

Забота о здоровье на рабочем месте: инвестиция в успех и благополучие

Большую часть своей жизни мы проводим на работе, и то, насколько комфортно и безопасно мы себя чувствуем в этом пространстве, напрямую влияет на наше общее самочувствие и удовлетворенность жизнью.

Создание благоприятной атмосферы и условий труда не только способствует сохранению нашего психического здоровья, но и значительно повышает эффективность нашей работы.

В связи с этим, неделю с 27 апреля Министерство здравоохранения Российской Федерации объявило Неделью популяризации лучших практик укрепления здоровья на рабочих местах. Сегодня мы обсудим эту важную тему с председателем комиссии по охране здоровья, физической культуре и спорту Общественной палаты Тульской области, главным внештатным специалистом кардиологом и профпатологом регионального Минздрава и главным врачом Тульского областного кардиодиспансера Ириной Игоревной Шестовой.



Ириной Игоревной Шестовой.



- Недостаточное потребление овощей и фруктов
- Низкий уровень физической активности (гиподинамия)

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ КОРПОРАТИВНЫХ ПРОГРАММ ЗДОРОВЬЯ

Для достижения поставленных целей, корпоративные программы охватывают широкий спектр направлений:

- Вовлечение сотрудников: Создание условий для активного участия работников в программах по укреплению их здоровья.
- Улучшение здоровья: Содействие улучшению индивидуального и профессионального здоровья (физического, психологического и социального), повышение работоспособности, продуктивности и стрессоустойчивости.
- Формирование позитивной среды: Развитие активной жизненной позиции сотрудников, создание благоприятного микроклимата в коллективе и укрепление командного духа.

ятого микроклимата в коллективе и укрепление командного духа.

- Медицинский скрининг: Проведение регулярных профосмотров, диспансеризации и своевременной вакцинации.
- Оценка рабочих мест: Анализ условий труда на предмет их соответствия нормам здоровья и безопасности.
- Мотивация к ЗОЖ: Формирование устойчивой мотивации к здоровому питанию, отказу от вредных привычек и повышению двигательной активности.
- Развитие стрессоустойчивости: Обучение сотрудников методам управления стрессом.
- Информационно-просветительская работа: Проведение мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

ВЫГОДЫ ДЛЯ ВСЕХ СТОРОН

Исследования подтверждают, что инвестиции в корпоративные про-

граммы здоровья окупаются сторицей. Они не только улучшают здоровье сотрудников, но и сокращают расходы работодателей на медицинское обслуживание и социальные выплаты, одновременно повышая производительность труда. Компании, заботящиеся о здоровье и безопасности своих сотрудников, как правило, более успешны, пользуются большей лояльностью персонала и демонстрируют снижение заболеваемости на 40-50% и количества дней нетрудоспособности на 20%.

Поддерживая здоровый образ жизни своих сотрудников, работодатели не только демонстрируют свою социальную ответственность, но и получают значительные преимущества: улучшение здоровья персонала, повышение работоспособности, формирование здоровой психологической атмосферы в коллективе и существенное сокращение издержек, связанных с большими и страховыми выплатами.

ЗДОРОВЬЕ СОТРУДНИКОВ – КЛЮЧ К ПРОДУКТИВНОСТИ И ФИНАНСОВОЙ СТАБИЛЬНОСТИ

Существует прямая и неоспоримая связь между состоянием здоровья сотрудников и их производительностью. Каждый день, проведенный на больничном, ложится дополнительным финансовым бременем на плечи работодателя. Именно поэтому корпоративные программы по укреплению здоровья сотрудников становятся все более привлекательным и выгодным вложением для компаний.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КОРПОРАТИВНЫХ ПРОГРАММ ЗДОРОВЬЯ

Основная цель таких программ – формирование корпоративной культуры, где каждый сотрудник осознает важность здорового образа жизни и ответственно относится к своему здоровью. Это, в свою очередь, ведет к увеличению числа приверженцев ЗОЖ среди персонала и сокращению числа дней, пропущенных по болезни.

Главная задача корпоративных программ – создать на рабочем месте условия, способствующие сохранению здоровья и благополучия сотрудников. Это включает в себя своевременное выявление и коррекцию факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний, таких как:

- Повышенное артериальное давление
- Курение
- Чрезмерное употребление алкоголя
- Избыточная масса тела

ГУЗ «Тульский областной клинический кардиологический диспансер»

ПОДАРИ СЕРДЦУ ЗДОРОВЬЕ!

Медицинская кардиологическая помощь при:
сердечно-сосудистых заболеваниях, ишемической болезни сердца, инфарктах, гипертонии, нарушениях сердечного ритма и др.

- ✓ Кабинет по проверке работы электрокардиостимуляторов
- ✓ Отделение кардиологии (комфортабельные двухместные палаты)
- ✓ Отделение функциональной диагностики (мониторинг артериального давления, ЭКГ, велоэргометрия, УЗИ сосудов)

- ✓ Отделение рентгенохирургии
- ✓ Отделение ультразвуковой диагностики

Кардиоцентр: Веневское ш., 21, т. (4872) 77-30-84 Поликлиника: г. Тула, ул. Революции, 4
телефон «горячей линии» 8 (910) 701-95-62 т. (4872) 77-04-08 www.tulagb13.ru

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА