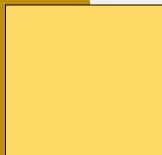


Раздел
«Здоровое питание»
корпоративной
программы «Здоровья»

Правильное питание – залог здоровья!





АКТУАЛЬНОСТЬ

Здоровое питание имеет решающее значение в профилактике большинства хронических неинфекционных и инфекционных заболеваний.

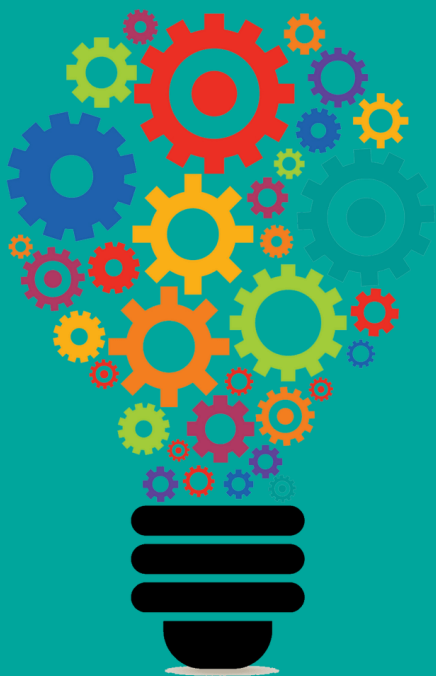
По данным Росстата у более 40% россиян есть заболевания, причина которых - неправильное питание (повышение артериального давления, заболевания желудочно-кишечного тракта, высокий уровень холестерина, повышенный уровень сахара в крови и др.



ЦЕЛЬ

Увеличение доли работников, ведущих здоровый образ жизни, через формирование информационно-образовательной среды

ЗАДАЧИ



- ✓ Увеличение доли работников, ведущих здоровый образ жизни, включая соблюдение принципов здорового питания
- ✓ Освоение работниками базовых принципов здорового питания.
- ✓ Освоение технологий приготовления блюд здорового питания.
- ✓ Обеспечение работников организации в течение рабочего времени качественной питьевой водой

УНИКАЛЬНОСТЬ



Важным преимуществом программы является возможность её внедрения, как отдельного раздела, так в комплексе с другими составляющими здорового образа жизни.

НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ

- ✓ **Материальные – технические ресурсы:** столовая, раздаточная, медицинский кабинет, кабинет психолога, методические рекомендации, плакаты, буклеты; телефонная линия для педагогов (воспитателей).
- ✓ **Кадровые ресурсы** (повар, медицинский работник, психолог, организатор питания, специалист диетолог, калькулятор)
- ✓ **Финансовые ресурсы:** средства бюджета, внебюджетные средства, привлечение части средств от суммы взносов профсоюзной организации, гранты на пропаганду здорового образа жизни.
- ✓ **Информационные:** интернет, сотовая связь, корпоративный интернет-сайт

Мотивация участия в программе

Для работника	Для организации
Чувство принадлежности к организации (работник чувствует, что о нем заботятся)	Сохранение и развитие кадрового потенциала
Признание в коллективе	Повышение эффективности труда педагогов (воспитателей), сокращение дней нетрудоспособности
Улучшение качества жизни (снижение риска приобретения хронических заболеваний)	Развитие позитивного имиджа организации
Экономия финансовых средств	
Стимулирующая система для участников программы	

Этапы реализации раздела «Здоровое питание» корпоративной программы «Здоровья»

№ п/п	Этапы реализации	Срок реализации программы 2 года
1.	Анализ имеющихся ресурсов в организации (финансовые, информационные, кадровые, материальные). Информационная поддержка. Компетентность, заинтересованность и инициативность кадровых ресурсов.	I квартал 2021 года
2.	Мониторинг состояния здоровья работников (тестирование, анкетирование, результаты медицинских осмотров и др.)	II квартал 2021 года
3.	Разработка мероприятий раздела «Здоровое питание» программы «Здоровья»	III квартал 2021 года
4.	Реализация мероприятий корпоративной программы «Здоровья»	2021 – 2022 гг.
5.	Подведение промежуточных итогов. Мониторинг реализации корпоративной программы по критериям эффективности и разработка корректирующих мероприятий	1 раз в 6 месяцев
6.	Подведение итогов, оценка результатов, планирование на следующий год	Декабрь 2022 года

Модули раздела «Здоровое питание»



Модули	Этапы реализации	Срок
Организационный	Создание постоянно действующей рабочей группы (комитета) по здоровью на рабочих местах, определение функциональных задач,	I квартал 2021 года
Диагностический	Тестирование, анкетирование, анализ результатов медицинских осмотров, оценка потребности работников в обучении	I – II квартал 2021 года
Информационно-познавательный	Консультации, встречи с медицинскими работниками (психолог, диетолог), тренинги, семинары, размещение информационных материалов о здоровом питании (уголки, на столах в столовой, размещение настенных плакатов, маркировка продуктов и блюд) и др.	II квартал 2021 года
Оздоровительный	Обеспечение работников организации питьевой водой, проведение конкурсов по здоровому питанию, обеспечение выбора продуктов и блюд в меню «Здоровое питание» и др.	2021 – 2022 гг.

МЕРОПРИЯТИЯ

МЕРОПРИЯТИЕ	КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ
Проведение образовательных семинаров для работников по следующим темам: «Здоровое питание», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин» и др.	50% сотрудников, изменивших свой рацион в сторону оздоровления.
Ограничение на территории школы продажи продуктов с высоким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров	90% продуктов с высоким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров исключены из продажи в школе
Обеспечение работников организации питьевой водой	100% сотрудников, имеющих доступ к питьевой воде не далее 100 м от рабочего места
Разработка рекомендации для предприятий, предоставляющие услуги общественного питания для работников (требования к ассортименту меню для рациона здорового питания).	Отсутствие случаев пищевой инфекции Сбалансированное меню для рациона здорового питания
Увеличение выбора продуктов и блюд в меню «Здоровое питание», (включая овощи, фрукты, зелень)	Переработанное с учетом критериев рациона здорового питания меню используется постоянно

МЕРОПРИЯТИЙ

МЕРОПРИЯТИЕ	КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ
Проведение конкурса рецептов блюд для здорового питания	80% рецептов блюд, работники стали использовать в домашнем приготовлении
Проведение тестирования с работниками по имеющимся привычкам питания на соответствие критерий здорового питания и мотивирование работников на оздоровление рациона.	50 % работников, изменивших свои привычки в сторону оздоровления
Организация в местах приема пищи работников информационных уголков: «Здоровое питание», «Принципы рационального питания» и др.	Информированность работников о здоровом питании до 100% (от общей численности работников)
Организация для работников информационных встреч, «школ здоровья» по коррекции факторов риска заболеваний с привлечением медицинских специалистов, диетологов, психологов.	Увеличение доли работников, охваченных профилактическими мероприятиями до 75% (от общей численности работников)

МЕРОПРИЯТИЙ

МЕРОПРИЯТИЕ

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ

Организация места для самостоятельного контроля (тонометр, напольные весы, сантиметровая лента) показателей факторов риска здоровья (артериальное давление, масса тела, окружность талии).

Увеличение доли работников, самостоятельно контролирующих показатели факторов риска здоровья до 75% (от общей численности работников)

Маркировка блюд «Здоровое питание»

АНАЛИЗ РИСКОВ

1. Финансовый риск

Решение: сокращение финансовых затрат организации, использование внутренних ресурсов, выявление и поддержка амбассадоров здорового образа

2. Риск отсутствия ожидаемых конечных результатов

Решение: мониторинг результатов, анализ эффективности мероприятий и программы в целом, стратегия непрерывных улучшений, переход отдельных пунктов программы на долгосрочную реализацию

3. Пассивное и активное сопротивление отдельных работников

Решение: эффективное информирование работников, материальная и нематериальная поощрение сотрудников, участвующих в программе, формирование в коллективе культуры здоровья, безопасности, творчества

РЕЗУЛЬТАТ

- 50 % работников организации изменили свои привычки в питании в сторону оздоровления
- Повышение уровня информированности работников о здоровом питании до 100% (от общей численности работников)
- Увеличение доли работников, охваченных профилактическими мероприятиями до 60% (от общей численности работников)
- Снижение числа случаев временной нетрудоспособности
- 100% работников обеспечены чистой питьевой водой
- 80% сотрудников используют в своем питании технологии приготовления здоровых блюд