вознаграждением в размере: 1 место - 70 000 руб., 2 место – 50000 руб., 3 место- 30000 руб.

5. Дополнительные номинации:

- лучший руководитель организации (организатор конкурса учреждения, предприятия);

- лучшее массовое мероприятие;
- лучший партнер, спонсор корпоративной программы;
- лучшая команда блогеров ЗОЖ организации;
- лучшая общественная организация-партнер по корпоративной программе;

- эффективный лидер корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте;
- лучший СМИ, сопровождающий конкурс.

6. Организаторы и сроки проведения конкурса

6.1. Организатором Конкурса является Комитет по социальной и молодежной политике Администрации г.Улан-Удэ и ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики РБ им. В.Р. Бояновой». При поддержке Министерства здравоохранения РБ и общественных организаций.

6.2. Конкурс на лучшую корпоративную программу проводится в несколько этапов:

1 этап– Прием заявок. Срок: 15.03. – 15.04.2022г;

2 этап – Реализация корпоративной программы и предоставление отчета о проведенных мероприятиях. Срок: 16.04.- 15.10.2022г;

3 этап – Оценка конкурсных работ, отбор участников для прохождения в следующий этап. Срок 16.10 – 31.10.2022г;

4 этап – Защита конкурсных работ, подведение итогов конкурса на лучшую корпоративную практику укрепления здоровья на рабочем месте и награждение победителей. Срок 21.11.- 25.11.2022г.

Приложение 1

Заявка на участие в конкурсе «Лучшая корпоративная программа укрепления здоровья на рабочем месте»

Таблица 1 – Информация об участнике конкурса

Информация об организации (предприятии)		
1	Официальное наименование организации (предприятия): полное	
2	Официальное наименование организации (предприятия): сокращённое	
3	Адрес организации(предприятия)	
4	Общее количество сотрудников	
5	Ф.И.О. руководителя (полностью), телефон	
6	Официальный сайт организации, аккаунты в социальных сетях (при наличии)	
Информация об ответственном лице за участие в конкурсе:		
6	Фамилия Имя Отчество полностью	
9	Должность	
10	Е-mail	
11	Телефон служебный и мобильный	

Приложение №2

СОГЛАСИЕ

на публикацию (размещение) в средствах массовой информации
об организации, о подаваемой организацией заявке и об иной информации
об организации, связанной с конкурсом

Настоящим даю согласие на публикацию (размещение) в СМИ информации

(наименование юридического лица)

как участнике конкурсного отбора о подаваемой заявке и иной информации,
связанной с конкурсным отбором.

Настоящее согласие действует со дня его подписания.

Приложение №3

Требования к оформлению и список предоставляемых материалов

1. Корпоративная программа «Укрепление здоровья на рабочем месте»;
2. Презентация в формате Microsoft Power Point, видеоролики продолжительностью до трех минут приветствуются.

Требования к оформлению презентаций

а) Презентация Microsoft PowerPoint, должна содержать материалы, иллюстрирующие реализацию мероприятий по выбранному направлению корпоративной программы, направленных на решение задач в сфере ЗОЖ, созданию условий для сохранения и укрепления здоровья работающих.

б) Первый слайд презентации - титульный лист, отражающий название конкурса, номинацию, полное наименование организации, количество сотрудников.

с) Презентация должна содержать **не более 25 слайдов** и отражать опыт практической реализации мероприятий в организации (предприятии).

д) Информация на слайдах может быть представлена в виде таблиц, графиков, диаграмм, фотографий, видеороликов, инфографики, аудиороликов, печатной информации.

- Презентация должна быть представлена в электронном виде – на компакт-диске или USB-флеш-накопителе;

3. Текстовое описание конкурсного проекта, включающее сроки, цели проекта, достижения и результаты (не более 10 страниц формата А-4, шрифт Times New Roman, размер кегля 12);

4. Перечень информационных материалов (с обязательной ссылкой на социальную сеть Инстаграм, Фейсбук, Телеграмм), с указанием даты выхода и наименования мероприятия;

5. Чек-листы комплексной оценки эффективности реализации корпоративной программы.

Таблица 1- Чек-лист комплексной оценки реализации корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте

Каждый положительный ответ, подтвержденный фото, видеоконтентом, ссылкой на социальные сети, копии документов, дает 1 балл.

№п/п	Критерий оценки	ДА/НЕТ
1	Создана рабочая группа по реализации корпоративной программы (приказ, распоряжение, решение коллектива)	
2	Руководителем рабочей группы является руководитель организации либо его заместитель	
3	Рабочая группа проводит заседания не реже одного раза в месяц (протоколы заседаний)	
4	Наличие финансирования корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте (профсоюз, собственные средства, личные средства)	
5	Сформирован план мероприятий, направленный на сохранение и укрепление здоровья сотрудников, с прописанными в нем краткосрочными, среднесрочными и долгосрочными целями	
6	Оценка инфраструктуры (фото, видео и др.): А) создание условий (выделение места и времени) для занятий физической активностью; Б) наличие мест для приема пищи; В) наличие комнат (места) психологической разгрузки; Г) медицинское сопровождение (медкабинет, медслужба, договор с МО и т.д.)	
7	Создана информационная среда для информирования и мотивирования сотрудников: А) официальный сайт организации; Б) Социальные сети (инстаграмм); В) Рассылка материалов через групповые чаты организации	
8	Реализуются мероприятия, направленные на повышение уровня грамотности в вопросах здоровья сотрудников . (вебинары со специалистами, консультации врачей, мастер-классы по приготовлению здоровой пищи и др.)	
9	Проведен опрос работодателя на оценку инфраструктуры и отношения к созданию здоровьесберегающей среды (результаты анкетирования)	
10	Проведен опрос сотрудников на оценку факторов риска хронических неинфекционных заболеваний (результаты анкетирования)	
11	Реализуются мероприятия, направленные на выявление поведенческих факторов риска (алкоголь, курение, низкая физическая активность, неправильное питание)	
12	Реализуются мероприятия, направленные на создание здорового окружения (формирование инфраструктуры на рабочем месте, способствующей рациональному питанию, отказу от вредных привычек, повышению качества жизни и др.) .	

13	Ежегодно, не реже одного раза в год, проводятся профилактические осмотры здоровья работающих (приказы, отчеты)	
14	В организации имеется система поощрений сотрудников за ведение ЗОЖ (материальное поощрение (приказы), общественное признание (грамоты), специальные призы и т.д.)	
15	Наличие утвержденных документов в организации по обучению сотрудников (повышение квалификации)	
16	Реализуется практика наставничества молодых специалистов на рабочем месте (приказы, распоряжения, программа и др)	
17	В организации используются меры социальной поддержки сотрудников (частичная оплата занятий фитнесом для сотрудников, поощрения сотрудников, талоны на питание и др.)	
18	Обеспечение обратной связи для сбора мнений, обсуждений мероприятий в рамках корпоративной программы укрепления здоровья (коробка для сбора мнений, пожеланий, отзывов)	
19	Организация учебы руководителей организации, начальников отделов в сфере укрепления и сохранения корпоративного здоровья	
20	Проводятся корпоративные тренинги, вебинары, обучение, консультации со специалистами в сфере здорового образа жизни (фото, видео, ссылка на страницу в социальной сети и др)	
21	Существует официально утвержденная руководством организации политика (НПА) о запрете курения табака на рабочем месте (исполнение ФЗ 15 «Об охране здоровья граждан от воздействия табачного дыма и последствий потребления табака», приказы, знаки, запрещающие курение и др.)	
22	Проводятся мероприятия поддержки отказа от курения работников (коммуникационная политика, образовательные мероприятия, семинары, телефонные линии отказа от курения, школы здоровья по отказу от курения)	
23	Проводятся мероприятия поддержки отказа от пагубной привычки употребления алкоголя (информационная компания (плакаты, брошюры и т.д.), коммуникационная политика, образовательные мероприятия, семинары, телефонные линии отказа от алкогольной зависимости, школы здоровья по отказу от алкогольной зависимости, безалкогольные мероприятия).	
24	В местах общественного питания (при наличии) блюда маркируются специальным образом (например, продукты для здорового питания помечаются зеленым цветом)	
25	В местах общественного питания (при наличии) предоставляется дополнительная информация о количестве калорий в блюде, содержании соли, сахара.	

26	Организована комната (место) психологической разгрузки (релаксации), где сотрудники могут восстановить работоспособность, используя методики медитации/релаксации/дыхательные техники	
27	Имеется «Уголок здоровья»	
28	Организация специальных мероприятий на тему психологического здоровья (индивидуальные и/или групповые консультации со специалистами на тему управления стрессом, корпоративные тренинги, мастер-классы, вебинары с психологом и др.)	
29	Проводятся массовые спортивные мероприятия с привлечением членов семей работающих	
30	Проводится тестирование на определение уровня физической подготовки сотрудников (результаты тестирования, распоряжения, фото и др.)	
31	Проведение производственной гимнастики	
32	<i>Общее количество баллов</i>	

Чек-лист Критерии оценки эффективности реализации корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте

№пп	Критерии оценки	ДА/НЕТ
1.	Выполнение плана мероприятий по указанным срокам	
2.	Вовлеченность работников организации в реализацию программы (80% и более)	
3.	Прохождение диспансеризации и медицинского осмотра работниками (100%)	
6.	Выявление работников потребляющих табачные изделия	
8.	Уменьшение % работников потребляющих табачные изделия	
9.	Прохождение работниками AUDIT- теста для оценки потребления алкоголя **	
10.	Уменьшение суммы баллов AUDIT – теста ниже 7 баллов	
11.	Снижение % работников с индексом массы тела более 30 ***	
12.	Выявление работников с повышенным артериальным давлением	
13.	Увеличение % работников обратившихся за медицинской помощью и принимающих лекарственные препараты для снижения артериального давления	
14.	Увеличение % работников которые добились нормализации артериального давления и удерживают его в норме	
16.	Увеличение % работников участвующих в мероприятиях по физической активности;	
18.	Снижение % работников с низким уровнем физической активности	

** - AUDIT – тест для оценки потребления алкоголя

Одна единица алкоголя – 10 г чистого, или абсолютного алкоголя.

- 2,1 единицы 500 мл 5,2% пива;

- 1,1 единицы 120 мл. 12% вина;

- 1,3 единицы 40мл. 40% крепкого алкоголя;

- 1,8 единицы 500 мл. 4,5 % сидра

Вопросы	Баллы					Ваши баллы
	0	1	2	3	4	
1. Как часто Вы употребляете напитки с содержанием алкоголя?	Никогда	Примерно 1 раз в месяц и реже	2-4 раза в месяц	2-3 раза в неделю	4 раза в неделю и чаще	
2. Сколько единиц алкоголя Вы обычно выпиваете за раз? Формула расчета количества алкогольных единиц: количество (литры)	1-2	3-4	5-6	7-9	10+	
3. Как часто Вы выпиваете 6 и более единиц алкоголя за раз?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	

Пожалуйста, продолжайте заполнять анкету, если:

А) Вы женщина и Ваш результат теста больше или равен 4

Б) мужчина и Ваш результат теста больше или равен 5

Меньшая полученная сумма баллов становится вашим окончательным результатом.

Вопросы	Баллы					Ваши баллы
	0	1	2	3	4	
4. Как часто за последний год случалось так, что, начав употреблять алкоголь, Вы уже не могли остановиться	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
5. Как часто за последний год из-за употребления алкоголя Вы не делали чего-то, чего от вас ожидали?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	

6. Как часто за последний год наутро после обильного употребления алкоголя Вам требовался какой-нибудь содержащий алкоголь напиток, чтобы преодолеть похмелье?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
7. Как часто за последний год из-за употребления вы испытывали чувство вины и сожаления?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
8. Как часто за последний год случалось так, что наутро после употребления алкоголя вы не помнили происшедшего накануне вечером?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
9. Вы сами или кто-то другой получил травмы в результате употребления вами алкоголя?	Нет		Да, но не в течение последнего года		Да, но в течение последнего года	
10. Было ли так, что близкий человек, друг, врач или кто-то другой беспокоился об употреблении вами алкоголя либо советовал его сократить?	Нет		Да, но в течение последнего года		Да, но в течение последнего года	

Комментарий к сумме баллов:

0-7 низкий уровень риска. Вероятность нанесения вреда здоровью при таком уровне потребления алкоголя невелика. Рекомендуется не увеличивать количество потребляемого алкоголя.

8-15 угрожающее здоровью потребление. При таком уровне употребления алкоголя повышен риск нарушений здоровья. Рекомендуется сократить употребление алкоголя.

16-19 злоупотребление. Такой уровень потребления алкоголя наносит вред психической и физическому здоровью. Необходимо сократить употребление алкоголя.

20+ возможная зависимость. Такой уровень потребления алкоголя наносит вред психическому и физическому здоровью. Необходимо сократить употребление алкоголя или отказаться от него.

*** - ИМТ (индекс массы тела) - величина, позволяющая оценить степень соответствия массы человека и его роста и тем самым косвенно судить о том, является ли масса недостаточной, нормальной или избыточной. Важен при определении показаний для необходимости лечения.

Индекс массы тела рассчитывается по формуле: $ИМТ = \frac{m}{h \cdot h}$

где:

m — масса тела в килограммах

h — рост в метрах,

и измеряется в кг/м².

Например, масса человека = 77 кг, рост = 170 см. Следовательно, индекс массы тела в этом случае равен:

$$ИМТ = 77 : (1,70 \times 1,70) \approx 26,64 \text{ кг/м}^2$$

Индекс массы тела	Соответствие между массой человека и его ростом
16 и менее	Выраженный дефицит массы тела
16—18,5	Недостаточная (дефицит) масса тела
18,5—25	Норма
25—30	Избыточная масса тела (предожирение)
30—35	Ожирение 1 степени
35—40	Ожирение 2 степени
40 и более	Ожирение 3 степени

ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики РБ им. В.Р. Бояновой» в рамках соглашения о сотрудничестве, оказывает методическую помощь в реализации и внедрении корпоративных программ укрепления здоровья на рабочем месте и представляет:

А) Обучающие вебинары на платформе ZOOM на тему реализации корпоративной программы;

Б) Методическое пособие «Укрепление здоровья на рабочем месте»;

В) Модельная корпоративная программа «Укрепление здоровья на рабочем месте», включающая план мероприятий;

Г) Положение о создании рабочей группы.