

 Швабе

 BOM3

Акционерное общество
«Вологодский оптико-
механический завод»

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО «ВОЛОГОДСКИЙ ОПТИКО-МЕХАНИЧЕСКИЙ ЗАВОД»

Модельная корпоративная программа
«Укрепление здоровья на рабочем месте»

2023



АО «Вологодский оптико-механический завод»

Предприятие
основано в
1971 году

ВОМЗ
51 год



АО «ВОМЗ» – крупнейшее в Вологодской области высокотехнологичное современное предприятие оборонно-промышленного комплекса России

АО «ВОМЗ» - участвует в выполнении государственных программ по модернизации вооружения российской армии

АО «ВОМЗ» - с 2009 г. входит в состав инновационного холдинга АО «Швабе» Госкорпорации «Ростех»

АО «ВОМЗ» - с 2018 г. входит в состав Союза Машиностроителей России

АО «ВОМЗ» занимает лидирующие позиции на российском рынке по производству прицелов для охоты и спорта



Нацелены на успех!

Изделия ВОМЗ в составе бронетанковой техники



Самое ценное на заводе – это люди!

- ВОМЗ – центр механообработки холдинга АО «Швабе»
- Современное оборудование - инвестиции в модернизацию и обновление технологического парка предприятия – более 3,5 миллиардов руб.
- Доля инновационной продукции – более 50 % (в том числе высокий уровень компетенций в микроэлектронике)
- Гибкие производственные системы
- Роботизация производства
- Более 1000 видов изделий



Работающих
женщин
1342
(51 %)

Молодежь
до 35 лет
876
(34,4 %)

Средний
возраст
42 года

О НАС:

Старше
50 лет
780
(31 %)

Работающих
мужчин
1289
(49 %)

**2631
работник**



Социальная политика



«Жильё»



«Детство»



«Забота»



«Культура и спорт»



«Здоровье»



«Молодежь»

Психологи-
ческое
здоровье

Физическое
здоровье

Социальная
поддержка

ЗДОРОВЬЕ –
это состояние полного
физического,
духовного и
социального
благополучия, а не
только отсутствие
болезней и физических
дефектов.
*(Из устава Всемирной
Организации
Здравоохранения)*



ПРОБЛЕМА:

- ✓ Высокий уровень заболеваемости по причине COVID.
- ✓ Последствия COVID – болезни органов пищеварения, сердечно-сосудистые заболевания, болезни легких, эндокринные патологии и болезни нервной системы

Сохранение и укрепление здоровья работников завода, профилактика заболеваний и потери работоспособности

ЦЕЛЬ:

- ✓ Выявление и коррекция факторов риска ХНИЗ;
- ✓ Выявление заболевания на ранних стадиях;
- ✓ Проведение оздоровительных и реабилитационных мероприятий;
- ✓ Создание информационного пространства ЗОЖ;
- ✓ Популяризация здорового образа жизни

ЗАДАЧИ:





- Руководитель проекта по внедрению программы «Укрепление здоровья на рабочем месте» - директор по развитию персонала, социальным вопросам и организации хозяйственной деятельности
А.П. Ермолов



- Организатор мероприятий по внедрению программы «Укрепление здоровья на рабочем месте» - заведующий здравпунктом
Н.Е. Шубина

**ПРОЕКТНЫЙ
КОМИТЕТ**



Современное медицинское оборудование

Бессрочная лицензия на медицинскую деятельность № ЛО – 35-01-001684

Высококвалифицированный медицинский персонал

ЗДРАВПУНКТ АО «ВОМЗ»



ЗДРАВПУНКТ АО «ВОМЗ»

Наши
стенды



Здравпункт находится на
1 этаже административного
здания завода и занимает
300 квадратных метров.



Широкий спектр
физиопроцедур, услуги
стоматолога - доступны для
заводчан на бесплатной основе



УГОЛОК ЗДОРОВЬЯ

Уголок здоровья пользуется большой популярностью у заводчан. Здесь можно измерить артериальное давление, рост, вес, окружность талии, просчитать индекс массы тела и оценить риск сердечно – сосудистых заболеваний

БУДЬ ЗДОРОВ! НАЧНИ С СЕБЯ!

ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ВАЖНО ЕЖЕДНЕВНО

- Соблюдать физическую активность
- Следовать правилам рационального питания
- Отказаться от вредных привычек
- Знать индекс массы тела
- Контролировать артериальное давление

ЗДОРОВЫЕ ЦИФРЫ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА ВАЖНО ЗНАТЬ:

Артериальное давление..... ≤ 140/90 мм рт.ст
 Общий холестерин в крови..... ≤ 5 ммоль/л
 Сахар в крови..... ≤ 6,1 ммоль/л
 Физическая активность..... ≥ 30 мин в день
 Соль..... ≤ 5 г в день
 Овощи/фрукты..... ≥ 500 г в день
 Индекс массы тела..... < 25,0

КОНТРОЛИРУЕМ ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА

индекс массы тела	1,45	1,50	1,55	1,60	1,65	1,70	1,75	1,80	1,85	1,90	1,95	2,00
40	19,0	22,2	25,4	28,6	31,8	35,0	38,2	41,4	44,6	47,8	51,0	54,2
45	21,6	25,0	28,4	31,8	35,2	38,6	42,0	45,4	48,8	52,2	55,6	59,0
50	23,8	27,4	31,0	34,6	38,2	41,8	45,4	49,0	52,6	56,2	59,8	63,4
55	26,2	29,8	33,4	37,0	40,6	44,2	47,8	51,4	55,0	58,6	62,2	65,8
60	28,2	32,0	35,8	39,6	43,4	47,2	51,0	54,8	58,6	62,4	66,2	70,0
65	30,8	34,6	38,4	42,2	46,0	49,8	53,6	57,4	61,2	65,0	68,8	72,6
70	33,3	37,1	40,9	44,7	48,5	52,3	56,1	59,9	63,7	67,5	71,3	75,1
75	35,7	39,5	43,3	47,1	50,9	54,7	58,5	62,3	66,1	69,9	73,7	77,5
80	38,0	41,8	45,6	49,4	53,2	57,0	60,8	64,6	68,4	72,2	76,0	79,8
85	40,4	44,2	48,0	51,8	55,6	59,4	63,2	67,0	70,8	74,6	78,4	82,2
90	42,8	46,6	50,4	54,2	58,0	61,8	65,6	69,4	73,2	77,0	80,8	84,6
95	45,2	49,0	52,8	56,6	60,4	64,2	68,0	71,8	75,6	79,4	83,2	87,0
100	47,6	51,4	55,2	59,0	62,8	66,6	70,4	74,2	78,0	81,8	85,6	89,4
105	49,9	53,7	57,5	61,3	65,1	68,9	72,7	76,5	80,3	84,1	87,9	91,7
110	52,3	56,1	59,9	63,7	67,5	71,3	75,1	78,9	82,7	86,5	90,3	94,1
115	54,7	58,5	62,3	66,1	69,9	73,7	77,5	81,3	85,1	88,9	92,7	96,5
120	57,1	60,9	64,7	68,5	72,3	76,1	79,9	83,7	87,5	91,3	95,1	98,9
125	59,5	63,3	67,1	70,9	74,7	78,5	82,3	86,1	89,9	93,7	97,5	101,3

ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА = $\frac{\text{вес, кг}}{\text{рост, м}^2}$

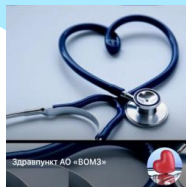
Индекс массы тела	Масса тела	Риск сердечно-сосудистых заболеваний
< 18,5	Дефицит массы тела	Низкий риск
18,5-24,9	Нормальная масса тела	Оптимальный (средний)
25,0-29,9	Избыточная масса тела	Повышенный
30,0-34,9	Ожирение 1 ст.	Высокий
35,0-39,9	Ожирение 2 ст.	Очень высокий
≥ 40	Ожирение 3 ст.	Чрезвычайно высокий

Объем талии ≥ 94 см у мужчин и ≥ 80 см у женщин УВЕЛИЧИВАЕТ РИСК РАЗВИТИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ!

Вы можете получить бесплатное обследование и консультацию по вопросам здорового образа жизни в г. Вологде
 Телефон здоровья: тел. 72-00-60 (среда, четверг 15.00-16.00)
 Центр здоровья для взрослого населения тел. 21-56-81
 Центр здоровья для детского населения тел. 78-70-38

Центр по профилактике инфекционных заболеваний тел. 53-48-44 (анонимное обследование на ВИЧ-инфекцию)





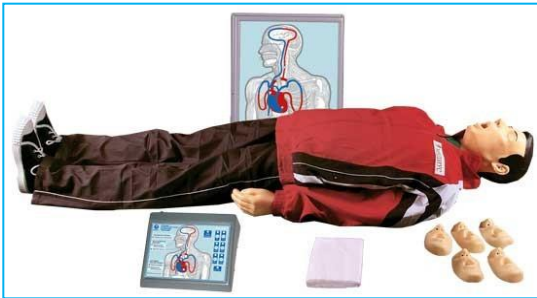
ЗДРАВПУНКТ АО «ВОМЗ»

Школа здоровья

«Сахарный диабет»

«Артериальная гипертензия»

«Первая помощь»



Тематические проекты,
группы ВК



Радио-проект
«Из первых уст»



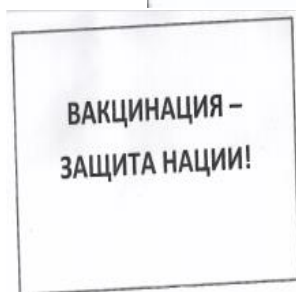
Неделя здоровья



ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

ТЕМАТИЧЕСКИЕ АКЦИИ:

- ✓ «Неделя без лифта»;
- ✓ «Движение – залог здоровья»;
- ✓ «Здоровый перекус»;
- ✓ «День доброты»;
- ✓ «Вакцинация-защита нации!»;
- ✓ «Предупреди. Живи.»;
- ✓ «Ноль- лучший градус для жизни»;
- ✓ «Меняем апельсин на никотин» и др.



Высокие
рабочие
нагрузки

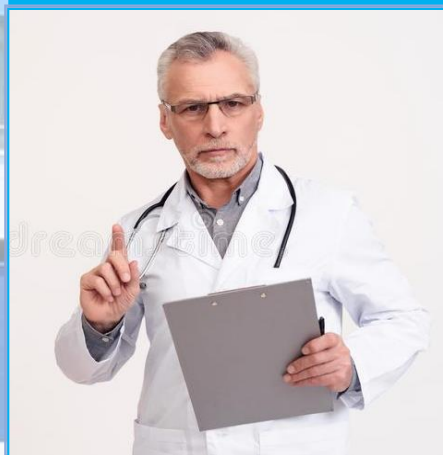
Частые
болезни

Усталость

САНАТОРИЙ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ



Здравпункт ВОМЗ



Оздоровительные мероприятия



**СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ
ЦЕНТР**

**ГОД ОСНОВАНИЯ
2002**

**ОБЩАЯ ПЛОЩАДЬ
1100 кв.м.**

**ДОТАЦИЯ на занятия
спортом**

более 10 направлений

СО СПОРТОМ ПО ЖИЗНИ

«Северная ходьба»



«Вологодские лоси»



«Проводится активная работа по популяризации физической культуры и спорта среди работников предприятия.

Мы поддерживаем стремление сотрудников заниматься спортом – генеральный директор АО «ВОМЗ» В. А. Морозов»

«Личное первенство по теннису»



«Полоса препятствий»



НАШИ ДОСТИЖЕНИЯ



2 МЕСТО
по теннису в
спартакиаде
трудовых
коллективов



2 МЕСТО
в фестивале ГТО
среди трудовых
коллективов

1 МЕСТО
производственная
гимнастика
среди
трудовых
коллективов ВО

1 МЕСТО
по плаванию
в спартакиаде
трудовых
коллективов



1 МЕСТО
по шахматам в
спартакиаде
трудовых
коллективов



ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА

В цехах и офисах АО «ВОМЗ» в регламентированные перерывы 2 раза в неделю проводится производственная гимнастика



ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ
ГИМНАСТИКА

Производственная гимнастика - мини-комплекс физических упражнений, выполняемых во время рабочего процесса для снятия усталости, мышечных зажимов и напряжения

ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ – ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



- ✓ С 2019 года выделанная группа заводчан получают горячее, диетическое питание в заводской столовой, под контролем медицинского работника.
- ✓ Разработано десятидневное меню, которое периодически обновляется

- ✓ Цех питания – обеспечивает работников предприятия горячим, разнообразным обедом.
- ✓ Согласно коллективному договору, на питание предусмотрена дотация



ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

СОГЛАШЕНИЕ О СОТРУДНИЧЕСТВЕ В СФЕРЕ ДОНОРСТВА КРОВИ

С 2018 года заключаются Соглашения о сотрудничестве в сфере донорства крови между БУЗ ВО «Вологодская станция переливания крови №1» и АО «Вологодский оптико-механический завод».

Ежегодно подводятся итоги по реализации Соглашения, проводится анализ, намечаются задачи на предстоящий период



Соглашение **2018**



Соглашение **2020**



Соглашение **2022**



Соглашение **2019**



Соглашение **2021**



Соглашение **2023**

ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ



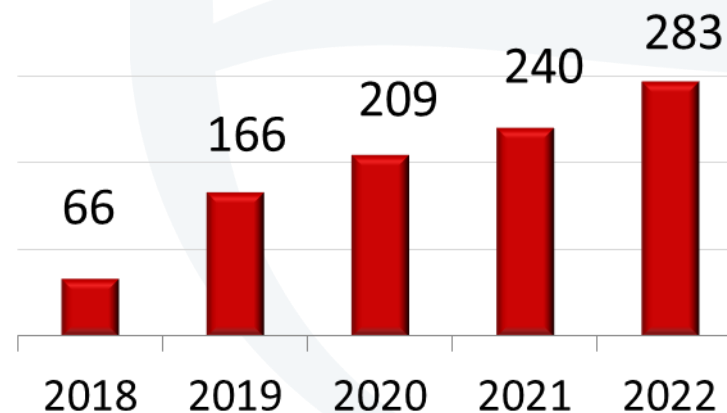
В 2022 году ВОМЗ стал победителем областного конкурса «Лучшая корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте» и «Лучшим донором года» в номинации «Лучший коллектив – участник донорского движения».

Сегодня на заводе работают **14 почетных доноров России**

ДЕНЬ ДОНОРА

КОЛИЧЕСТВО ДОНОРОВ ЗА 5 ЛЕТ
УВЕЛИЧИЛОСЬ БОЛЕЕ ЧЕМ В 4 РАЗА

НАБЛЮДАЕТСЯ ТЕНДЕНЦИЯ К
ДАЛЬНЕЙШЕМУ РОСТУ



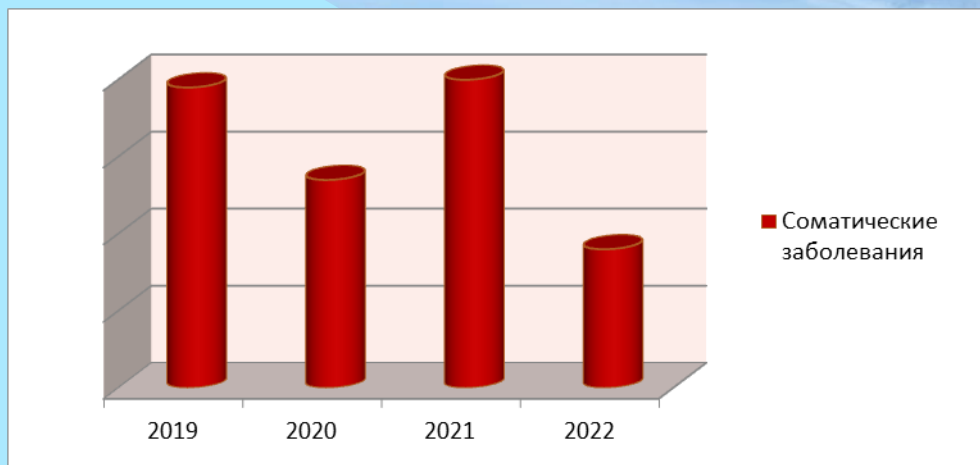
ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

- ✓ На территории завода создана комфортная среда для труда и отдыха заводчан.
- ✓ Благоустройство и озеленение территории существенно улучшили санитарно – гигиеническое состояние, эстетическое оформление, микроклимат территории предприятия



РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОТЫ ПРОГРАММЫ

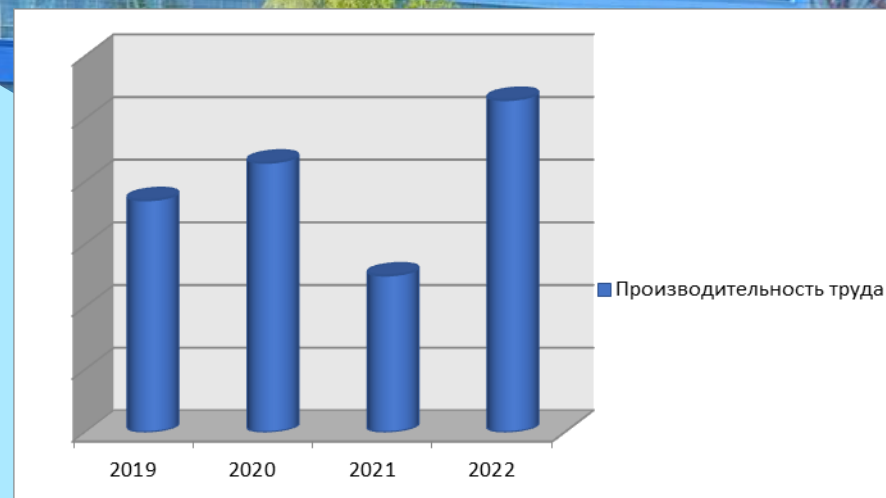


Вывод:

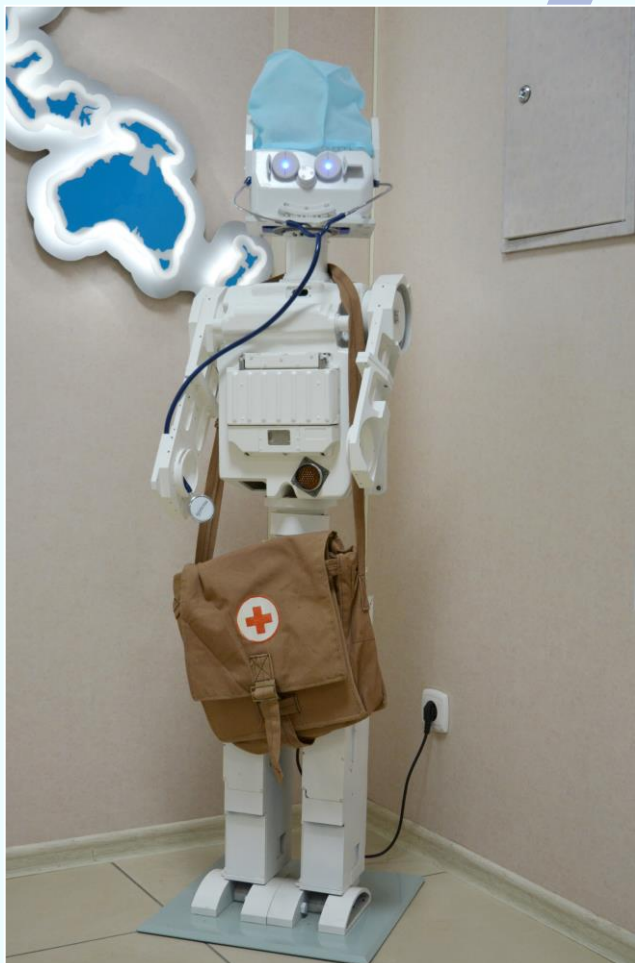
В результате внедрения программы «Укрепление здоровья на рабочем месте», за 2022 год число больничных уменьшилось почти в три раза (по сравнению с 2021 годом)

Вывод:

В результате внедрения программы «Укрепление здоровья на рабочем месте», за 2022 год производительность труда выросла почти в три раза (по сравнению с 2021 годом)



ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА СЛУЖБЕ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ



«Меня зовут **Оптроник**» – так представляется робот которого создали на АО «ВОМЗ» четверо специалистов бюро эксплуатации (бюро 507). **Оптроник** собран из деталей изделия 1А43 - танкового прицела, в 2016 году.

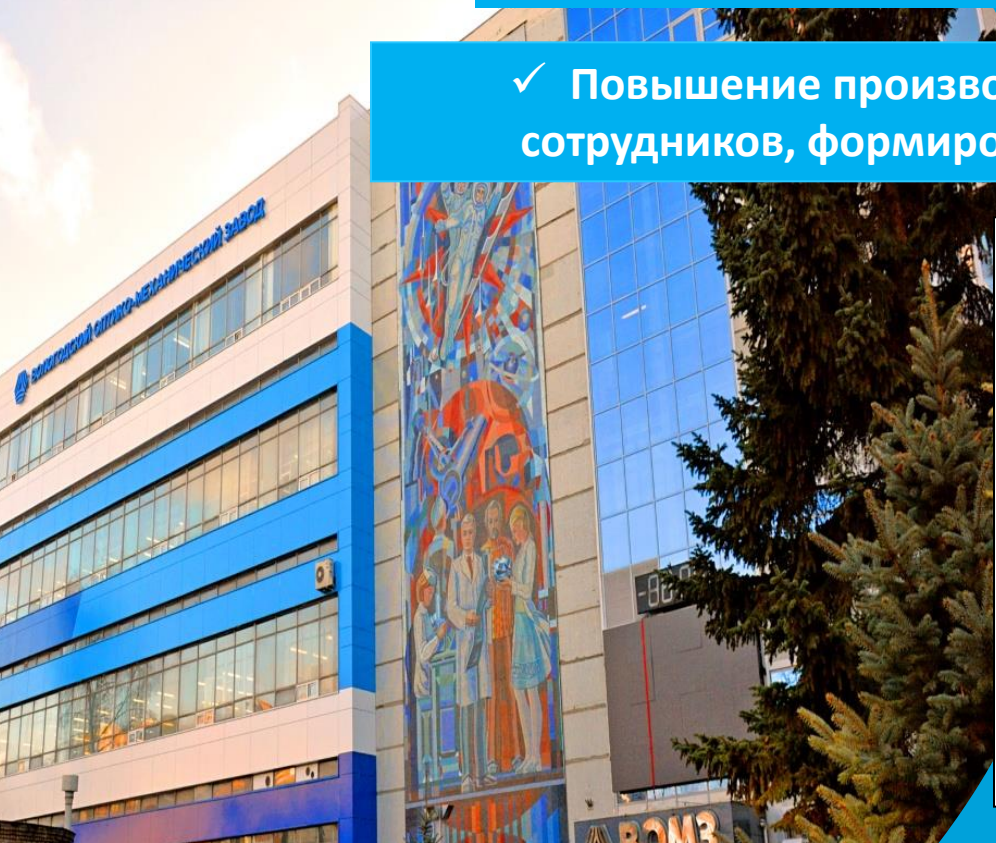
Оптроник может рассказать о чем угодно, запись осуществляется на USB-флеш-накопитель.

В настоящее время **Оптроник** «служит» на благо здравпункта - информирует работников завода о проведении диспансеризации



✓ **Здоровье сотрудников является ключевым ресурсом устойчивого и эффективного развития предприятия.**

✓ **Повышение производительности труда, мотивации и лояльности сотрудников, формирование ответственной корпоративной культуры.**



✓ **Наша задача поддержать и укрепить здоровье сотрудников, которая включает в себя санитарно-гигиенические мероприятия, направления спорта, медицинской помощи, правильного питания, ментального здоровья и профилактики вредных привычек**



– ВОЛОГОДСКИЙ

– ОТВЕТСТВЕННЫЙ

– МОЛОДОЙ

– ЗДОРОВЫЙ



Швабе



ВОМЗ

Акционерное общество
«Вологодский оптико-
механический завод»



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!