ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ СОТРУДНИКОВ. ОПЫТ ОАО «РЖД»

Ольга Еникеева

руководитель корпоративных программ благополучия
Центральной дирекции здравоохранения ОАО «РЖД»

зож ржд

ржд·медицина

01

Как ОАО «РЖД» заботится о сотрудниках?

На первом месте – человек*

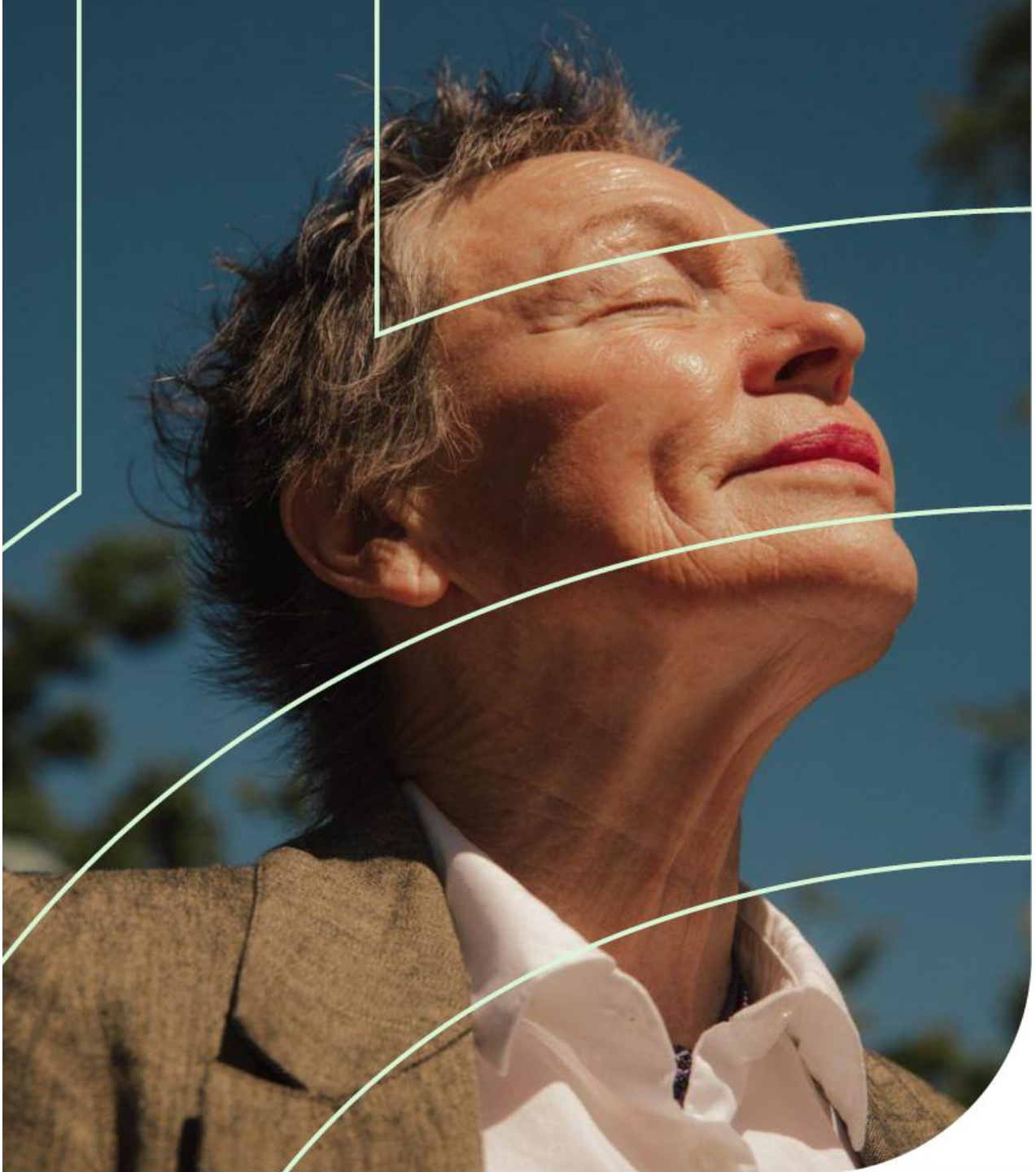
Сотрудники – залог устойчивого конкурентного преимущества любой компании.

ОАО «РЖД» не является исключением. Именно люди своим трудом, своим отношением к общему делу обеспечивают успешное развитие железнодорожного транспорта. Поэтому вопросы привлечения и удержания сотрудников, создания им комфортных условий для работы и жизни в холдинге всегда находятся в зоне повышенного внимания.

Наш коллектив – это главное достояние и главная ценность компании.

Белозёров О.В.





Актуальность корпоративных программ благополучия

Важность здорового образа жизни

~50%
здоровья человека обусловлено его образом жизни

до 50%
причин временной утраты трудоспособности связаны с поведенческими факторами риска

Демографическая ситуация в стране

>25% населения России будет старше 60 лет к 2030 году

Экономические потери

5% ВВП в год
теряет экономика страны из-за хронических неинфекционных заболеваний населения

443 млрд. руб. в год
потери работодателей в РФ из-за перекуров, абсентеизма и снижения производительности труда

ЗДОРОВЬЕ РАБОТНИКОВ

– не просто личная ответственность работника, а стратегический приоритет компании

В КОМПАНИИ ОАО «РЖД» СОЗДАН ЗАМКНУТЫЙ ЦИКЛ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ РАБОТНИКОВ



- СПОРТ
- КОНЦЕПЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ
- ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА
- ВКЛЮЧЕНИЕ ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ И НЕРАБОТАЮЩИХ ПЕНСИОНЕРОВ
- ОБУЧЕНИЕ И ИНФОРМИРОВАНИЕ РАБОТНИКОВ
- САНАТОРНО-КУРОРТНОЕ ОЗДОРОВЛЕНИЕ
- МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

зож ржд

Медицинское обеспечение



ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ МЕДИЦИНА

интеллектуальные системы и устройства удаленного мониторинга



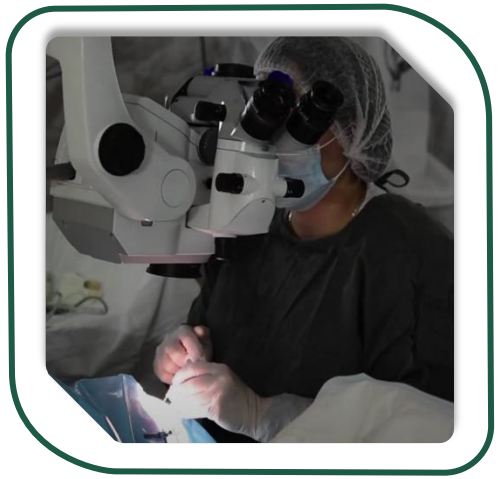
ПРОГРАММА ДМС

все виды медицинской помощи,
в том числе генетические исследования, ВМП и ЭКО



КОРПОРАТИВНАЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ И ЦЕЛЕВЫЕ ПРОГРАММЫ

- ежегодная
- расширенный спектр по сравнению с государственной



ЦЕЛЕВЫЕ ПРОГРАММЫ БОРЬБЫ С ХНИЗ

- сердечно-сосудистые заболевания;
- злокачественные заболевания;
- сахарный диабет
- дистанционный мониторинг

зож ржд



Сохранение ментального здоровья

Психофизиологическое обеспечение

Системное психофизиологическое сопровождение профессиональной деятельности работников

- **234** психофизиологических подразделения
- **200 тыс.** работников обслуживается

Ментальное благополучие работников

148 комнат функционально-эмоциональной разгрузки на предприятиях компании

Проведение стресс-ассесмент на рабочем месте

Горячая линия психологической помощи

4,8 тыс. обращений

1,9 тыс. часов консультирования

23% обращений по семейным проблемам и проблемам отношений

зож ржд

спорт

Собственные **спортивные объекты**

Международные **спортивные турниры**

Благотвори-тельные забеги РЖД

Фитнес-туры



50%
компенсация стоимости
за занятия спортом

2 100
спортивных мероприятий в год

628
Физкультурно-спортивных комплекса

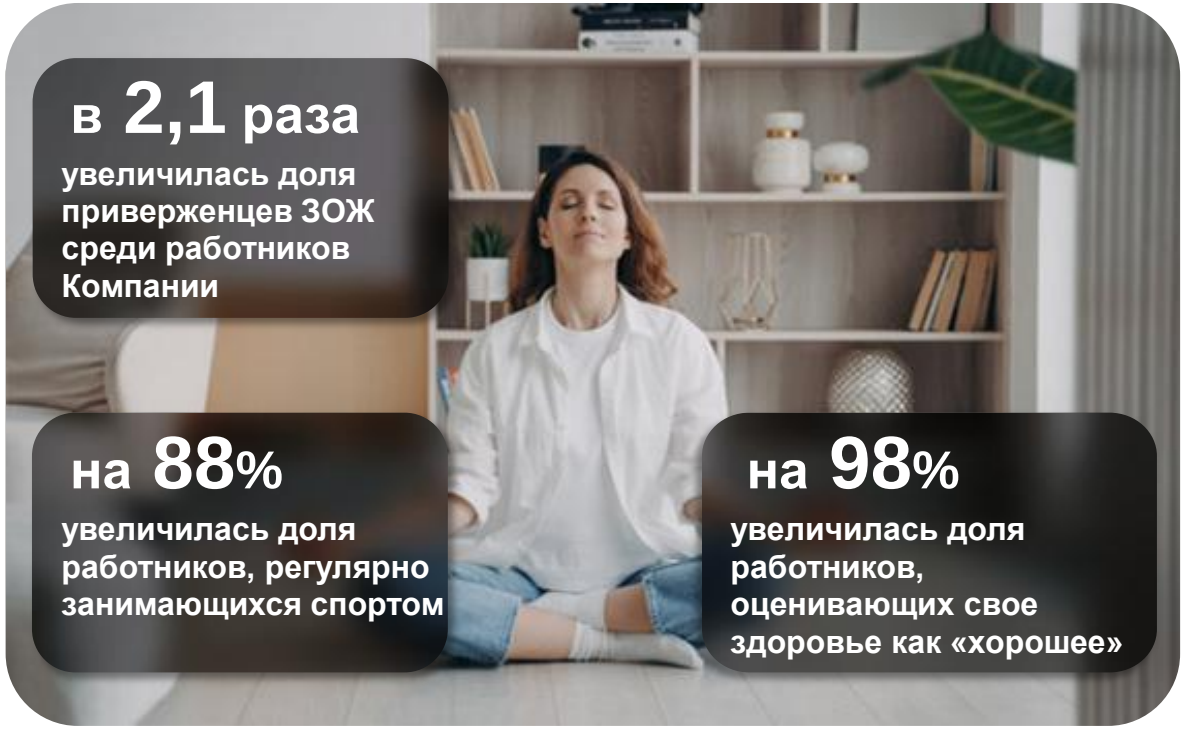
Эффективность реализации Концепции ЗОЖ

6
направлений

>10 тыс.
мероприятий в год

4,5 тыс.
агентов ЗОЖ





зож ржд

Эффективность реализации Концепции ЗОЖ

Комплексный подход позволяет эффективно сохранять здоровье и трудовое долголетие работников

Повышает продуктивность и лояльность работников компаний, а также снижает текучесть кадров

Позволит достичь национальных целей развития России до 2030 года

в 2 раза

НИЖЕ СМЕРТНОСТЬ В КОМПАНИИ ПО СРАВНЕНИЮ С ТРУДОСПОСОБНЫМ НАСЕЛЕНИЕМ РОССИИ

на 7,1% в год

снижение смертности от причины, предотвратимых мерами первичной профилактики

+2,5 года

к ожидаемой продолжительности жизни

на 17%

снижение первичного выхода на инвалидность работников по БСК и ЗНО

на 4%

снизилось число случаев временной нетрудоспособности и заболеваемости с временной нетрудоспособности

зож ржд

02

Как формировать сообщество единомышленников?

Агенты ЗОЖ

- продвигают ценности здорового образа жизни
- формируют у работников мотивацию в бережном отношении к своему здоровью
- организуют мероприятия в сфере здорового образа жизни
- участвуют в спортивных и профилактических мероприятиях



ШАГ 1

Поиск лидеров

- Выявление и поддержка активистов
- Создание инициативной группы
- Определение амбассадоров

ШАГ 2

Площадка для коммуникации

- Цифровое сообщество
- Принцип открытости

ШАГ 3

Вовлечение через простые активности

- Челенджи, совместные цели
- Клубы по интересам
- Очные встречи

ШАГ 4

Формирование культуры поддержи

- Любой шаг – уже результат
- Личные истории работников
- Поддержка

зож ржд

ШАГ 5

Поддержка руководителя

- Вовлечение и привлечение руководителей

ШАГ 6

Геймификация

- Командные рейтинги
- Система поощрения

ШАГ 7

Информационная поддержка

- Простая и понятная коммуникация (советы, научные факты, напоминания)
- Интеграция в корпоративные каналы

ШАГ 8

Масштабирование

- Вовлечение большего числа работников
- Регулярность активностей
- Сбор обратной связи

зож ржд

03

Как проводить мероприятия?

Активности для каждого

Конкурсы с легкой механикой

- Челленджи по шагам (VK Шаги, Pacer)
- Фото-отчеты (офисные обеды, тренировки и т.п.)
- Неделя без сахара, лестница вместо лифта

Мягкая мотивация

- Нематериальные поощрения (грамоты, упоминание в корпоративных СМИ)
- Рейтинг подразделений по ЗОЖ-активностям



зож ржд

Просвещение

Кто сможет экспертно помочь?

- **Центры общественного здоровья**
- **ВОД «Волонтеры-медики»**
- **Российский красный крест**
- **НКО**
- **Медицинские вузы и ссузы**

Мини-лекции, подкасты

•Так здорово
•Давай Бросать
•Здоровое питание
•ЗОЖ РЖД

Квизы и опросники

- База вопросов «Что? Где? Когда?»
- Платформа MyQuiz

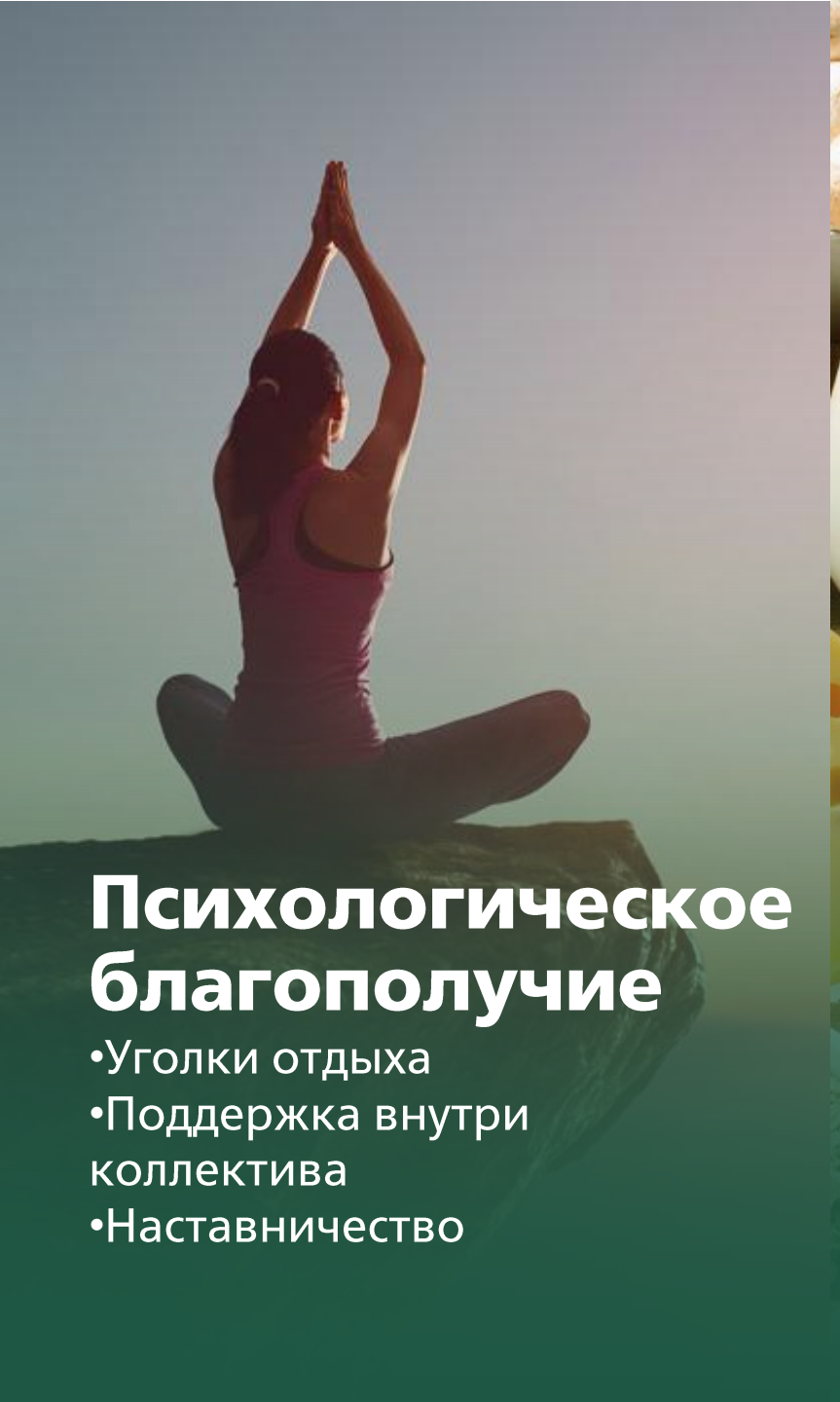
Чек-листы

•Создайте свой в my.365done

ЗОЖ в лицах

•Работники – лучший ваш пример

зож ржд



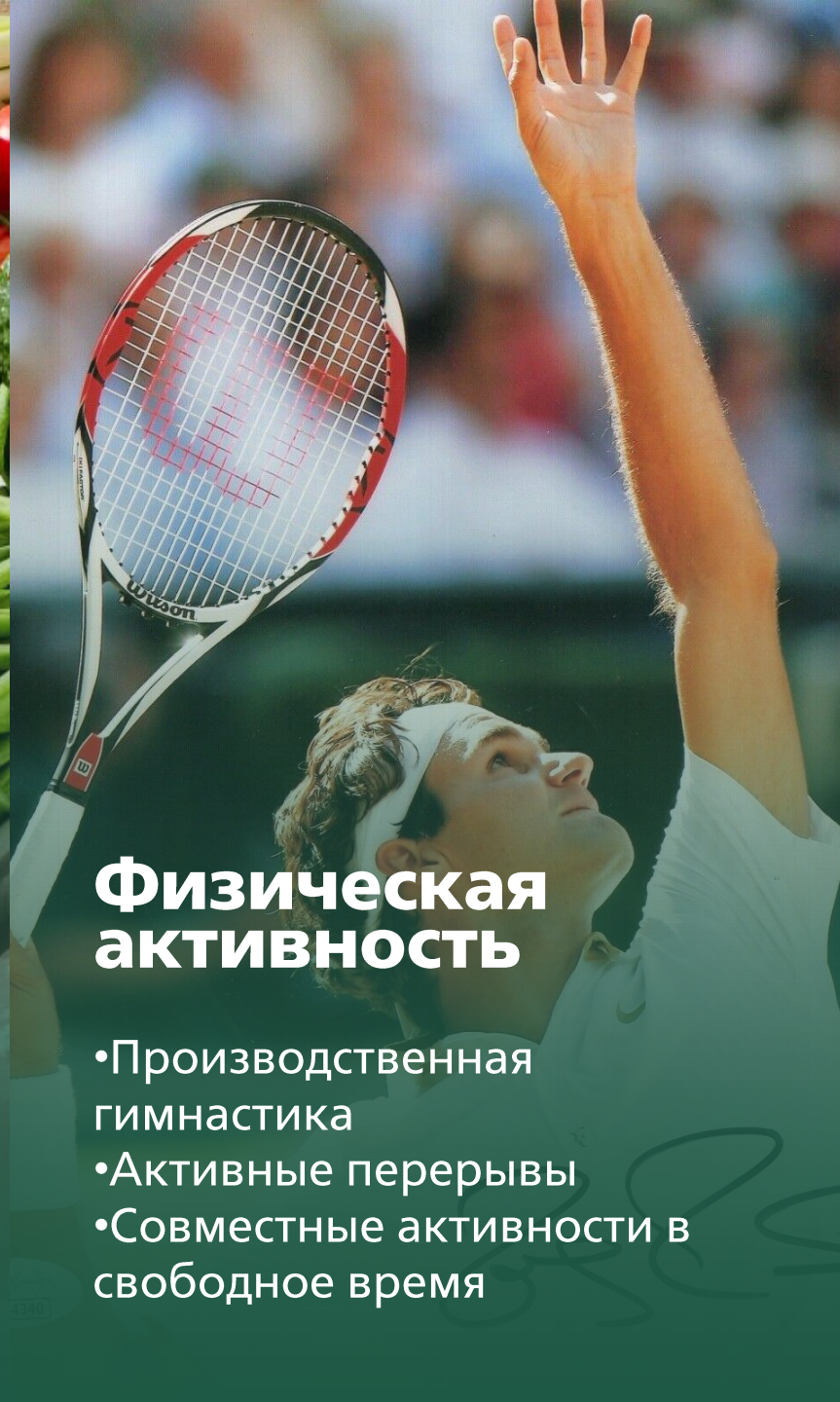
Психологическое благополучие

•Уголки отдыха
•Поддержка внутри коллектива
•Наставничество



Питание

•Разместите памятки
•Сделайте специальный символ для «зожных» блюд
•Уберите солонку
•Организуйте обмен рецептами



Физическая активность

•Производственная гимнастика
•Активные перерывы
•Совместные активности в свободное время



прислушивайтесь к своим сотрудникам

Ольга Еникеева

Центральная дирекция
здравоохранения ОАО «РЖД»

+7 999 926 59 89

enikeevaog@dmo.org.rzd.ru

@zozh_rzd

@ZOZH_RZD

зож ржд