

Внедрение корпоративных программ «Укрепления здоровья»

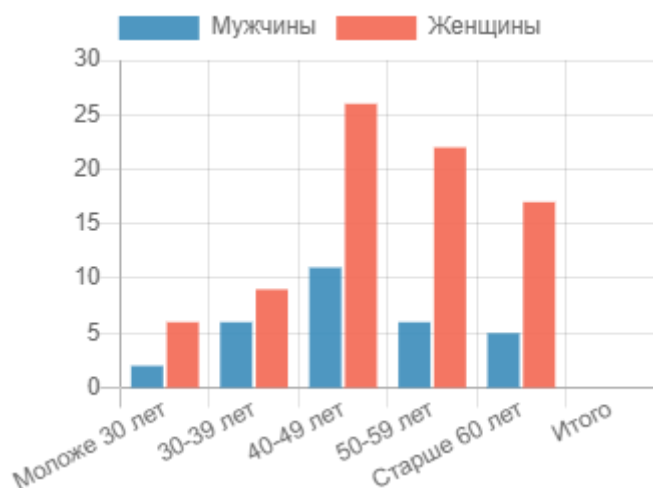
Разработано ФГБУ «Национальный медицинский центр терапии и профилактической медицины» Минздрава России

Портрет работника

10-летние возрастные группы	Мужчины		Женщины	
	N	%	N	%
Моложе 30 лет	2	6.67	6	7.50
30-39 лет	6	20.00	9	11.25
40-49 лет	11	36.67	26	32.50
50-59 лет	6	20.00	22	27.50
Старше 60 лет	5	16.67	17	21.25
Итого	30		80	

Средний возраст

Мужчины	46.3 ± 11.1
Женщины	49.1 ± 12.2



Семейное положение сотрудников

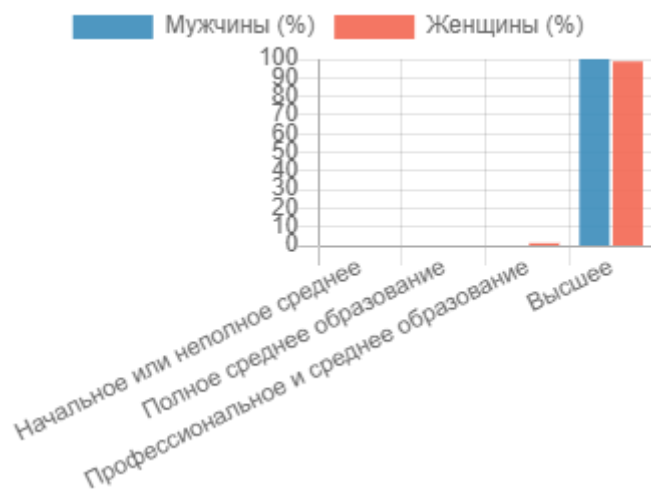
Семейное положение	Ответы	
	N	%
Замужем / женат	72	65.45
Холост / не замужем	33	30.00
Вдовец / вдова	1	0.91
Гражданские отношения	4	3.64



Уровень образования сотрудников

Уровень образования		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Начальное или неполное среднее	N	0	0	0
	%	0.00	0.00	0.00
Полное среднее образование	N	0	0	0
	%	0.00	0.00	0.00
Профессиональное и среднее образование	N	0	1	1
	%	0.00	1.25	0.91
Высшее	N	30	79	109
	%	100.00	98.75	99.09

Итого	N	30	80	110
	%	100.00	100.00	100.00



Что больше всего беспокоит сотрудников на рабочем месте

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Неблагоприятный микроклимат	N	3	10	13
	%	10.00	12.50	11.82
Удаленность от места жительства	N	9	21	30
	%	30.00	26.25	27.27
Недостаточный уровень освещения	N	5	10	15
	%	16.67	12.50	13.64
Рабочее положение стоя	N	0	2	2
	%	0.00	2.50	1.82
Уровень шума	N	2	2	4

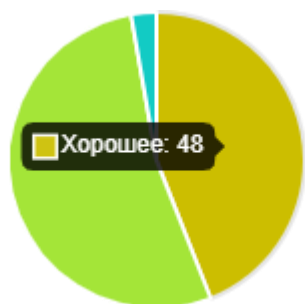
	%	6.67	2.50	3.64
Монотонность и однообразие	N	5	3	8
	%	16.67	3.75	7.27
Физическая нагрузка	N	0	0	0
	%	0.00	0.00	0.00
Запыленность	N	1	3	4
	%	3.33	3.75	3.64
Неприятные запахи	N	3	6	9
	%	10.00	7.50	8.18
Непрерывное напряжение	N	7	17	24
	%	23.33	21.25	21.82
Неудобное рабочее место	N	1	10	11
	%	3.33	12.50	10.00
Совмещение работы с воспитанием детей	N	4	6	10
	%	13.33	7.50	9.09
Двухсменный характер труда	N	1	4	5
	%	3.33	5.00	4.55
Сверхурочная работа	N	5	18	23
	%	16.67	22.50	20.91
Отсутствие средств индивидуальной защиты	N	0	2	2
	%	0.00	2.50	1.82
Работа с асбестом	N	0	0	0
	%	0.00	0.00	0.00

Риск заразиться коронавирусной инфекцией	N	5	23	28
	%	16.67	28.75	25.45
Все устраивает	N	14	23	37
	%	46.67	28.75	33.64



Как сотрудники оценивают свое здоровье

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Хорошее	Частота	12	36	48
	%	40.00	45.00	43.64
Удовлетворительное	Частота	18	40	58
	%	60.00	50.00	52.73
Плохое	Частота	0	3	3
	%	0.00	3.75	2.73
Итого	Частота	30	79	109
	%	100.00	98.75	99.09



Доля сотрудников, которые подлежат периодическому медицинскому осмотру

	Ответы	
	N	%
Да	110	100.00
Нет	0	0.00
Не знаю	0	0.00



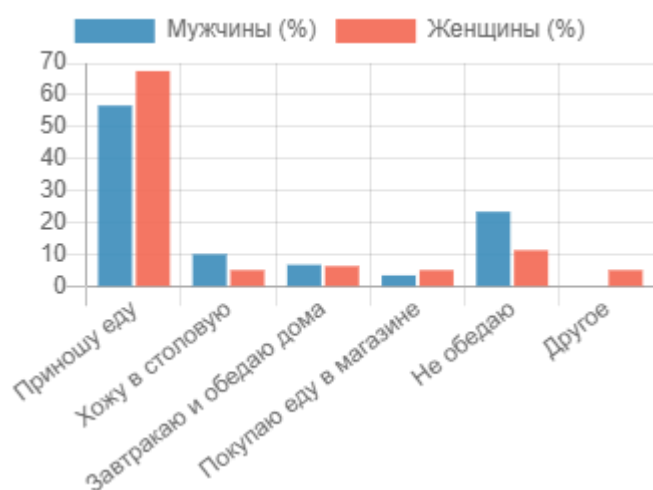
Доля сотрудников, которые прошли диспансеризацию или профилактический медицинский осмотр в течение последних 2-х лет

	Ответы	
	N	%
Да	107	97.27
Нет	3	2.73
Затрудняюсь ответить	0	0.00



Питание работников в течение рабочего дня

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Приношу еду из дома	N	17	54	71
	%	56.67	67.50	64.55
Хожу в столовую / кафе на территории предприятия	N	3	4	7
	%	10.00	5.00	6.36
Завтракаю и обедаю дома	N	2	5	7
	%	6.67	6.25	6.36
Покупаю еду в магазине	N	1	4	5
	%	3.33	5.00	4.55
Не обедаю	N	7	9	16
	%	23.33	11.25	14.55
Другое	N	0	4	4
	%	0.00	5.00	3.64
Итого	N	30	80	110



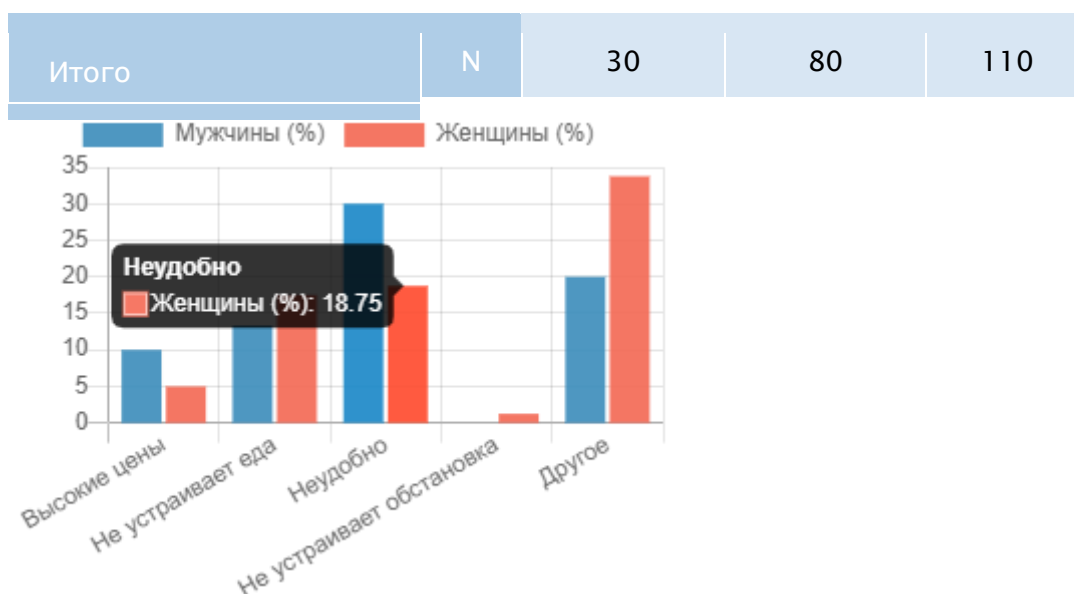
Частота посещения столовой или кафе, расположенной на территории предприятия

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Посещаю ежедневно или почти каждый день	N	2	3	5
	%	6.67	3.75	4.55
Посещаю время от времени, хотя бы иногда	N	6	16	22
	%	20.00	20.00	20.00
Не посещаю или почти не посещаю	N	22	61	83
	%	73.33	76.25	75.45
Итого	N	30	80	110
	%	100.00	100.00	100.00



Причины, по которым работники не посещают столовую(кафе) на территории предприятия

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Высокие цены в столовой, дорого	N	3	4	7
	%	10.00	5.00	6.36
Не устраивает еда (качество / разнообразие / вкус блюд)	N	4	14	18
	%	13.33	17.50	16.36
Неудобно (далеко ходить / большие очереди / неудобный режим работы)	N	9	15	24
	%	30.00	18.75	21.82
Не устраивает обстановка в столовой (комфорт / гигиена / качество обслуживания)	N	0	1	1
	%	0.00	1.25	0.91
Другое	N	6	27	33
	%	20.00	33.75	30.00



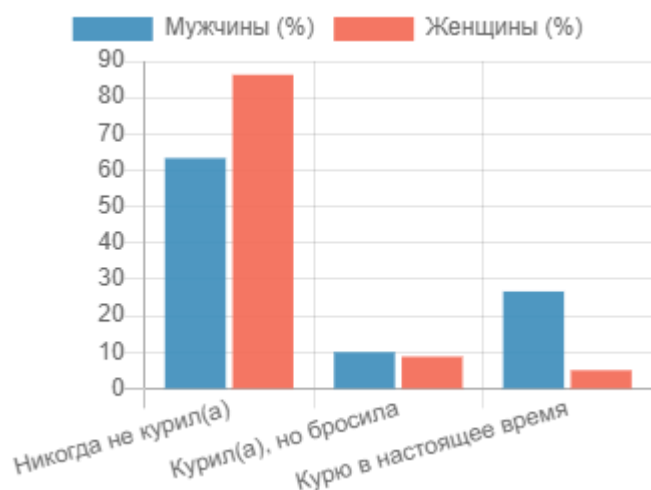
Использование спортивных объектов или условий, предоставляемые работодателем, среди сотрудников

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Оборудованный зал для занятий	N	2	2	4
	%	6.90	2.60	3.77
Групповые занятия (йога и др.)	N	0	1	1
	%	0.00	1.30	0.94
Спортивные объекты отсутствуют	N	9	12	21
	%	31.03	15.58	19.81
Нет	N	18	62	80
	%	62.07	80.52	75.47
Итого	N	29	77	106
	%	100.00	100.00	100.00



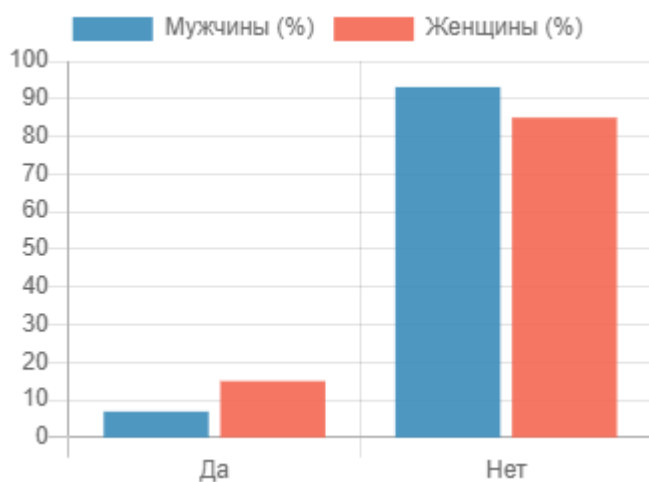
Статус курения работников

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Никогда не курил(а)	N	19	69	88
	%	63.33	86.25	80.00
Курил(а), но бросила	N	3	7	10
	%	10.00	8.75	9.09
Курю в настоящее время	N	8	4	12
	%	26.67	5.00	10.91
Итого	N	30	80	110
	%	100.00	100.00	100.00



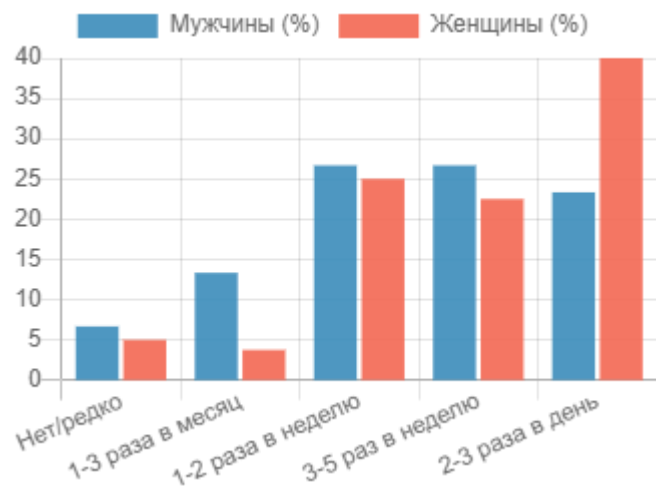
Доля работников, которые сообщили, что в течении прошедших 30 дней кто-то курил в помещении, где они работают

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Да	N	2	12	14
	%	6.90	15.00	12.84
Нет	N	27	68	95
	%	93.10	85.00	87.16
Итого	N	29	80	109
	%	100.00	100.00	100.00



Свежие овощи

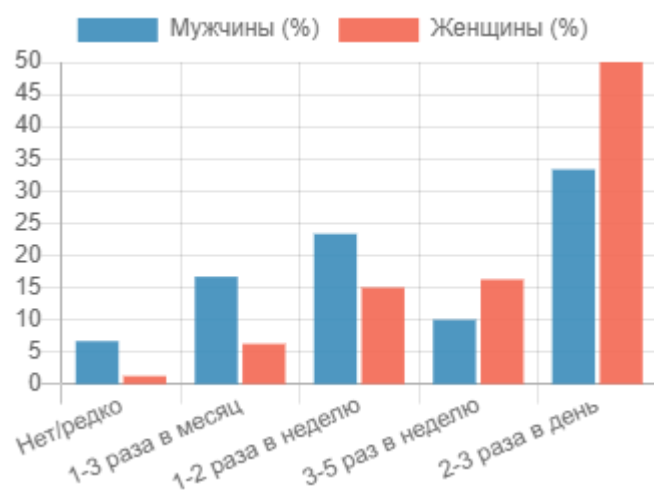
		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Нет/редко	N	2	4	6
	%	6.67	5.00	5.45
1-3 раза в месяц	N	4	3	7
	%	13.33	3.75	6.36
1-2 раза в неделю	N	8	20	28
	%	26.67	25.00	25.45
3-5 раз в неделю	N	8	18	26
	%	26.67	22.50	23.64
2-3 раза в день	N	7	32	39
	%	23.33	40.00	35.45



Свежие фрукты

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	

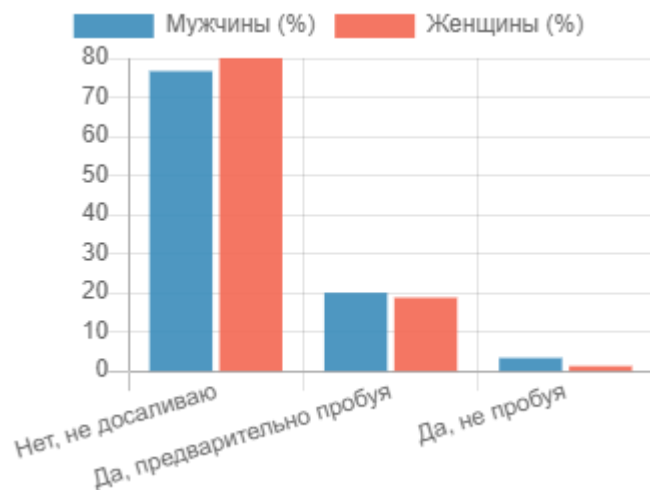
Нет/редко	N	2	1	3
	%	6.67	1.25	2.73
1-3 раза в месяц	N	5	5	10
	%	16.67	6.25	9.09
1-2 раза в неделю	N	7	12	19
	%	23.33	15.00	17.27
3-5 раз в неделю	N	3	13	16
	%	10.00	16.25	14.55
2-3 раза в день	N	10	40	50
	%	33.33	50.00	45.45



Досаливаете ли Вы уже приготовленную пищу?

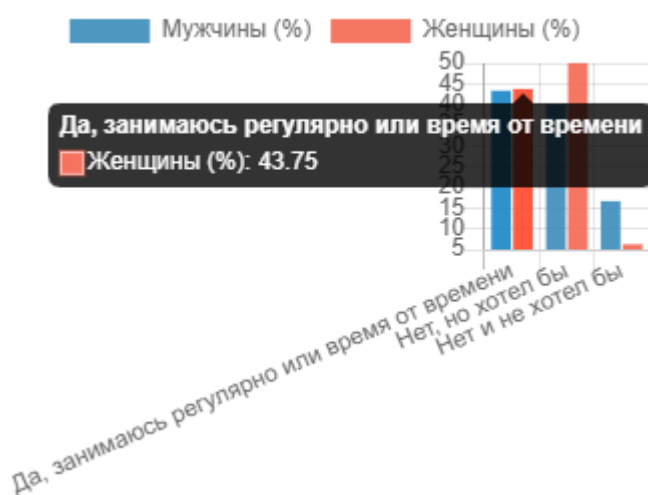
		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Нет, не досаливаю	N	23	64	87
	%	76.67	80.00	79.09
	N	6	15	21

Да, предварительно пробуя	%	20.00	18.75	19.09
Да, не пробуя	N	1	1	2
	%	3.33	1.25	1.82



Занимаетесь ли Вы физкультурой, спортом?

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Да, занимаюсь регулярно или время от времени	N	13	35	48
	%	43.33	43.75	43.64
Нет, но хотел бы	N	12	40	52
	%	40.00	50.00	47.27
Нет и не хотел бы	N	5	5	10
	%	16.67	6.25	9.09



Частота занятий физкультурой/спортом среди работников

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Каждый день	N	4	9	13
	%	13.33	11.25	11.82
Несколько раз в неделю	N	5	12	17
	%	16.67	15.00	15.45
1-2 раза в неделю	N	4	9	13
	%	13.33	11.25	11.82
Занимаюсь в основном по выходным	N	0	0	0
	%	0.00	0.00	0.00
По случаю, непостоянно, с перерывами	N	0	5	5
	%	0.00	6.25	4.55
Занимаюсь сезонным видом спорта	N	0	0	0
	%	0.00	0.00	0.00

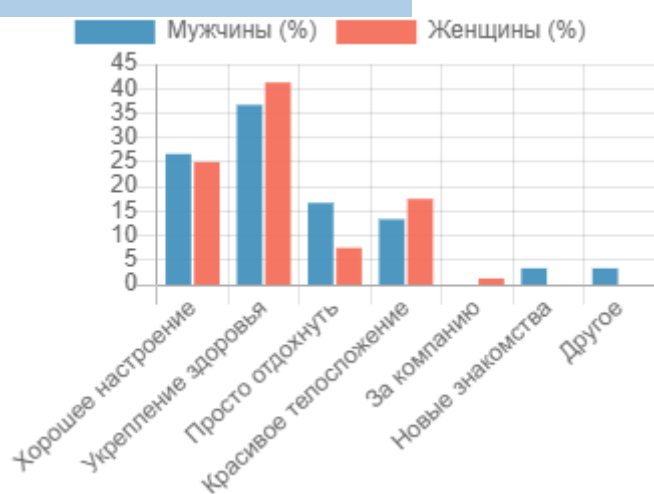
Другое	N	0	0	0
	%	0.00	0.00	0.00
Итого	N	30	80	110



Причины, по которым работники занимаются физкультурой/спортом

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Хорошее настроение и самочувствие	N	8	20	28
	%	26.67	25.00	25.45
Укрепление здоровья, профилактика заболеваний	N	11	33	44
	%	36.67	41.25	40.00
Просто отдохнуть, провести свободное время	N	5	6	11
	%	16.67	7.50	10.00
Иметь красивое телосложение, фигуру	N	4	14	18
	%	13.33	17.50	16.36
	N	0	1	1

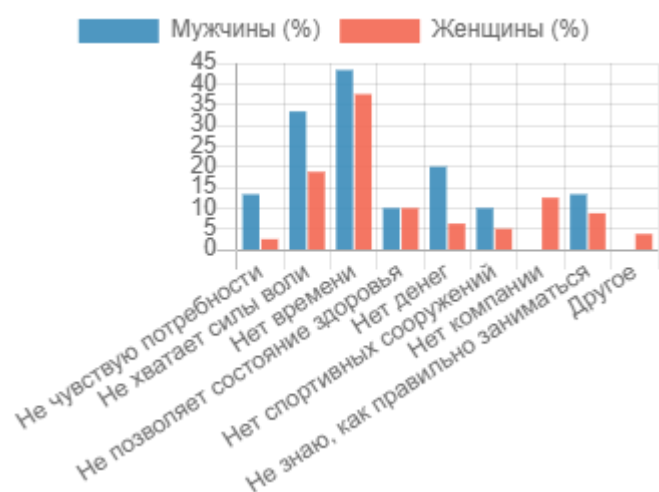
За компанию, пообщаться с друзьями, коллегами	%	0.00	1.25	0.91
Познакомиться с новыми людьми	N	1	0	1
	%	3.33	0.00	0.91
Другое	N	1	0	1
	%	3.33	0.00	0.91
Итого	N	30	80	110



Причины, по которым работники не занимаются физкультурой/спортом

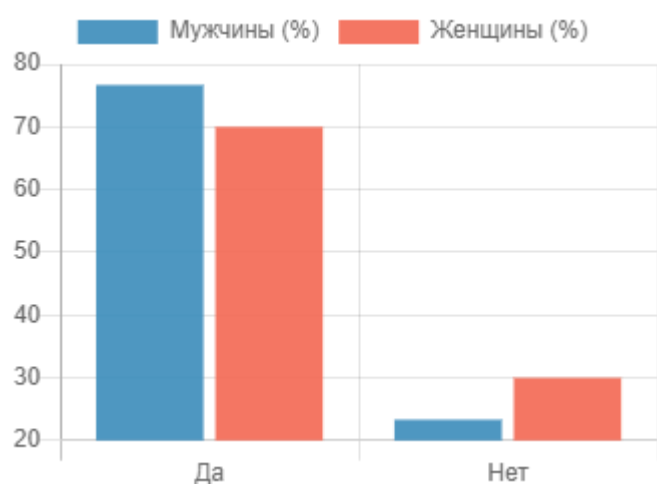
		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Не чувствую потребности или необходимости в этом, мне это не нужно	N	4	2	6
	%	13.33	2.50	5.45
Не хватает силы воли, не могу себя заставить	N	10	15	25
	%	33.33	18.75	22.73
	N	13	30	43

Нет времени на занятия спортом	%	43.33	37.50	39.09
Не позволяет состояние здоровья	N	3	8	11
	%	10.00	10.00	10.00
Нет денег на занятия спортом	N	6	5	11
	%	20.00	6.25	10.00
Нет спортивных сооружений, площадок, других спортивных объектов в зоне моей доступности	N	3	4	7
	%	10.00	5.00	6.36
Нет компании, а одному не интересно	N	0	10	10
	%	0.00	12.50	9.09
Не знаю, как правильно заниматься, а пользоваться услугами инструкторов, тренеров нет возможности	N	4	7	11
	%	13.33	8.75	10.00
Другое	N	0	3	3
	%	0.00	3.75	2.73
Итого	N	30	80	110



Употребляют ли работники алкоголь?

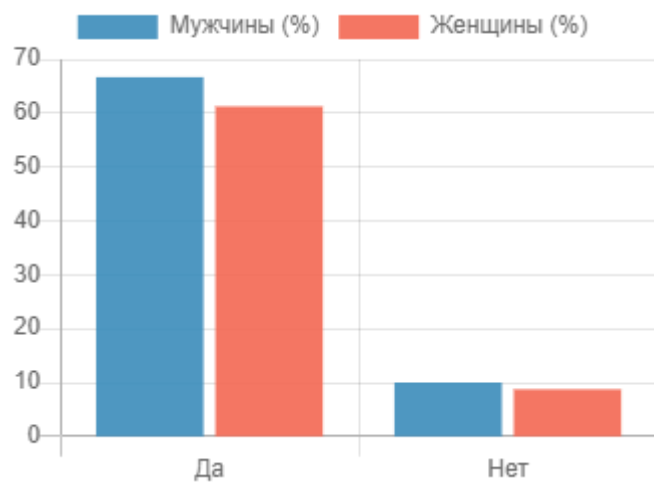
		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Да	N	23	56	79
	%	76.67	70.00	71.82
Нет	N	7	24	31
	%	23.33	30.00	28.18



Употребляли ли работники алкоголь за последние 12мес.

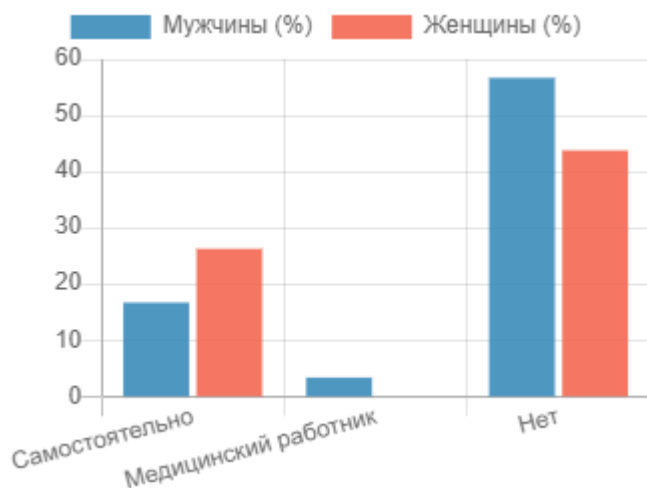
		Пол	Итого
--	--	-----	-------

		Мужской	Женский	
Да	N	20	49	69
	%	66.67	61.25	62.73
Нет	N	3	7	10
	%	10.00	8.75	9.09



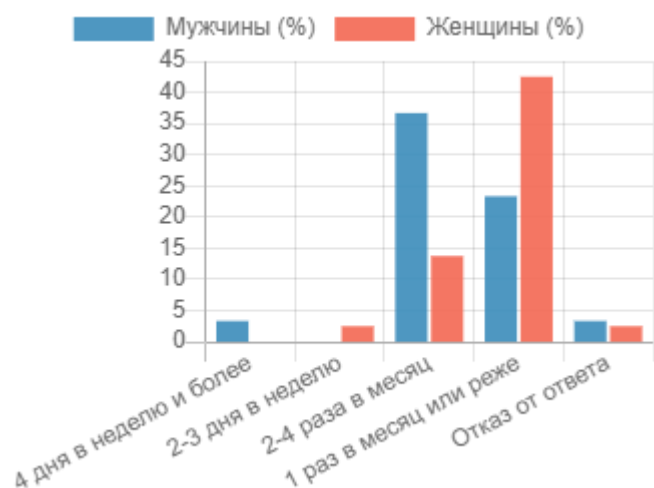
Прекращали ли работники употребление алкоголя по причине его негативного влияния на здоровье

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Самостоятельно	N	5	21	26
	%	16.67	26.25	23.64
Медицинский работник	N	1	0	1
	%	3.33	0.00	0.91
Нет	N	17	35	52
	%	56.67	43.75	47.27



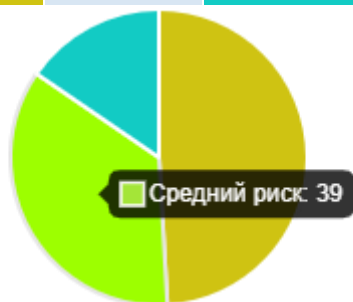
Частота употребления алкоголя работниками за последние 12 месяцев

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
4 дня в неделю и более	N	1	0	1
	%	3.33	0.00	0.91
2-3 дня в неделю	N	0	2	2
	%	0.00	2.50	1.82
2-4 раза в месяц	N	11	11	22
	%	36.67	13.75	20.00
1 раз в месяц или реже	N	7	34	41
	%	23.33	42.50	37.27
Отказ от ответа	N	1	2	3
	%	3.33	2.50	2.73



Стресс

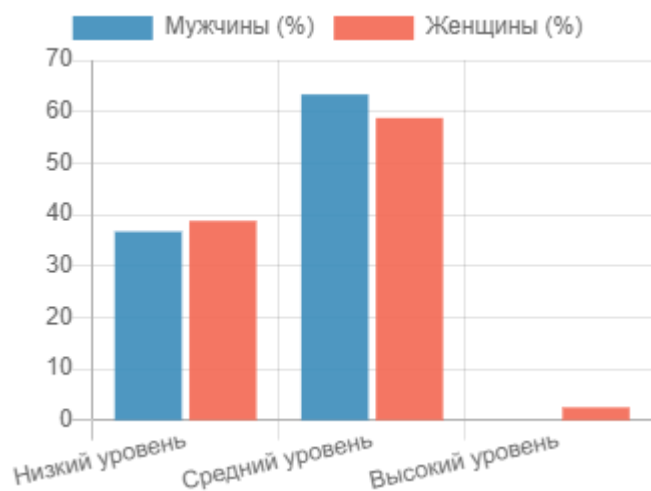
Низкий риск		Средний риск		Высокий риск	
N	%	N	%	N	%
54	49.09	39	35.45	17	15.45



Уровень презентеизма работников

Уровень		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Низкий уровень	Частота	11	31	42
	%	36.67	38.75	38.18
Средний уровень	Частота	19	47	66
	%	63.33	58.75	60.00
Высокий уровень	Частота	0	2	2

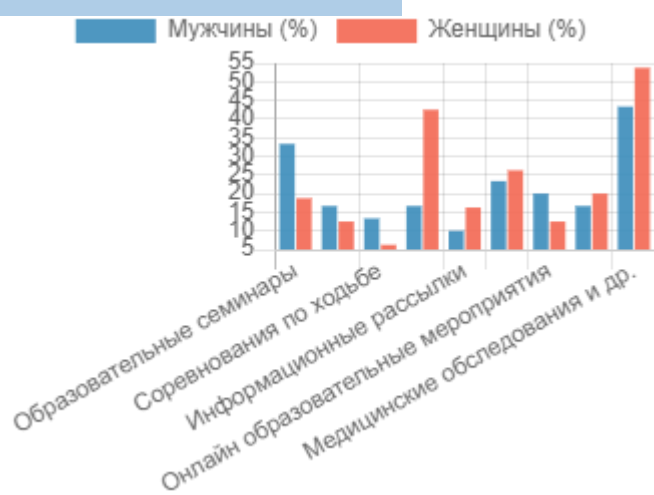
	%	0.00	2.50	1.82
Итого	Частота	30	80	110
	%	100.00	100.00	100.00



Мотивация для участия в Программах

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Образовательные семинары и лекции	N	10	15	25
	%	33.33	18.75	22.73
Школы здоровья	N	5	10	15
	%	16.67	12.50	13.64
Соревнования по ходьбе в свободное от работы время	N	4	5	9
	%	13.33	6.25	8.18
Производственная и офисная гимнастика	N	5	34	39
	%	16.67	42.50	35.45
Информационные рассылки и материалы по теме здоровья	N	3	13	16
	%	10.00	16.25	14.55

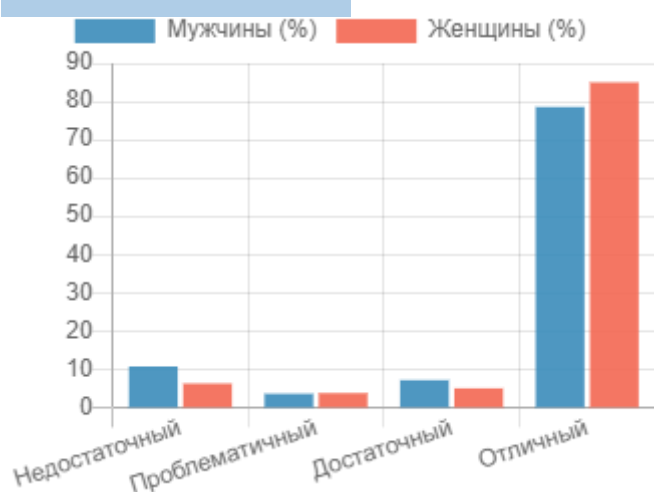
Психологическая поддержка	N	7	21	28
	%	23.33	26.25	25.45
Онлайн образовательные мероприятия	N	6	10	16
	%	20.00	12.50	14.55
Индивидуальное консультирование от специалиста, направленное на изменение образа жизни	N	5	16	21
	%	16.67	20.00	19.09
Медицинские обследования на рабочем месте	N	13	43	56
	%	43.33	53.75	50.91
Итого	N	30	80	110



Распределение уровней грамотности в вопросах здоровья у работников по полу

		Пол		Итого
		Мужской	Женский	
Недостаточный	N	3	5	8
	%	10.71	6.25	7.41

Проблематичный	N	1	3	4
	%	3.57	3.75	3.70
Достаточный	N	2	4	6
	%	7.14	5.00	5.56
Отличный	N	22	68	90
	%	78.57	85.00	83.33
Итого	N	28	80	108



Распределение уровней грамотности в вопросах здоровья у работников по возрасту

		возраст					Итого
		моложе 30 лет	30–39 лет	40–49 лет	50–59 лет	старше 60 лет	
Недостаточный	N	0	0	5	1	2	8
	%	0.00	0.00	13.51	3.57	9.52	7.41
Проблематичный	N	1	1	0	2	0	4
	%	12.50	7.14	0.00	7.14	0.00	3.70

Достаточный	N	0	0	4	2	0	6
	%	0.00	0.00	10.81	7.14	0.00	5.56
Отличный	N	7	13	28	23	19	90
	%	87.50	92.86	75.68	82.14	90.48	83.33
Итого	N	8	14	37	28	21	108

