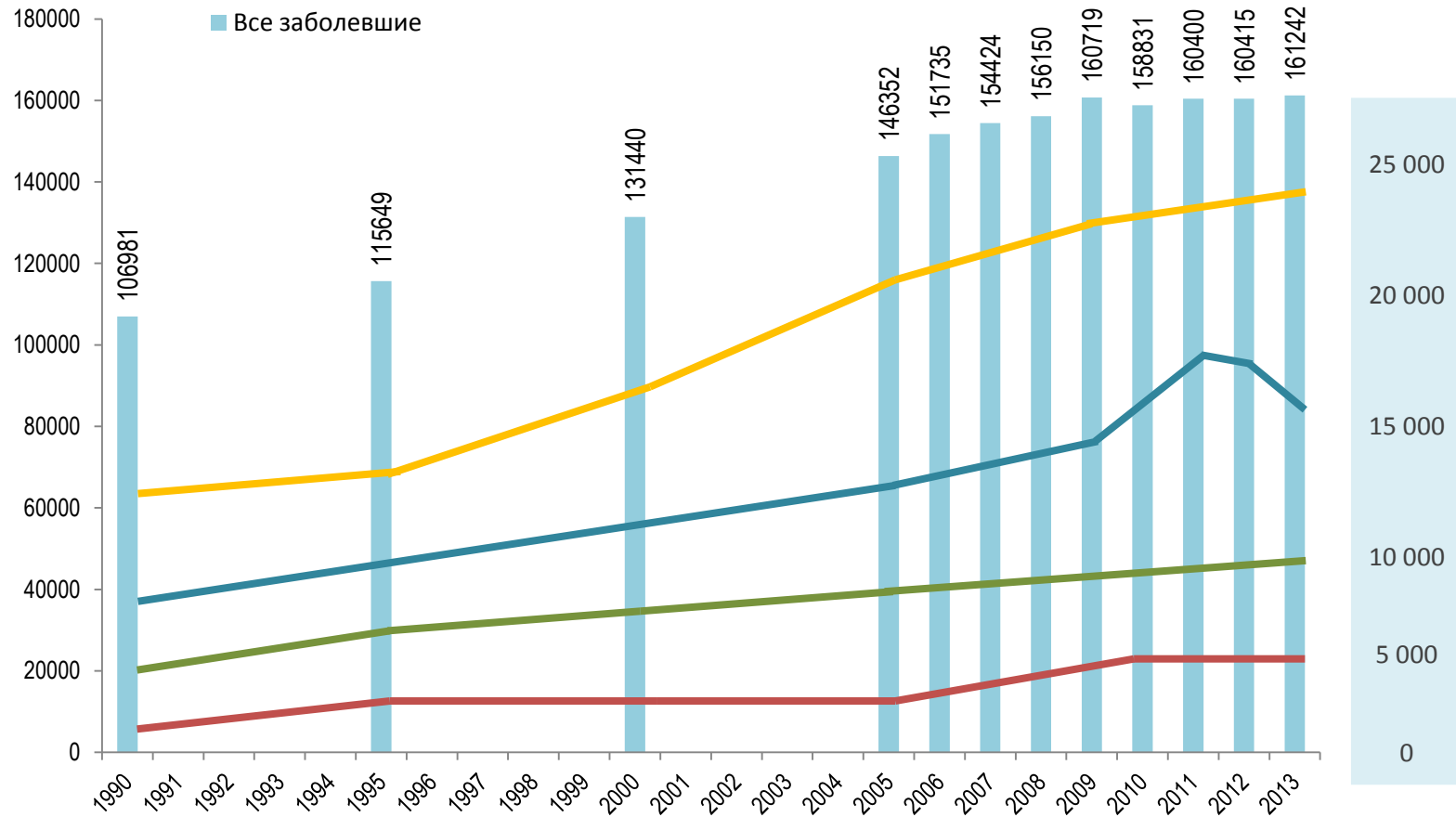




**Управление здоровьем персонала,  
как один из важнейших методов для  
минимизации издержек компании и  
стимуляции работников.**

Бабурина С.А.

# ДИНАМИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ В РОССИИ НА 100 ТЫСЯЧ НАСЕЛЕНИЯ



## ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ ПО КЛАССАМ БОЛЕЗНЕЙ

- БОЛЕЗНИ СИСТЕМЫ КРОВООБРАЩЕНИЯ
- БОЛЕЗНИ КОСТНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ
- ОСЛОЖНЕНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ И РОДОВ
- НОВООБРАЗОВАНИЯ



LIFE ENERGY

НОРМА РЕАКЦИИ

ТРЕВОГА

АДАПТАЦИЯ

ИСТОЩЕНИЕ

ПОВРЕЖДЕНИЕ

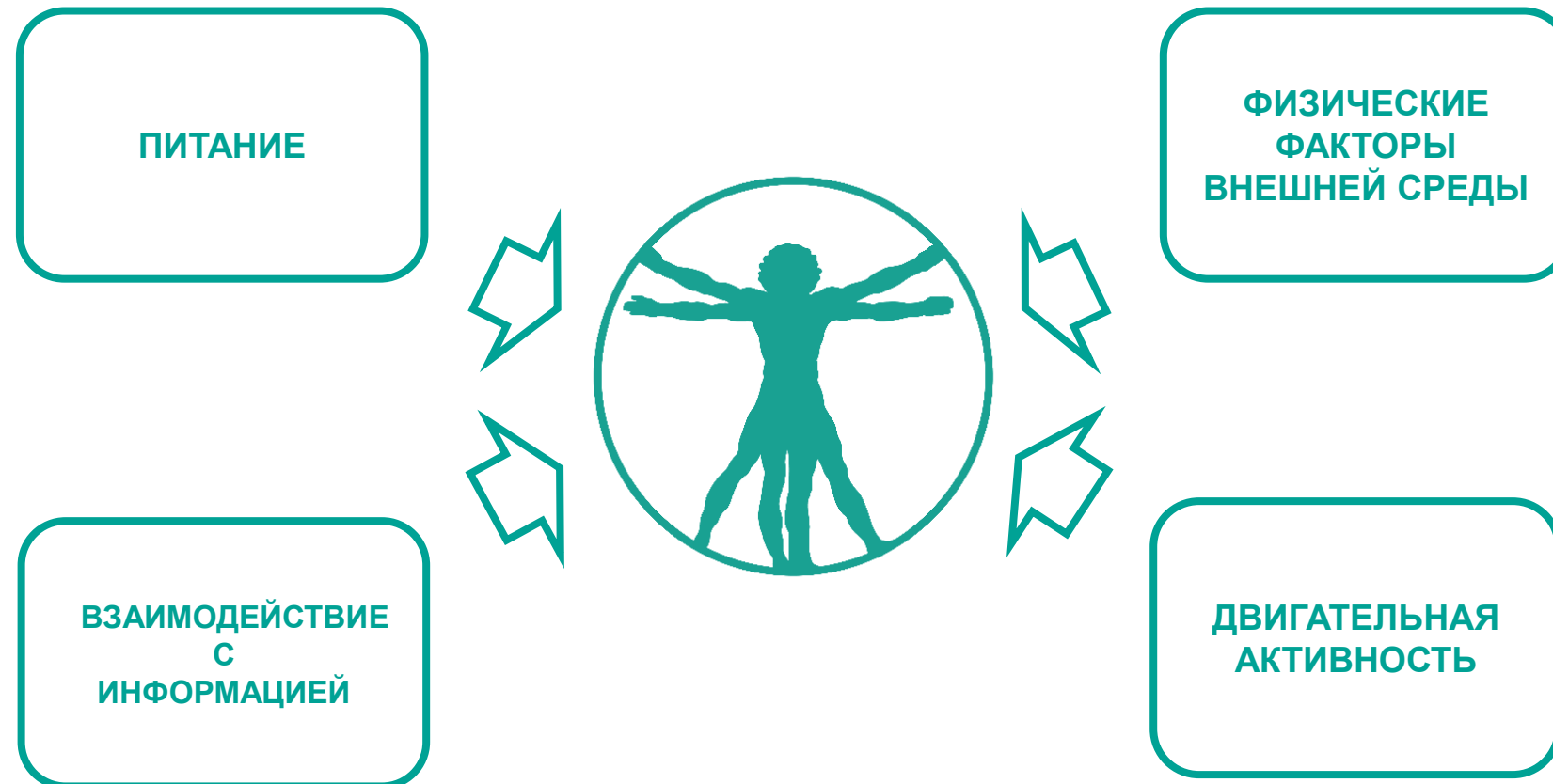
ФАКТОР СТРЕССА ПРЕКРАТИЛ ДЕЙСТВИЕ

БОЛЕЗнь

ВРЕМЯ



# ФАКТОРЫ ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА



## ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ



- ✓ Снижение мотивации к труду
- ✓ Усталость, утомление, истощение;
- ✓ Психосоматические недомогания;
- ✓ Бессонница;
- ✓ Негативное отношение к ученикам коллегам;
- ✓ Негативное отношение к самой работе;
- ✓ Скудность репертуара рабочих действий;
- ✓ Агрессивные чувства (раздражительность, напряженность, тревожность, беспокойство, гнев);
- ✓ Упадническое настроение и связанные с ним эмоции: цинизм, пессимизм, чувство безнадежности, апатия, депрессия, чувство бессмысленности;
- ✓ Переживание чувства вины.



# УПРАВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЕМ ПЕРСОНАЛА



## Медицина

- ДМС
- профосмотры
- вакцинация



## Спорт

- фитнес
- производственная гимнастика
- спортивные соревнования



## Питание

- организация здорового питания
- Консультации диетолога
- мастер-классы



## Просветительская работа

- дни здоровья
- лекции
- ЗОЖ



## Мотивация активности



## Физиологический тайм менеджмент-режим труда и отдыха



## Борьба с вредными привычками



## Санаторно-курортное лечение



## Детский оздоровительный отдых



# HEALTH MANAGEMENT (УПРАВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЕМ ПЕРСОНАЛА)

Снижение расходов  
Вашей организации



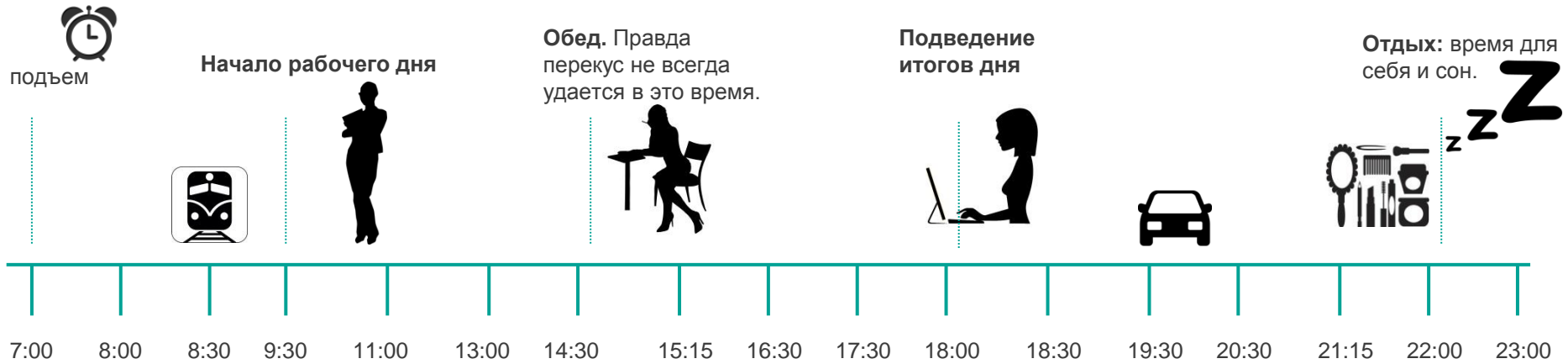
Повышение дохода  
Вашей организации



**Внедрение программ по управлению здоровьем персонала уменьшает  
заболеваемость в среднем в 2 раза  
Возврат инвестиций от 4 до 15 рублей на каждый вложенный рубль**



# БУДНИЙ РАБОЧИЙ ДЕНЬ



Расписание одного дня из жизни:  
7:00-Подъем  
8:00-Завтрак и сбор детей в школу, сад  
8:30-Дорога в офис  
9:30-Начало рабочего дня  
11:00-Совещание  
13:00-Рабочий процесс  
14:30-Обед  
15:15-Дедлайн задачи  
16:30-Встреча с подрядчиками  
17:30-Проверка почты  
18:00-Подведение итогов дня  
18:30-Дорога домой  
19:30-Ужин  
20:30-Уборка  
21:15-Занятия с детьми  
22:00-Время для себя  
23:00-Отбой

## Рабочий процесс.

Чтение почты, распределение срочных задач, встречи с партнерами.



## Совещания

с коллегами, подчиненными, планирование дел на завтра.

## Время с семьей:

ужин, дела по дому, общение с мужем и детьми.

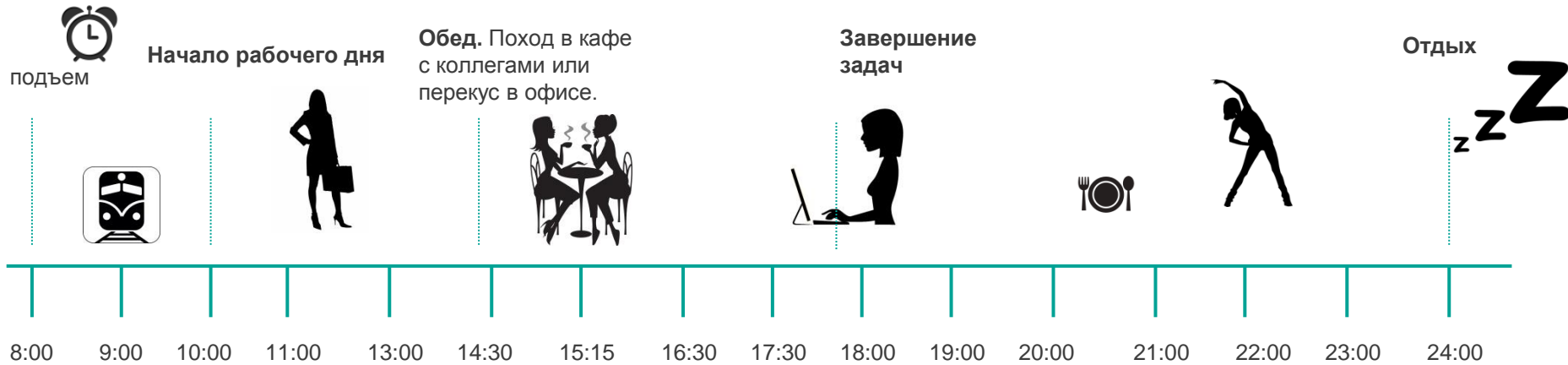


\* Женщина с 2-мя детьми





# БУДНИЙ РАБОЧИЙ ДЕНЬ



Расписание одного дня из жизни:

8:00-Подъем, завтрак  
9:00-Дорога в офис  
10:00-Начало рабочего дня  
11:00-Совещание  
13:00-Рабочий процесс  
14:30-Обед  
15:15-Дедлайн задачи  
16:30-Встреча с подрядчиками  
17:30-Проверка почты  
18:00-Завершение задач  
19:00-Дорога домой  
20:00-Ужин  
21:00-Занятия спортом, общение в соц. Сетях, встреча с друзьями  
23:00-Время для себя, сбор на работу  
24:00-Отбой

## Рабочий процесс.

Чтение почты, распределение срочных задач, встречи с партнерами.



## Совещания

с коллегами, подчиненными, планирование дел на завтра.



## Время для себя:

ужин, занятия спортом, встреча с друзьями, общение с мужем.



\* Женщина без детей



# ВОЗ: Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья для лиц с 18 до 64 лет



1. Взрослые люди в возрасте 18 – 64 лет должны уделять не менее **150 минут в неделю** занятиям аэробикой средней интенсивности, или, не менее, **75 минут в неделю** занятиям аэробикой высокой интенсивности, или аналогичному сочетанию физической активности средней и высокой интенсивности.
2. Каждое занятие аэробикой должно продолжаться **не менее 10 минут**.
3. Для того чтобы получить дополнительные преимущества для здоровья, взрослые люди этой возрастной категории должны увеличить нагрузки своих занятий аэробикой средней интенсивности **до 300 минут** в неделю, или до 150 минут в неделю, если занимаются аэробикой высокой интенсивности, или аналогичное сочетание занятий аэробикой средней и высокой интенсивности.
4. **Силовым упражнениям, где задействованы основные группы мышц, следует посвящать 2 или более дней в неделю.**



# ФАКТОРЫ КОМПЛЕКСНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЛЕЧЕНИЯ

## САНАТОРНО-КУРОРТНОГО

Психо-эмоциональный  
фактор



Климат



Медицинские процедуры



## СОЦИАЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ\*

- ✓ Улучшение качества жизни
- ✓ Восстановление бытовых, профессиональных и социальных функций
- ✓ Снижение инвалидизации
- ✓ Увеличение трудового потенциала и профессионального долголетия

## ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ\*

- ✓ Увеличение производительности труда на 10-15 %
- ✓ Возращение к трудовой деятельности в 3-4 раза чаще
- ✓ Снижение финансовых затрат на лечение в 2-2,5 раза (за счет уменьшения пользования медицинскими услугами, приема фармакологических препаратов, обращаемости в поликлиники, лечения в стационарах)

\*Сводные консолидированные данные ФГБУ «Пятигорского государственного НИИ курортологии ФМБА»



# МЕДИЦИНСКИЙ ЭФФЕКТ

- ✓ Снижение количества обострений заболеваний в 2,8 раз
- ✓ Снижение частоты рецидивов заболеваний в 2,4 раза
- ✓ Сокращение показателей частоты госпитализации в 1,7 раз
- ✓ Снижение средней длительности случаев госпитализации на 28%
- ✓ Сокращение средней длительности 1 случая временной нетрудоспособности на 36 %
- ✓ Удлинение периода ремиссии основного заболевания в 3,6 раз, сопутствующих заболеваний в 1,8 раз
- ✓ Уменьшение прогрессирования заболеваний за счет улучшения показателей функционального состояния органов и систем организма
- ✓ Повышение физиологических резервов организма



\*Сводные консолидированные данные ФГБУ «Пятигорского государственного НИИ курортологии ФМБА»



# ЭФФЕКТИВНОСТЬ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ

У работников локомотивных бригад после санаторно-курортного лечения\*:

6,4



2,3

Количество отстранений от рейса уменьшилось:

- На 4,1 случай на 100 работников (в 2,8 раза)

31,5



21,0

Заболеваемость с ВУТ снизилась:

- ✓ На 10,5 случаев на 100 работников (в 1,5 раза)
- ✓ На 211,3 дня (в 2 раза)

\*Данные Юго-Восточной железной дороги ОАО «РЖД»



## УРОВЕНЬ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ЗА 12 МЕСЯЦЕВ ДО И 12 ПОСЛЕ ЛЕЧЕНИЯ\*



Санаторно-курортное лечение обладает высоким уровнем доказанной эффективности различных хронических заболеваний и является важнейшим звеном системы корпоративного здравоохранения

\*Сводные консолидированные данные ФГБУ «Пятигорского государственного НИИ курортологии ФМБА»



# СОВРЕМЕННЫЙ САНАТОРИЙ - ЭТО





# СОВРЕМЕННЫЙ САНАТОРИЙ - ЭТО



# СОВРЕМЕННЫЙ САНАТОРИЙ - ЭТО



# ФОРМАТЫ ПРОГРАММ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ направленные на лечение хронических заболеваний



- ✓ Лечение заболеваний костно-мышечной системы
- ✓ Лечение заболеваний органов кровообращения
- ✓ Лечение заболеваний органов пищеварения
- ✓ Лечение заболеваний органов дыхания
- ✓ Лечение заболеваний почек и мочевыводящих путей
- ✓ Лечение заболеваний нервной системы
- ✓ Лечение заболеваний эндокринной системы
- ✓ Лечение заболеваний мужской половой сферы
- ✓ Лечение заболеваний женской половой сферы
- ✓ Лечение заболеваний кожи
- ✓ Лечение профессиональных заболеваний



# ФОРМАТЫ ПРОГРАММ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ОЗДОРОВЛЕНИЯ









- ✓ Снижение веса
- ✓ Очищение организма, детокс
- ✓ Эстетические программы
- ✓ Антистресс
- ✓ Лечение хронической усталости,  
Сопровождение беременности
- ✓ Комбинированные программы
- ✓ Мать и дитя
- ✓ Программы для пожилого возраста
- ✓ Anti Age



# ЭФФЕКТИВНОСТЬ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ



## Популярные курорты

 <p><b>Рогашка Слатина (Rogaška Slatina)</b> Словения</p>	 <p><b>Римские Топлицы (Rimske Toplice)</b> Словения</p>	 <p><b>Термы Зрече (Terme Zreče)</b> Словения</p>
 <p><b>Порторож (Portorož)</b> Словения</p>	 <p><b>Железноводск</b> Ставропольский край</p>	 <p><b>Кисловодск</b> Ставропольский край</p>



# КОРПОРАТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО УПРАВЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЕМ

- ✓ **Здоровье 360» - образовательный проект**, направленный на профилактику заболеваний и поддержку здорового образа жизни сотрудников и членов их семей.
- ✓ **«Корпоративный заказ путевок»** – закупка оздоровительных путевок для сотрудников, в соответствии с выделенным объемом денежных, в санатории России и зарубежья.
- ✓ **«Корпоративная карта здоровья»** – корпоративная программа лояльности с накопительной бонусной системой и специальными предложениями партнеров.
- ✓ **«Пакет VIP»** – Индивидуальное обслуживание ТОП-менеджеров и ключевых сотрудников компании



# КОРПОРАТИВНЫЙ ЗАКАЗ ПУТЕВОК – ПРИМЕР РАСЧЕТА БЮДЖЕТА

Среднемесячный ФОТ на 1 сотрудника в 60 000 руб.:

- Годовой ФОТ = 1500 сотрудников x 60 000р. = 1 080 000 000 р.
- Средняя стоимость путевки = 3500р.(за 1 сутки) x 14 дней = 49 000р.
- Оздоровление ~10% сотрудников в год = 150 человек
- 150 чел. x 49 000р. = 7 350 000 руб.= 0,68% от ФОТ

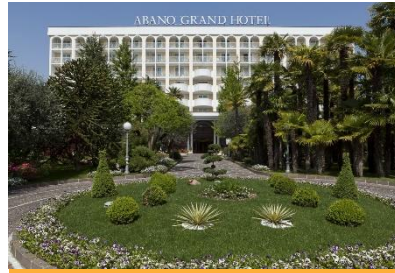
**0,68% ФОТ = 150 оздоровленных сотрудников**

По опыту около 30 % сотрудников имеет потребность поехать в санаторий.

**Использование менее 1% ФОТ** компании позволит **обеспечить путевкой каждого желающего сотрудника 1 раз в 2-3 года**, что повлияет на снижение Расходов на больничные и косвенно повлияет на повышение эффективности трудоспособности персонала. А так же является весомым критерием при мотивации персонала.



# Предложение для ТОП – менеджеров и ключевых сотрудников компании



**Abano Grand 5\* Италия**  
от 2 320 евро.



**HOTEL DUE TORRI ABANO 5\***  
Romantic Thermal Spa от 2 070 евро



**Semiramis Hotel De Charme**  
Италия от 960 евро (без лечения0)



**Grand Hotel Rogaška**  
4\*Superior Словения от  
1 990 евро.



**Римские термы 4\***  
Словения от 1 170 евро.



**Life Class Hotel Riviera 4\***  
Словения от 1 770 евро.



**«Долина Нарзанов»**  
Кисловодск от 52 000 руб.



**«Машук Аква-Терм»**  
Железноводск от 65 450 руб.



**«Долина Нарзанов» 4\***  
Ессентуки от 79 740 руб

**Ориентировочная стоимость санаторно-курортного отдыха  
на 1 человека 10 дней в июле с лечебной программой.  
Более широкий пул курортов и вариантов проживания с люксовыми возможностями  
представлен на сайте.**





# САНАТОРИИ И КУРОРТЫ ЭКОНОМ КЛАССА



Санаторий «Магадан» 3\*  
Сочи от 30 000 руб.



Санаторий «С.С.С.Р.» 2\*+  
Сочи от 25 500 руб.



Санаторий «Солнечный»  
Кабардинка от 18 200 руб.



Санаторий И. П. Павлова  
Ессентуки от 24 000 руб.



Санаторий С.М. Кирова 3\*  
Пятигорск от 29 000 руб.



Санаторий Г. К. Орджоникидзе  
Кисловодск от 25 500 руб.



Санаторный «Переделкино»  
м.о. 34 000 руб.



Санаторий «Буран» 3\*+  
М.О. от 19 000 руб



Санаторий «Зеленый городок»  
М.О. 31 000 руб.

Ориентировочная стоимость санаторно-курортного отдыха на 1 человека 10 дней в июле с лечебной программой.

Более широкий пул курортов и вариантов проживания представлен на сайте.  
Стоимость с лечением от 2 200 руб. в сутки



# КОРПОРАТИВНЫЙ ЗАКАЗ ПУТЕВОК - ВАРИАНТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ БЮДЖЕТА

- **Централизованная закупка путевок** на основании предварительного пула заявок от компании **в рамках согласованного бюджета** и параметров путевок (регион, программы и длительности лечения, категория номера, стоимость)\*.
- **Самостоятельная закупка путевки сотрудником** с последующей компенсацией затрат компанией (сумма компенсации определяется компанией самостоятельно)\*.

\*путевки не облагаются НДФЛ и ЕСН



Бюджет формируется индивидуально для каждой компании

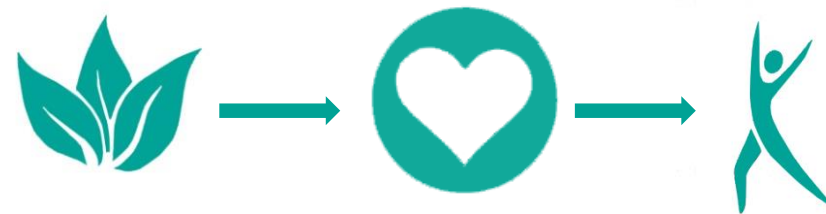


# ПОЛЬЗА ДЛЯ КОМПАНИИ



- # ЗДОРОВЫЙ КОЛЛЕКТИВ
- # СНИЖЕНИЕ ВУТ СОТРУДНИКОВ (СНИЖЕНИЕ ПРОПУСКОВ ПО БОЛЕЗНИ)
- # РОСТ ПРОИЗВОДИТЕЛЬНОСТИ ТРУДА
- # РОСТ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ КОМПАНИИ НА РЫНКЕ ТРУДА
- # ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СОТРУДНИКОВ
- # ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ИНСТРУМЕНТ МАТЕРИАЛЬНОЙ И НЕМАТЕРИАЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ ПЕРСОНАЛА
- # ПОВЫШЕНИЕ ЛОЯЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ К КОМПАНИИ
- # РАСШИРЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ПАКЕТА ДЛЯ СОТРУДНИКОВ КОМПАНИИ

**ЗДОРОВЫЕ И ЭНЕРГИЧНЫЕ  
СОТРУДНИКИ – КЛЮЧ К  
ЭФФЕКТИВНОМУ БИЗНЕСУ**



# Благодарю за внимание!

Светлана Бабурина  
Директор по развитию  
ZDRAVO.RU  
[s.baburina@zdravo.ru](mailto:s.baburina@zdravo.ru)

