

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
РГП НА ПХВ «НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПОДПРОЕКТА
«ЗДОРОВЫЕ УНИВЕРСИТЕТЫ»**

Нур-Султан
2022 год

УДК 614.2:378.4(083.3)
ББК 51.1:74.48я73
К 17

Рецензенты:

Имашева Б.С. - доктор биологических наук, профессор, советник Председателя Правления РГП на ПХВ «Национальный центр общественного здравоохранения» МЗ РК.

Слажнева Т.И. - доктор медицинских наук, профессор, главный специалист Департамента профилактики неинфекционных заболеваний РГП на ПХВ «Национальный центр общественного здравоохранения» МЗ РК.

Авторы:

Калмакова Ж.А. – к.м.н., И. о. Председателя Правления РГП на ПХВ «Национальный центр общественного здравоохранения» МЗ РК;

Раисова К.А. – доктор PhD, Руководитель отдела науки и профессионального развития РГП на ПХВ «Национальный центр общественного здравоохранения» МЗ РК;

Дуйсекова С.Б. – магистр, докторант PhD 3го года, старший преподаватель кафедры ОЗ и менеджмент НАО «МУА»;

Методические рекомендации по реализации подпроекта «Здоровые Университеты»: Методические рекомендации / Калмакова Ж.А., Раисова К.А., Дуйсекова С.Б. // Нур-Султан: Национальный центр общественного здравоохранения, 2022.

ISBN 978-601-305-473-5

Настоящие Методические рекомендации регламентируют порядок организации и реализации подпроекта «Здоровые Университеты» и позволяют определить Университеты, способствующие укреплению здоровья студентов и сокращению неравенства в отношении здоровья.

УДК 614.2:378.4(083.3)

ББК 51.1:74.48я73

К 17

Утверждено и разрешено к изданию типографическим способом РГП на ПХВ «Национальный центр общественного здравоохранения» МЗ РК (протокол заседания Ученого совета № 1 от «18» марта 2022 года)

ISBN 978-601-305-473-5

© Калмакова Ж.А., Раисова К.А., Дуйсекова С.Б., 2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	6
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	12
Основными детерминантами здорового университета	12
Политика университетов по укреплению здоровья	13
Уровень медицинского обслуживания и надзора	17
ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ	21
ЭТАП 1: НАЧАЛО РАБОТЫ: СОЗДАНИЕ РАБОЧЕЙ ГРУППЫ	23
ЭТАП 2: НАЧАЛО ОЦЕНКИ. ИНСТРУМЕНТ БЫСТРОЙ ОЦЕНКИ	26
Руководство и управление	28
Предоставление услуг	31
Инфраструктура и окружающая среда	33
Коммуникация, информация и маркетинг	36
Академическое, личностное, социальное и профессиональное развитие	38
ЭТАП 3: ПЛАНИРОВАНИЕ ДЕЙСТВИЙ	40
ЭТАП 4: МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА	42
ПРИЛОЖЕНИЯ	44
ЛИТЕРАТУРА	50

Перечень сокращений, условных обозначений, символов

ВОЗ – Всемирная организация здравоохранения

ВУЗ – Высшее учебное заведение

ЗУ – Здоровые университеты

ИППП – Инфекции, передающиеся половым путем

НИЗ – Неинфекционные заболевания

НЦОЗ – Национальный центр общественного здравоохранения

МЗ РК – Министерство здравоохранения Республики Казахстан

ООН – Организация Объединенных Наций

РК – Республика Казахстан

РКБТ – Рамочная конвенция ВОЗ против табака

СПИД – Синдром приобретенного иммунодефицита

ЮНЕСКО – Организация Объединённых Наций по вопросам образования, науки и культуры

Термины и определения

Бренд-менеджмент – управление брендом со стороны владельцев и клиентов. Под управление понимается, процесс целенаправленного наблюдения и воздействия на объект.

Волонтерство (добровольческая деятельность) – это широкий круг деятельности, который осуществляется добровольно на благо широкой общественности без расчета на денежное вознаграждение.

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – образ жизни человека, помогающий сохранить здоровье и снизить риск неинфекционных заболеваний путем контроля над поведенческими факторами.

Здоровые университеты – университеты, где создана такая среда обучения и организационная культура, которые улучшают здоровье, благополучие и устойчивость его сообщества и позволяют людям полностью раскрыть свой потенциал.

Координатор – это непосредственный представитель организации, который является связующим звеном между клиентами и успешной реализацией проекта.

Маркетинг – организация производства и сбыта продукции, основанная на изучение потребностей рынка в товарах и услугах.

Университет – высшее учебное заведение, где готовятся специалисты по фундаментальным и прикладным наукам. Как правило, осуществляет научную деятельность.

Введение

Актуальность

Университеты являются ведущими учреждениями в обществе, поскольку они играют важную роль в наращивании потенциала людей посредством различных академических программ. Университеты могут быть подходящими и приемлемыми социальными лидерами для укрепления здоровья населения посредством интеграции вопросов укрепления здоровья во все аспекты академических и административных функций этих учебных заведений высокого уровня.

Теоретически существует множество областей, которые составляют здоровый университет. На основе документа под названием «Университеты, способствующие укреплению здоровья: концепция, опыт и рамки действий», разработанного Европейским региональным бюро ВОЗ, Здоровый университет может объединять мероприятия по укреплению здоровья и различную академическую и административную работу.

Здоровье общества является одной из наиболее значимых социальных ценностей и его охрана выступает важной государственной, социально-экономической и политической задачей, эффективное решение которой во многом предопределяет будущее Республики Казахстан (РК). Сегодня обеспечить необходимый уровень здоровья нации крайне сложно, поскольку последствия критических периодов осуществления радикальных мер экономической реформы в РК продолжает затрагивать практически все стороны жизни, при этом одним из наиболее социально-уязвимых контингентов остается молодое поколение.

Проект «Здоровые университеты» разработан в Англии, в начале 90-х годов Ланкастерским и Центральным Ланкаширским Университетами. В 1996 года оба университета провели I Международную конференцию по обмену опыта эффективности внедрения проекта.

Весь системный подход "Здоровые университеты" предлагает ряд преимуществ - именно это:

- обеспечивает связь между здоровьем и благополучием с основной деятельностью университета посредством внедрения на уровне политики/планирования;
- обеспечивает большую согласованность в работе, связанной со здоровьем, выходя за рамки изолированных и фрагментированных мероприятий;
- обеспечение приверженности и поддержки со стороны высшего руководства;

- поощряет широкое участие/собственность и облегчает совместную работу в университете и с внешними партнерами;
- укрепляет создание здоровых и устойчивых условий труда, обучения и жизни для студентов, персонала и посетителей;
- повышение роли здравоохранения, благосостояния и устойчивого развития в преподавании, научных исследованиях и обмене знаниями;
- вносит вклад в здоровье и устойчивость общества в целом.

Все высшие учебные заведения (ВУЗы) должны принять целостную и всеобъемлющую политику и программу по укреплению здоровья. Это значительно повысит их потенциал и внесет вклад в улучшение здоровья и благополучия населения в целом, а также повысит ценность следующим образом:

- защищая здоровье и способствуя благополучию студентов, персонала и общества в целом посредством своей политики и практики;
- все в большей степени связывать укрепление здоровья с преподаванием, обучением и исследованиями;
- развивая пропаганду здорового образа жизни.

Кроме того, наличие программ и политики по укреплению здоровья позволит ВУЗам более эффективно и действенно выполнять свои три взаимосвязанные функции, а именно: образование, исследования и общественные услуги, их составляющие. В частности, преподаватели, студенты, исследователи и персонал будут более подготовлены и оснащены физически, умственно и психологически для активного участия в производстве, распространении и использовании знаний, они также будут в лучшем положении для оказания услуг людям и сообществам посредством пропаганды политики и изменений, развитие и мобилизации. Человеческие ресурсы будут оптимизированы, при этом каждый сектор будет хорошо выполнять свои роли, обязанности и ответственность на основе видения, миссии и целей учреждения.

С другой стороны, продвижение университетов, содействующих укреплению здоровья, будет иметь дополнительную ценность в виде создания положительного общественного имиджа, повышения узнаваемости, повышения рейтинга и потенциального сравнительного анализа со стороны других агентств. Вовлеченность и поддержка со стороны высшего руководства является важным элементом в продвижении инициатив здорового университета. Здоровая университетская программа обычно состоит из ряда различных мероприятий, вмешательств и проектов, которые будут охватывать потребности преподавателей, студентов, сотрудников, сообщества и соответствующих заинтересованных сторон.

Сложно внедрить и интегрировать здравоохранение и благополучие в учебные заведения, которые не имеют такой главной цели, и поэтому важно, чтобы работа "Здоровых университетов" была связана с основной деятельностью университетов и рассматривалась как механизм достижения стратегических целей в таких областях, как набор, удержание, опыт и достижения студентов, расширение участия, эффективность работы персонала и организационная производительность, преподавание, обучение и исследования.

Проект «Здоровый университет» считается полезной программой для всех составляющих университета - преподавателей, студентов и сотрудников, а также для окружающих сообществ. Преимущества будут разнонаправленными. Руководящая роль университетов может влиять на разработку национальной политики в различных областях, а укрепление здоровья является важной областью, которая поможет странам добиться успеха в достижении долгосрочного здоровья для всех.

«Здоровый университет» стремится создать среду обучения и организационную культуру, которые улучшают здоровье, благополучие и устойчивость его сообщества и позволяют людям полностью раскрыть свой потенциал».

Политика университетов по укреплению здоровья должна разрабатываться в соответствии с условиями университета. Концепции, связанные с укреплением здоровья, должны быть включены в учебные планы и другие университетские программы. Необходимо создать экологическую поддержку для поддержки таких мероприятий по укреплению здоровья, как зеленая и чистая окружающая среда, место для упражнений и выбор здоровой пищи. Администраторы и инструкторы должны быть хорошими образцами для подражания в деле укрепления здоровья.

Здоровье обучающихся образовательных организаций в настоящее время является социально-значимым показателем медико-демографической характеристики населения, так как частая заболеваемость приводит к уменьшению эффективности учебной, а впоследствии, и профессиональной деятельности.

Успешная подготовка высококвалифицированных кадров, обеспечивающих устойчивость экономического развития государства, тесно связана с сохранением и укреплением здоровья, повышением работоспособности студенческой молодежи.

В настоящее время студенчество можно отнести к группе повышенного риска, так как условия современной жизни ведут к тому, что студенты в период обучения испытывают воздействие целого комплекса средовых

факторов, негативно влияющих на состояние их физического, психического и репродуктивного здоровья. Возрастающие требования к уровню подготовки специалистов-медиков высшего и среднего звена, обусловленные увеличением потока научной информации, внедрением инновационных образовательных технологий, приводят к перегрузке студентов. Повышается их психоэмоциональная напряженность, истощаются адаптационные резервы нервной, эндокринной и иммунной систем, возрастает вероятность заболеваний. Кроме того, экономические трудности, переживаемые страной, повсеместное ухудшение экологической обстановки, крушение многих социальных устоев не могут не отразиться на образе жизни и состоянии здоровья студенчества. Снижение общего уровня культуры, в том числе санитарно-гигиенической, способствует распространению саморазрушительных видов поведения, таких, как курение, потребление алкоголя, наркотических и психоактивных веществ. Здоровье студентов, наряду с их социальной зрелостью, является необходимым условием обучения, и высокой профессиональной пригодности. Студенты составляют особую социальную группу, объединенную определенным возрастом, специфическими условиями труда и жизни, со своими ценностями, установками, эталонами поведения. Условия современной жизни ведут к тому, что студенты вынуждены адаптироваться к комплексу новых факторов, среди которых не последнюю роль играют постоянное умственное и психоэмоциональное напряжение, информационный стресс, частые нарушения режима труда, отдыха и питания.

По данным официальной статистики, около 30% выпускников вузов являются профессионально непригодными из-за низкого уровня здоровья, а 60% из них страдают хроническими заболеваниями. Установлено, что 25,59% студентов имеют хронические заболевания, из них 1%, которые имеют 2 и более хронических болезней. Большая нагрузка в образовательном процессе—42% и в работе—31,9% не позволяют студентам заняться своим здоровьем. По данным исследования, не курят 62,12% юношей и 95,2% девушек; курят 1-3 года – 22,39% юношей и 1,79% девушек; курили, но бросили 16,42% и 2,99% соответственно. Нерегулярно употребляют спиртные напитки 44,7% юношей, 19,7% девушек, не употребляют вообще 52,2% и 77,6% соответственно. Только 26,25% студентов активно занимаются спортом. Питание студентов однообразное и беспорядочное. Бывают длительные перерывы в еде с последующей пищевой нагрузкой в вечернее время, что неблагоприятно сказывается на состоянии ЖКТ. Фактически здоровых студентов всего 22,3%, остальные 77,7% имеют разные отклонения, то есть факторы риска развития хронических болезней (по данным МЗ РК, 2021 год).

Одной из важнейшей задачей общественного здравоохранения является обеспечение здоровья студенческой молодежи, как важнейшего трудового потенциала страны, без чего трудно рассчитывать на экономический рост и стабильность Казахстана. Система образования и просвещения является идеальным фактором для сохранения и укрепления здоровья. Важно, чтобы профессиональные работники сферы здравоохранения и образования, а также представители общественности признавали роль системы образования в сохранении и укреплении здоровья, формировании здорового образа жизни для решения вопросов:

- каким образом студенческая среда может способствовать формированию здорового образа жизни?
- Как эта среда способствует обеспечению и поддержанию здоровья студентов, профессорско-преподавательского состава и сообщества, окружающее университет?
- Какие правила и условия в университетах должны быть изменены в целях создания социальной и физической среды, благоприятствующей формированию и укреплению здоровья?

Одним из эффективных методов решения этих вопросов является проект Всемирной организации здравоохранения «Здоровые университеты», который основывается на принципах стратегии ВОЗ «Здоровье для всех», философии Оттавской Хартии по укреплению здоровья и программе ООН по переходу к устойчивому развитию «Повестка дня на XXI век».

Республика Казахстан входит в число государств с высоким уровнем образования населения. В Казахстане 120 высших учебных заведений, в которых обучается 623 000 будущих специалистов. Эффективность получения профессиональных и интеллектуальных знаний в университетах и институтах зависит от многих параметров, в том числе от состояния здоровья студентов и преподавателей, их отношения к формированию здорового образа жизни. Молодежь на современном этапе является наиболее социально-активной и мобильной группой, которая в значительной мере определяет будущее государства, в том числе и благосостояние населения нашей республики.

Цель методического руководства – оказать поддержку национальным и региональным координаторам, руководству университета, профессорско-преподавательскому составу, сотрудникам и студентам университета, а также другим лицам, входящим в состав рабочей группы и участвующим в реализации проекта «Здоровые университеты».

В этом руководстве представлены ряд полезных моделей для понимания и реализации системного подхода Здоровые университеты, инструменты по

оценке и планированию действий, справочную информацию и краткое изложение фактов для обоснования инвестиций в Здоровые университеты.

Почему важно участие в данном проекте? Многие факторы риска взаимосвязаны и могут быть наилучшим образом устранены с помощью всеобъемлющих, интегрированных программ в соответствующих условиях, в которых люди живут, работают и взаимодействуют".

Хотя подход, основанный на здоровой окружающей среде, обеспечивает концептуальную основу, которая может применяться в широком диапазоне контекстов, важно понимать особенности конкретных условий, в которых он применяется. Существует ряд особенностей высшего образования, которые открывают возможности для инвестирования и формирования здоровых университетов:

- центр обучения и развития, выполняющий функции в области образования, научных исследований, создания потенциала и обмена знаниями;
- сосредоточение усилий на творчестве и инновациях, развитии знаний и углублении понимания в рамках различных дисциплин и между ними и их применении на благо общества;
- условия, в которых многие учащиеся переживают переходный период в своей жизни, исследуя и экспериментируя, развивая самостоятельность и жизненные навыки и сталкиваясь с особыми проблемами со здоровьем;
- рабочее место и бизнес, связанные с эффективностью и производительностью в условиях конкурентного рынка;
- контекст, в котором "будущее формирует" учащихся и сотрудников по мере того, как они разъясняют ценности, развиваются интеллектуально и развивают способности, которые могут укрепить нынешнюю и будущую гражданскую позицию в семье, общине, на рабочем месте и в обществе в целом;
- ресурс для влиятельных партнеров и корпоративных граждан на местном, региональном, национальном и глобальном уровнях.

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Основными детерминантами здорового университета

I. Структура Здорового университета состоит из 2 категорий деятельности:

1. системы и области инфраструктуры, охватывающие основные процедуры или услуги, необходимые для реализации здоровой университетской программы.

2. Тематические области, которые являются поведения или практики, влияющие на здоровье, включая области, которых следует избегать (например, курение или употребление алкоголя).

II. Здоровая университетская политика.

Предполагает конкретные официальные документы, направленные на укрепление здоровья в университетах. Политика является частью плана развития университета.

III. Безопасные здания и безопасная чистая окружающая среда, зеленая среда.

Рабочая среда должна быть сосредоточена на различных аспектах, включая физические факторы (охрана труда и безопасность, эргономика и биологические опасности), поведение в отношении здоровья или факторы образа жизни, психологические факторы (управление стрессом, организация рабочего места и культура), а также связь с сообществом работников.

IV. Услуги по укреплению здоровья, консультирование и консультативная поддержка, психологическая поддержка.

Услуги по укреплению здоровья должны быть включены в обслуживание каждого университета, а также в качестве отдельной программы для поддержания хорошего здоровья.

V. Равные возможности, в том числе с учетом интересов инвалидов.

VI. Учебная программа и совместная программа по укреплению здоровья.

VII. Нарращивание потенциала в области укрепления здоровья.

VIII. Исследования в области укрепления здоровья.

IX. Создание и развитие волонтерской сети.

X. Бюджетная поддержка здоровой университетской программы.

Зоны нулевого допуска:

1. Курение
2. Употребление алкоголя
3. Незаконное употребление наркотиков
4. Азартные игры

5. Насилие, издевательства и сексуальные домогательства
6. Нарушения безопасности дорожного движения.

Области укрепления здоровья:

1. Медицинская грамотность
2. Психическое благополучие
3. Социальное взаимодействие (например, общественная деятельность, студенческие клубы и т.д.)
4. Физическая активность и активная подвижность
5. Здоровое питание и сбалансированное питание
6. Безопасное сексуальное поведение
7. Баланс работы и личной жизни (интеграция) и здоровое старение

Политика университета по укреплению здоровья.

Разработка разумной политики уже давно признана ключевым фактором успеха в укреплении здоровья. В несколько успешных программ по укреплению здоровья были включены стратегии на политическом уровне как часть их управляемого механизма. Основные компоненты политики следующие:

1. Укрепление здоровья как основная ценность. Укрепление здоровья должно быть указано в письменной политике университета как одна из основных ценностей университета.

1.1. Сотрудничество как стратегическое партнерство по укреплению здоровья. Укрепление здоровья - это очень широкая концепция, охватывающая не только клиническую медицину. Неудивительно, что для достижения этой цели требуется союз из разных слоев общества. С одной стороны, большая часть мероприятий по укреплению здоровья в практике, связанной со здоровьем, в первую очередь сосредоточена на определенных аспектах профилактики заболеваний. С другой стороны, университет, в повестке дня которого явно нет вопросов укрепления здоровья, не знает о потенциальных преимуществах, которые могут быть получены для персонала и студентов. Следовательно, мы поощряем сотрудничество в различных областях знаний, чтобы восполнить пробелы в практике, нацеленные на всеобъемлющую программу укрепления здоровья. Например, создание рынка здоровой пищи в университетском городке может привести к сотрудничеству между несколькими секторами. Студенты факультетов, связанных со здоровьем, могут помочь отрегулировать типы продуктов питания, которые будут считаться здоровыми. Студенты бизнес-школ могут помочь, когда дело доходит до разработки бизнес-модели, ориентированной на финансы, по

сравнению с моделью социального маркетинга. Кроме того, студенты, изучающие архитектуру и экологию, могут внести свой вклад в проектирование университетского городка в целом и оценить качество и безопасность пищевых продуктов, доступных в университете.

1.2. Количественные критерии как минимальное условие успеха. Постановка измеримой цели - важная часть долгосрочного развития. Университет должен указать минимальные требования, основанные на фактических данных, для оценки своей собственной программы укрепления здоровья как часть своей политики. Оценка должна быть основана на наиболее значимых доказательствах по данному вопросу как ответственный орган каждого университета, который должен быть подробно описан.

1.3 Преподаватели и студенты. Штат и студенты университетского уровня, несомненно являются нынешними и будущими лидерами в своей области практики. В качестве образца для подражания от университета, способствующего укреплению здоровья, они должны быть в состоянии изменить здоровье не только для себя, но и для своей семьи и окружающего сообщества.

1.4. Механизм для сообщества, реализация в рамках долгосрочного плана. Поскольку здоровье - это дело каждого, реализация университетского проекта на благо общества является поворотным моментом, который окажет влияние на общество. В качестве начального шага университет должен предоставить своему ответственному рабочему органу возможность или позволить ему создать открытый форум или присоединиться к нему, чтобы делиться своим опытом работы с другими секторами, а также сообщать о рисках другим заинтересованным сторонам.

2. Здоровая рабочая среда, чистая и зеленая окружающая среда. Поскольку факторы окружающей среды в значительной степени способствуют благополучию нашего здоровья, рабочие места точно так же влияют на здоровье рабочих. Согласно документам ВОЗ о здоровом рабочем месте, концепция здорового рабочего места постепенно развивалась, чтобы охватить соответствующие взгляды на здоровые города. Рабочая среда должна быть сосредоточена на различных аспектах, включая физические факторы (охрана труда и безопасность, эргономика и биологические опасности), поведение в отношении здоровья или факторы образа жизни, психологические факторы (управление стрессом, организация рабочего места и культура), а также связь с сообществом работников. Что касается университетского уровня, необходимо разработать и внедрить общий стандарт безопасной инфраструктуры каждого университета. Для конкретных рабочих мест, таких как лаборатории, учебные больницы и

фабрики, общая оценка качества, такая как пошаговое обследование, должна быть запланирована на регулярной основе с подтверждением прохождения приемлемых критериев или улучшений в последующей оценке. Кроме того, система предотвращения и выявления травм должна быть четко организована и задокументирована.

Концепция экологичности была подчеркнута во многих областях для обеспечения надлежащего развития. Экологическая окружающая среда в первую очередь уделяет внимание экологическим аспектам рабочего места, включая эффективное использование энергии, управление отходами, экономию воды и экологичный транспорт. Все это, следовательно, оказывает положительное влияние на здоровье. Для университетского уровня: регулирование эффективного использования энергии, минимизация и переработка отходов, а также стратегия экономии воды должны быть четко реализованы. Следует указать методы оценки для каждого вопроса, и следует периодически сообщать о прогрессе каждого использования студентам университетов и преподавателям. Следует продвигать использование экологически чистого транспорта, такого как велосипед, трамвай или электромобиль, как подходящего для условий каждого кампуса.

3. Услуги по укреплению здоровья, консультирование и консультативная поддержка. В дополнение к стандартным медицинским услугам, услуги по укреплению здоровья должны быть включены в обслуживание каждого университета, а также в качестве отдельной программы для поддержания хорошего здоровья. Поскольку укрепление здоровья охватывает более широкий аспект здоровья, чем просто лечение, добавление услуг по укреплению здоровья в систему может осуществляться на нескольких уровнях. Должен быть назначен определенный ответственный орган для надзора за этим видом услуг в каждом университете. Некоторые университеты могут предоставить ежегодный медицинский осмотр преподавателей. Однако услуга обследования может рассматриваться как ненужная, а иногда и вредная без надлежащего консультирования по результатам обследования, а также рекомендаций по укреплению здоровья по поддержанию здорового образа жизни. Помимо услуг по укреплению здоровья, которые добавляются к существующим медицинским услугам, услуги по укреплению здоровья также могут предлагаться отдельно. Например, советы по эргономике могут быть предоставлены всем офисным работникам, особенно тем, кто постоянно работает за компьютером в течение длительного периода времени до и иногда во время работы, чтобы предотвратить офисный синдром. Психологическая служба при ВУЗах осуществляется с целью обеспечения психолого-педагогических условий,

наиболее благоприятных для психического и личностного развития студентов, содействия благоприятному психологическому климату в коллективе университета, оказания комплексной психологической поддержки всем субъектам образовательного процесса.

4. Равные возможности, в том числе с учетом интересов инвалидов. Равные возможности в этой обстановке в основном касаются двух аспектов: равных возможностей по укреплению здоровья в каждом кампусе и для людей с ограниченными возможностями. Поскольку университеты могут иметь несколько кампусов, каждый кампус в каждом университете должен иметь равные шансы на участие в укреплении здоровья. На административном уровне вся политика университета, связанная с укреплением здоровья, должна применяться ко всем кампусам с подходящей стратегией. На уровне университетского городка должна быть разработана программа укрепления здоровья с учетом образа жизни и окружающей среды или, другими словами, социальных детерминант здоровья сотрудников, студентов и преподавателей соответственно. Также следует принимать во внимание интересы людей с ограниченными возможностями, чтобы люди с ограниченными возможностями могли иметь доступ и участвовать в мероприятиях по укреплению здоровья. Людям с ограниченными возможностями может потребоваться дополнительная поддержка в определенных областях укрепления здоровья, таких как вход, тренажеры или раздевалки. Таким образом, политика, мероприятия и услуги по укреплению здоровья должны быть широко освещены в университете, в том числе среди лиц с ограниченными возможностями. Более того, в отношении инвалидов при необходимости может быть разработана общинная программа.

5. Учебная программа и совместная программа по укреплению здоровья. Укрепление здоровья должно быть включено в учебный план и одобрено в совместном учебном плане. В стандартной учебной программе укрепление здоровья должно охватываться общим образованием, а также отражаться в соответствующих аспектах определенного профессионального образования. Само по себе укрепление здоровья широко преподается в университетах, связанных со здоровьем, в качестве общих практических знаний. Для университетов, не связанных со здоровьем, в учебную программу необходимо включить вопросы укрепления здоровья каждого соответствующего специалиста. Например, студенты инженерных специальностей должны знать проблему, связанную с физическим аспектом деятельности, способствующей укреплению здоровья, студенты-юристы должны знать влияние закона и нормативных актов на укрепление здоровья. В совместной учебной программе деятельность по укреплению здоровья

должна быть четко обозначена как один из одобренных видов деятельности. Кроме того, совместная учебная программа, относящаяся к категории университетских проектов, способствующих укреплению здоровья, должна получать поддержку стороны университета, как и другие проекты.

6. Нарращивание потенциала в области укрепления здоровья.

Нарращивание потенциала - это неотъемлемый процесс по обеспечению, реализации и поддержанию укрепления здоровья. Нарращивание потенциала – это развитие в различных аспектах, включая знания, навыки, приверженность, структуры, систему и лидерство, направленное на содействие эффективной программе укрепления здоровья. Имея дело со сложным характером укрепления здоровья, индивидуальное обучение неэффективно для достижения такого результата. Таким образом, разные уровни обучения будут проводиться следующим образом.

Уровень медицинского обслуживания и надзора

Поддержка персонала и волонтеров.

Электронное обучение будет направлено на формирование общих знаний о практике укрепления здоровья среди представителей различных профессий. Каждый соответствующий университет должен будет направлять свой персонал для участия в каждом тренинге по мере необходимости. Обученный персонал будет нести ответственность за поддержку развития общей деятельности университета по укреплению здоровья в каждом регионе.

Исследования в области укрепления здоровья.

Особо следует выделить тему исследований, связанных с укреплением здоровья в университете. Поскольку измерение результатов вмешательства по укреплению здоровья может быть проблематичным, рекомендуются различные уровни оценки результатов, как указано ниже:

1. Изменение психологического аспекта: знания, отношение и практика.
2. Изменение поведенческого аспекта.
3. Изменение биомедицинского аспекта.
4. Изменение эпидемиологического аспекта
5. Изменение качества жизни и экономического аспекта.

Университетское добровольчество.

Должны быть предоставлены волонтеры для работы по укреплению здоровья. Этот вид деятельности может быть организован либо в

университете, либо за его пределами в рамках программы на уровне сообщества. Участники программы должны включать не только студенты университетов, а также преподаватели и выпускники.

Бюджетная поддержка здоровой университетской программы.

Помимо регулярной поддержки других проектов каждого университета, должна быть предусмотрена бюджетная поддержка для любого проекта программы здорового университета. Использование этого бюджета должны соответствующим образом регулироваться в каждом университете. Поддержка в виде полной или частичной поддержки может быть предоставлена ответственным органом каждого соответствующего университета.

Зоны нулевого допуска:

1. *Курение.*

В большинстве стран курение сигарет довольно популярно, особенно среди молодежи, несмотря на различные профилактические меры, в том числе закон о борьбе против табака. Учитывая высокий уровень заболеваемости, вызываемой курением, ВОЗ в 2003 г. разработала Рамочную конвенцию ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ), чтобы призвать страны приложить больше усилий в ответ на глобализацию табачной эпидемии. Сообщается, что с введением РКБТ уровень потребления табака несколько снизился. Однако общее влияние все еще ограничено. НИЗ, вызванные употреблением табака, по-прежнему растут в большинстве стран мира.

Университеты играют решающую роль в предотвращении курения и борьбе с ним и должны выступать в качестве модели учреждений, свободных от табачного дыма. Могут быть предприняты многие противодействия курению, включая разработку политики бездымного табака, запрет курения на территории кампусов, образовательные и обучающие мероприятия, консультирование и услуги по отказу от курения для курильщиков (как сотрудников, так и студентов) и т.д.

2. *Употребление алкоголя.*

Употребление алкоголя в образовательных учреждениях следует считать социально неприемлемым. Университеты должны иметь политику, запрещающую продажу алкоголя в университетах и его окрестностях. Все функции в университетах или при поддержке университетов должны быть безалкогольными.

3. *Незаконное употребление наркотиков.*

Распространение, хранение или употребление наркотических средств человеком, не по медицинским показаниям является незаконным. Важнейшее

значение имеет университетская программа по контролю над наркотиками. Кроме того, для сотрудников и студентов должны быть доступны консультации по вопросам наркотиков.

4. *Азартные игры.*

Азартные игры, как правило, незаконны и должны быть строго запрещены в учебных заведениях. Университетская программа по контролю за азартными играми должна включать четкое политическое заявление, а также систему управления по этому вопросу.

5. *Насилие, издевательства и сексуальные домогательства.*

Насилие и сексуальные домогательства не редкость. Важное значение имеет сильное политическое заявление против такого поведения. Необходима система отслеживания любых случаев насилия или сексуальных домогательств.

6. *Нарушения безопасности дорожного движения, включая использование шлемов.*

Дорожно-транспортные происшествия - частая причина инвалидности и смерти. В большинстве стран есть закон, в котором говорится о использовании ремней безопасности при сидении в автомобиле и в шлеме для мотоциклистов. Следует предпринять усилия по обеспечению соблюдения закона о безопасности дорожного движения в университетских комплексах. В странах, где отсутствуют законы о ремнях безопасности и шлемах, университеты должны возглавить пропаганду моделей безопасности и приложить усилия для разработки основных законов.

Области укрепления здоровья.

В отличие от областей запрета или нулевой терпимости, упомянутых выше, следующие области предлагаются в качестве основных компонентов, которые следует продвигать, чтобы соответствовать критериям здорового университета.

1. Медицинская грамотность.
2. Психическое благополучие.
3. Социальное взаимодействие (например, общественная деятельность такие как студенческие клубы).
4. Физическая активность и мобильность.
5. Здоровое и сбалансированное питание.
6. Безопасное сексуальное поведение.
7. Баланс между работой и личной жизнью, здоровое старение

Доказано, что все 7 областей полезны для укрепления здоровья. Например, концепция санитарной грамотности должна подчеркиваться во всех типах университетов, а не только в тех, которые имеют медицинское

образование и образование в области здравоохранения. Все учащиеся должны обладать необходимыми знаниями о здоровье, чтобы они могли развить здоровый образ жизни, а также стать пропагандистами здоровья в своей будущей рабочей среде. Что касается здорового питания и сбалансированного питания, стремительно растущие тенденции ожирения являются убедительным доказательством того, что неправильное питание делает людей восприимчивыми к различным хроническим НИЗ в будущем. Кроме того, молодые люди широко пропагандируют безопасное сексуальное поведение для предотвращения СПИДа, инфекций передаваемых половым путем (ИППП), и нежелательной беременности.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Концептуальная модель "Здоровые университеты" (рис. 1) подчеркивает центральную роль подхода системного мышления в целом, способствующего согласованным и совместным действиям в трех ключевых областях (окружающая среда, основная деятельность учреждения и связи с обществом в целом) и между ними. Понимание и применение университетского подхода в целом имеет ключевое значение для продвижения работы "Здоровых университетов" таким образом, чтобы максимизировать ресурсы, опыт и эффективность.



Рисунок 1: Здоровые университеты: Упрощенная модель концептуализации и применения подхода, основанного на здоровой окружающей среде, в высшем образовании (По данным Европейская экономическая комиссия, ЮНЕСКО, 2007 г.)

Необходимо создать четкие механизмы оперативного планирования, осуществления и управления для обеспечения эффективного

функционирования всего университета. Одним из способов их концептуализации является использование циклической модели процесса, как показано на рис. 2. В нем описывается ряд этапов, через которые может пройти инициатива, включая определение отправных точек; обеспечение приверженности на высоком уровне и создание руководящей группы; назначение специального координатора; составление карты заинтересованных сторон, оценку потребностей и ревизию уже существующих; согласование приоритетов и создание рабочих групп; разработку планов действий; осуществление; мониторинг, оценку и обзор эффективности; и признание и празднование.



Рисунок 2 – Механизм реализации проекта «Здоровые университеты» (По данным Европейская экономическая комиссия, ЮНЕСКО, 2007 г.)

Этот подход также требует инициативного, систематического процесса, в рамках которого определяются обязанности, ответственность и

подотчетность, увязываются мероприятия в области здравоохранения и используются процессы оперативного планирования и осуществления.

Реализация подхода "Здоровый университет" предполагает использование комплекса методов и механизмов при сохранении трех "балансирующих действий":

1. Сочетание наглядных инновационных действий (например, кампания против стигматизации, приуроченная к Всемирному дню психического здоровья; фото инсталляции, посвященные изменению климата и здоровью; мероприятия в рамках недели перехода с велосипеда на работу) с обязательством вести за собой долгосрочные организационные и культурные изменения (например, включение вопросов здравоохранения в корпоративную стратегию и политику университета; включение оценки воздействия на здоровье в стратегическое планирование).
2. Обеспечение широкого участия широкого круга заинтересованных сторон (например, создание консультативных форумов по вопросам здравоохранения; поддержка информационно-пропагандистских инициатив под руководством коллег) при одновременном обеспечении приверженности и корпоративной ответственности на высоком уровне (например, привлечение руководителей дирекций и членов советов директоров; включение здравоохранения в число приоритетных "брендов")
3. Прогнозирование и реагирование на вызовы общественному здравоохранению (например, путем участия в местных партнерствах, связанных с такими приоритетами, как алкоголь, сексуальное здоровье, ожирение и психическое благополучие; осуществление совместного планирования для осуществления соответствующих научно обоснованных мероприятий) при одновременном четком содействии реализации основной институциональной программы (например, путем сопоставления проблем со здоровьем с учетом факторов, связанных с приоритетной деятельностью университета, и наглядной демонстрации того вклада, который может внести Университет здоровья).

ЭТАП 1: НАЧАЛО РАБОТЫ: СОЗДАНИЕ РАБОЧЕЙ ГРУППЫ

1.1. Определение приверженности университета и назначение координатора

Отправной точкой реализации проекта «Здоровые университеты»; является обеспечение приверженности на высоком уровне и создание руководящей группы.

1.1.1. Приверженность высшего руководства

- Формальная приверженность высшего руководства
- Решение о брендинге (при наличии такового)
- Формализация структур управления
- Рассмотрение того, как деятельность рабочей группы может быть интегрирована в университетские структуры/стратегии/планирование
- Формирование рабочей группы с широким членским составом (например, факультеты/школы, службы, персонал и студенты).
- Первоначальное участие внешних партнеров в работе рабочей группы.

1.1.2. Назначение координатора

Координатор назначается приказом ректора, который координирует все направления деятельности, взаимодействуя с высшим руководством как в плановом порядке, так и по вопросам, требующим оперативного решения. Назначение координатора включает следующие процессы:

- Рассмотрение вопроса о том, где лучше всего разместить координатора "Здоровых университетов" в организации университета.
- Решение об уровне, на котором будет работать координатор, будь то на полную или неполную ставку.
- Решение о том, является ли должность координатора новой ролью или существующая в организации роль и могут быть изменены с учетом работы в "Здоровом университете".

Координатор должен подготовить повестку заседаний заранее (кто, что, почему, где и как), а также разъяснить задачи и ожидаемое время, необходимое для проведения каждого мероприятия, совместно создать общественные нормы для установления надлежащих путей взаимодействия друг с другом во время заседаний, поддерживать дискуссии, отслеживать затраченное время, принимать решение о завершении заседания и обновлять список вопросов для следующих заседаний.

Координаторы должны уметь поддерживать открытый диалог:

- 1) участвуя в открытом, совместном, понятном разговоре без применения жаргона на заседаниях, объясняя вопросы, приводя точки зрения и обобщая различия;
- 2) признавая значимость заинтересованных сторон и их идей;
- 3) поощряя взаимное уважение среди участников команды;
- 4) используя необходимые вопросы для развития открытого диалога, выяснения чужих мнений, уточнения деталей, содействия решению проблем и переговорам;
- 5) поощряя участников к продолжению диалога;
- 6) отвечая на замечания заинтересованных сторон;

- 7) никогда не навязывая решение команде;
- 8) активно прислушиваясь, для улучшения взаимодействия и решения противоречивых и сложных вопросов;
- 9) выслушивая различные точки зрения и ценя противоположное мнение.

1.1.3. Определение ролей и задач

После того, как организовали рабочую группу здорового университета, рекомендуется определить и утвердить роли/обязанности и задачи членов рабочей группы (таблица 1).

Таблица 1 - Роли и задачи: члены рабочей группы

ФИО	Место работы	Должность/ Факультет, курс, группа	Задачи	Обязанности

Роль рабочей группы - направлять сообщество университета к внедрению и реализации проекта Здоровые университеты.

Создание рабочей группы. Рабочая группа осуществляет руководство проектом внутри университета, распределяет задачи среди членов рабочей группы, привлекает к реализации всех студентов, профессорско-преподавательский состав, ведет мониторинг, оценивает эффективность проекта, внедрение и координацию всего проекта, выбирает приоритетные профилактические направления, разрабатывают план и программу по выбранным направлениям, информирует все сообщество ВУЗа о достижениях, проведенных мероприятиях и дальнейших целях.

Членами Рабочей группы здорового университета, могут быть:

- ректор университета;
- проректор по учебно-методической и воспитательной работе;
- преподаватели;
- совет студенческого самоуправления ВУЗа;
- студенты (бывшие / настоящие);
- кураторы, родители;
- специалисты студенческой поликлиники (медсестра / врач);
- социальный работник или психолог;
- преподаватель физкультуры;
- внешние эксперты по вопросам здравоохранения / образования;
- другие заинтересованные лица / представители организации.

Задачи рабочей группы:

- Рабочая группа проводит анализ текущей политики и практики в отношении сохранения и укрепления здоровья в учебных заведениях для определения потребностей и приоритетов университетского сообщества.
- Рабочая группа ведет сообщество учебного заведения через все этапы развития Здоровых университетов.
- Рабочая группа поддерживает постоянную приверженность сообщества учебного заведения в становлении и развитии Здоровых университетов.

1.1.4. Подготовка повестки дня.

Подготовка повестки дня на следующий учебный год позволяет обеспечить проведение совещаний рабочей группы на регулярной основе в течение длительного периода времени (таблица 2). Это также помогает предотвратить недопонимание и прояснить ключевые роли членов рабочей группы.

Таблица 2 – План проведения совещаний рабочей группы здоровых университетов

№	Наименование	Сроки исполнения	Форма завершения	Ответственный исполнитель	Отметка о выполнении

Проведение совещаний рабочей группы позволит мониторить и оценивать процесс реализации проекта Здоровые университеты, а также своевременно вводить поправки и изменения в программы и политики по укреплению здоровья сообщества учебного заведения.

Примечание: в таблице 2 в столбце «Отметка о выполнении» необходимо указать номер и дату протокола.

ЭТАП 2: НАЧАЛО ОЦЕНКИ. ИНСТРУМЕНТ БЫСТРОЙ ОЦЕНКИ

Этот этап процесса включает в себя:

- Решение о методах, ресурсах и времени, доступных для аудита, например, целевые группы, заседания групп, анкеты.
- Выявление любой текущей аудиторской информации, относящейся к здравоохранению.
- Выявление внутренних и внешних заинтересованных сторон/партнеров
- Определение текущей деятельности
- Определение потребностей - персонала, учащихся и общества в целом
- Обеспечение поддержки и систем для постоянного участия в процессе.

Инструмент быстрой оценки представляет собой анкету, состоящую из пяти разделов, которые отражают ключевые области, которые университет

должен рассматривать при работе над своей целью стать здоровым университетом:

1. Лидерство и управление: этот раздел инструмента сосредоточен на корпоративной приверженности университета в работе над тем, чтобы стать здоровым университетом.

2. Предоставление услуг: этот раздел инструмента определяет уровень предоставления услуг на месте и за его пределами для поддержания здоровья и благополучия персонала и студентов (вы можете счесть полезным прочитать комплекты рекомендаций - в частности, руководство и реализация здорового университетского подхода для улучшения опыта и производительности студентов, лидерства и реализации здорового университетского подхода к повышению квалификации персонала и производительности и развития целостного и совместного подхода).

3. Средства и окружающая среда: этот раздел инструментария поддерживает университет в проведении обзора средств, которые он предоставляет, и окружающей среды, которую он создает для поддержания здоровья и благополучия персонала, студентов и общества в целом.

4. Коммуникации, информация и маркетинг: в этом разделе инструмента рассматриваются процессы, связанные с передачей информации и сообщений в области здоровья и благополучия персонала и студентов, и как университет продвигает здоровье и благополучие в своих рекламных материалах.

5. Академическое, личностное, социальное и профессиональное развитие: этот раздел пособия посвящен тому, как университет использует возможности, предоставляемые учебными планами, исследованиями, передачей знаний и профессиональным развитием для улучшения здоровья и благополучия своих сотрудников и студентов, и удовлетворения их потребностей.

В составе рабочей группе Здорового университета необходимо обсудить вопросы, которые представлены в Инструменте быстрой оценки (**Таблица 3**), и прийти к консенсусу. Каждый вопрос можно оценить по двум параметрам:

1. Ситуация: текущая ситуация в университете, оценивается по трехбалльной шкале: 1= не соответствует; 2= частично соответствует; 3 = вполне соответствует.

2. Приоритет: члены университетского сообщества оценивают по трехбалльной шкале, 1 = низкий приоритет/приоритет отсутствует; 2 = средний приоритет; 3 = высокий приоритет.

Результаты можно анализировать отдельно для каждого вопроса либо суммировать результаты показателей для каждого из разделов. Дальнейшая деятельность ЗУ может быть направлена на области с низкими показателями по первому параметру и высокими показателями по второму параметру.

Текущая ситуация в университете: 1= не соответствует; 2= частично соответствует; 3 = вполне соответствует

Приоритет: 1 = низкий приоритет/приоритет отсутствует; 2 = средний приоритет; 3 = высокий приоритет

Таблица 3 - Инструмент быстрой оценки

		Ситуация			Приоритет		
		1	2	3	1	2	3
I. РУКОВОДСТВО И УПРАВЛЕНИЕ							
1. Корпоративная вовлеченность и ответственность							
1.1	Основные планы и стратегии университета касаются здоровья и благополучия студентов, сотрудников и общества в целом.						
1.2	Университет гарантирует, что здоровье и благополучие, связанные со стратегическим планированием и осуществлением, являются инклюзивными и удовлетворяют потребности различных лиц по всей организации.						
1.3	Университет внедряет свою работу по обеспечению здоровья и благополучия в более широкую политику и практику, связанную с устойчивым развитием.						
1.4	Университет располагает критериями оценки работы и системами сбора данных для оценки степени удовлетворенности персонала и студентов в том, что касается предоставления услуг и поддержки в области здравоохранения и благополучия.						

1.5	В университете существует система оценки воздействия здоровья и благополучия на его основную деятельность (например, путем сопоставления с ключевыми показателями эффективности, касающимися удержания студентов и отсутствия сотрудников по болезни).						
1.6	Университет работает в партнерстве с местными организациями по охране здоровья населения и улучшению здоровья и другими соответствующими органами (например, с Альянсом спорта и физической активности) для обеспечения того, чтобы они вносили свой вклад в решение местных приоритетных задач в области здравоохранения.						
2. Стратегическое планирование и внедрение							
2.1	Стратегическое планирование, осуществление и мониторинг/оценка, касающиеся здоровья и благополучия, интегрированы в более широкие системы управления университета и подотчетны директорату и/или назначенному старшему руководству.						
2.2	Университет использует инструментарий Национального здорового университета и использует свой цикл планирования в качестве образца передовой практики.						

2.3	Университет использует целостный системный подход при рассмотрении конкретных тем в области здравоохранения (например, психического здоровья, физической активности, сексуального здоровья).						
2.4	В университете имеется координатор по вопросам здравоохранения и/или другие специальные кадровые ресурсы для поддержки и развития его работы в области здравоохранения и благополучия.						
2.5	Существует определенный и выделенный бюджет для поддержки развития здравоохранения и благополучия во всем университете.						
2.6	Существуют системы, обеспечивающие информирование студентов и сотрудников о приоритетах университета в области здравоохранения и благополучия.						
3. Взаимодействие с заинтересованными сторонами							
3.1	Существует межуниверситетская группа высокого уровня для координации деятельности в области здравоохранения и благополучия, стратегического планирования и практической деятельности в рамках университета.						
3.2	В межуниверситетской группе университета представлены представители студенческого союза и внешних заинтересованных сторон.						

3.3	Университет имеет стратегические связи и партнерские отношения с внешними организациями (например, в области здравоохранения, спорта, физической активности, социальной защиты) для поддержки своей работы в области здравоохранения и благополучия.						
3.4	Университет поддерживает стратегические связи и вносит свой вклад в создание новых местных систем здравоохранения и обеспечения благополучия на местном уровне.						
3.5	Университет поддерживает связи с местным населением в рамках своей работы по охране здоровья и повышению благосостояния.						
II. ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ УСЛУГ							
1. Услуги здравоохранения							
1.1	Университет располагает целым рядом соответствующих и гибких медицинских услуг, которые учитывают различные потребности его сотрудников и студентов.						
1.2	Проводятся консультации с преподавателями и студентами по вопросу о том, какие медицинские услуги им необходимы						
1.3	Для новых студентов и сотрудников проводятся вводные занятия, чтобы убедиться, что они понимают и могут получить доступ к целому ряду медицинских услуг и услуг по охране здоровья и обеспечению благополучия.						
1.4	Университет имеет четкую политику и процедуры, понятные всем сотрудникам в отношении направления на лечение, конфиденциальности, обмена информацией и раскрытия информации о						

	проблемах со здоровьем отдельными лицами.						
1.5	Персонал осведомлен о ключевых контактах для служб внутренней и внешней поддержки и в чрезвычайных ситуациях.						
1.6	Университет и его партнеры собирают информацию об охвате и воздействии медицинских услуг со стороны персонала и студентов, которая может быть использована при дальнейшем планировании.						
1.7	Университет активно взаимодействует с внешними партнерами в целях популяризации широкого спектра медицинских услуг, доступных на местном и национальном уровнях для персонала и студентов.						
2. Благополучие и службы поддержки							
2.1	Университетский и студенческий союзы сотрудничают для обеспечения доступа к целому ряду услуг по обеспечению благополучия и поддержке студентов, включая социальные, материальные, спортивные и развлекательные возможности.						
2.2	Университет предоставляет сотрудникам доступ к целому ряду услуг по обеспечению благополучия и поддержке.						
2.3	Университетский и студенческий союзы связываются с внешними провайдерами для обеспечения надлежащего обеспечения благополучия студентов и персонала и вспомогательных услуг (например, спортивные и развлекательные учреждения, местные						

	волонтерские группы).						
2.4	Университет использует свои вводные процедуры для обеспечения того, чтобы студенты и сотрудники имели представление о полном спектре предлагаемых услуг в целях содействия их более широкому благополучию.						
2.5	В университете функционирует служба психологической поддержки для оказания психологической помощи, консультирования и анализа социально-психологической ситуации.						
III. ИНФРАСТРУКТУРА И ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА							
1. Кампус и здания							
1.1	Университет придерживается стратегии обеспечения того, чтобы созданная среда способствовала хорошему физическому, умственному и социальному благополучию (например, доступ, естественное освещение, хорошая вентиляция, соответствующая мебель и оборудование, душевые, социальное пространство).						
1.2	Университет следит за тем, чтобы здоровье и благополучие людей учитывались при оценке воздействия строительства новых зданий, реконструкции и других объектов.						
1.3	Университет пропагандирует свои средства и условия для отдыха, занятий спортом и физической активностью среди студентов, сотрудников и широкой						

	общественности.						
1.4	Влияние построенной и природной среды на здоровье и благополучие населения отражено в стратегии устойчивого развития университета.						
2. Питание							
2.1	Университетский и студенческий союзы придерживаются этической, системной, устойчивой продовольственной политики для обеспечения минимального воздействия на окружающую среду, способствуя общему улучшению благосостояния персонала и студентов.						
2.2	Университетский и студенческий союзы обеспечивают, чтобы внутренние и закупленные службы общественного питания и другие заведения общественного питания (например, столовые, бары, торговые автоматы, магазины, гостиницы) имели договорные обязательства по предоставлению широкого спектра более здоровых продуктов питания.						
2.3	Студенты и преподаватели регулярно консультируются по вопросам качества, цены и выбора продуктов питания и напитков, предлагаемых в университете.						
2.4	Активно пропагандируются и рекламируются среди персонала и студентов варианты более здорового питания.						
2.5	Бесплатная питьевая вода легко доступна для персонала и студентов по всем кампусам.						
3. Перемещение							

3.1	В университете имеется план поездок по всей системе, в котором конкретно рассматриваются вопросы здравоохранения и устойчивого развития.						
3.2	Университет активно пропагандирует пешеходный и велосипедный туризм как средство передвижения на работу и обратно, тем самым сокращая выбросы углерода и повышая уровень физической активности.						
3.3	Университет консультируется с сотрудниками и студентами по вопросам проезда.						
4. Физическая активность, отдых и социальные объекты							
4.1	Университетский и студенческий союзы поощряют и поощряют использование студентами и персоналом возможностей для физической активности, отдыха и социальных мероприятий (как на территории, так и за ее пределами).						
4.2	Преподаватели и студенты имеют возможность получить информацию о природе и видах физической активности, возможностях отдыха и социальных услугах, предоставляемых университетским и студенческим союзом.						
4.3	Университет в сотрудничестве со студенческим союзом и внешними партнерами работает над улучшением условий для физической активности, отдыха и социальных услуг и обеспечением их доступности и инклюзивности, а также над удовлетворением различных потребностей своих студентов и сотрудников.						

4.4	Университетский и студенческий союзы собирают данные об охвате услугами и уровне удовлетворенности в отношении физической активности, мест отдыха и социальных объектов в рамках более широких показателей эффективности.						
5. Жилье							
5.1	В университете существуют стандарты проживания, призванные обеспечить и укрепить здоровье и благополучие студентов (это относится как к проживанию за пределами университета, так и к проживанию на его территории).						
5.2	Университетский и студенческий союзы имеют кодекс поведения с зарегистрированными домовладельцами/частными поставщиками жилья, гарантирующий безопасную и здоровую среду для студентов.						
IV. КОММУНИКАЦИИ, ИНФОРМАЦИЯ И МАРКЕТИНГ							
1. Коммуникации							
1.1	Существуют аспекты коммуникационной стратегии университета, которые касаются более широкой повестки дня в области здравоохранения и благополучия студентов, сотрудников и внешних заинтересованных сторон и способствуют ее реализации.						
1.2	Университет имеет свободный доступ к каналам связи, через которые студенты и сотрудники могут получать информацию о политике, решениях и передовой практике в области здравоохранения и благополучия.						

1.3	Университет использует цифровые технологии/новые медиа для распространения среди студентов и персонала информации о здоровье и благополучии (например, Twitter, интернет, Facebook и сообщения по мобильному телефону).						
2. Информация							
2.1	Университет обеспечивает, чтобы его сообщения, информация и кампании по вопросам здоровья и благополучия основывались на достоверных фактологически обоснованных источниках (например, выбора здравоохранения НСЗ; местные и внешние специалисты по улучшению здоровья).						
2.2	Университет работает в партнерстве со студенческим союзом и внешними организациями для обеспечения последовательного, точного и совместного обмена информацией и сообщениями о здоровье и благополучии.						
2.3	Университет активно обменивается передовым опытом и учится у других относительно своей работы в области здравоохранения и благополучия (например, участвуя в Национальной сети здоровых университетов Англии и используя свой веб-сайт/инструментарий).						
2.4	Существует процесс выяснения мнений студентов и персонала при разработке и предоставлении информации и проведении кампаний в области здравоохранения и благополучия.						

2.5	Базовая информация о здоровье и благополучии сотрудников и студентов собирается между университетами для информационного обеспечения стратегического планирования.						
3. Маркетинг							
3.1	Университет определяет здоровье и благополучие как часть "студенческого предложения" в своем проспекте и/или аналогичных маркетинговых материалах (например, подчеркивая свое стремление быть "здоровым университетом").						
3.2	Университетский и студенческий союзы в своих маркетинговых и рекламных материалах (например, оздоровительных, социальных и развлекательных мероприятиях, вспомогательных услугах) подчеркивают положительный эффект для здоровья и благополучия своих учреждений, мероприятий и услуг.						
V. АКАДЕМИЧЕСКОЕ, ЛИЧНОСТНОЕ, СОЦИАЛЬНОЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ							
1. Учебная программа							
1.1	В рамках учебной программы имеются возможности для решения вопросов здоровья, благополучия и устойчивого развития совместно с учащимися.						
1.2	Университет привержен идее и стратегии включения вопросов здравоохранения, благополучия и устойчивого развития в ряд учебных курсов и модулей						
1.3	Университет предлагает возможности для личностного, социального и медицинского развития в рамках своих учебных программ.						
2. Исследования, предпринимательство и							

передача знаний							
2.1	Университет располагает механизмами распространения знаний, полученных в ходе исследований и разработок в области здравоохранения, среди различных дисциплин, научных факультетов и служб.						
2.2	Своей исследовательской и предпринимательской деятельностью университет вносит вклад в расширение знаний и практики в области здравоохранения и благополучия.						
2.3	В рамках своих модулей и курсов университет активно выявляет и поощряет возможности для студентов участвовать в исследованиях, связанных со здоровьем в "реальной жизни".						
3. Профессиональное развитие							
3.1	Университет предоставляет обучение, информацию и ресурсы для поддержки персонала в решении студенческих проблем, связанных со здоровьем и благополучием.						
3.2	Университет предлагает обучение и ресурсы для поддержки персонала в целях интеграции вопросов здравоохранения, благополучия и устойчивого развития в модули и учебные программы курсов.						
3.3	Университет предлагает сотрудникам целый ряд возможностей для личного и социального развития.						
3.4	Университет обеспечивает подготовку и предоставляет ресурсы руководителям и другим сотрудникам, на которых возложены конкретные обязанности по решению вопросов, связанных со здоровьем на рабочем месте.						

После того, как университет завершит работу над инструментом и представит свои ответы, будет составлено графическое изображение (красный, желтый, зеленый) уровней прогресса по каждому из ключевых разделов. Это позволит выделить те области, в которых университет добивается успехов, и те области, в которых требуется дополнительный вклад.

ЭТАП 3: ПЛАНИРОВАНИЕ ДЕЙСТВИЙ

Этот этап процесса включает в себя:

- Уточнение целей, результатов и оценки.
- Прогнозирование и увязка с внутренними/внешними факторами и установление связей с соответствующими специалистами.
- Обеспечение связи с местными и национальными целями.
- Обеспечение учета в планах местных/национальных/ международных стандартов и критериев аккредитации.

После проведения оценки текущей деятельности, направленной на укрепление здоровья в университете, необходимо определить приоритеты университета, возможные затруднения и пути их решения.

После того, как определили приоритеты университета, крайне важно определить соответствующие цели и задачи. Цели представляют собой общие желаемые улучшения в вопросах укрепления здоровья и благополучия, они должны основываться на выбранных приоритетных направлениях. Задачи — цели, разбитые на мероприятия, поддающиеся оценке, и результаты, которые, как ожидается, должны соответствовать целям.

Индикаторы помогут оценить прогресс в работе университета, способствующей укреплению здоровья: сколько уже сделано и сколько еще предстоит сделать для достижения поставленных целей и задач. По мере необходимости можно доработать план действий, сравнивая индикаторы с проектом плана (таблица 4).

Таблица 4 – Приоритеты, цели и задачи Здоровых университетов

Приоритеты	Цель	Задачи	Индикаторы

3.1. Планирование коммуникации

Коммуникация играет важную роль на всех этапах организации ЗУ. Использование правильных сообщений и каналов связи поможет получить поддержку со стороны членов сообщества ЗУ. Это поможет определить важные шаги и обеспечит членам сообщества ЗУ чувство причастности к процессу и результатам. Планирование способствует эффективности коммуникации в различных ситуациях. Важные компоненты плана коммуникации:

- четкие цели коммуникации;
- четкие и простые информационные сообщения;
- хорошие каналы связи.

3.2. Планирование оценки

Оценка является важной частью процесса организации Здорового университета. Оценка зависит от других компонентов плана, включая стратегию коммуникации, приоритеты, цели и задачи университета. Цели, задачи, мероприятия и индикаторы должны быть конкретными, поддающимися оценке, достижимыми, актуальными и фиксированными по срокам достижения. Это позволит провести оценку университета, способствующей укреплению здоровья.

3.3. Составление плана действий университета здорового университета

После определения ключевых компонентов плана действий здорового университета, можно объединить их для того, чтобы завершить план, включающий сроки для выполнения действий, сферы ответственности и бюджет.

Следующие три таблицы 5,6,7 помогут Вам объединить эти компоненты в план действий, включая план коммуникации и план оценки.

Таблица 5 – План действий здорового университета

Цели	Задачи	Показатели эффективности /индикаторы	Задачи/ мероприятия	Ответственные	Ресурсы/ расходы	Сроки исполнения

Таблица 6 – План коммуникации здорового университета

Целевая	Цели	Сообщения	Мероприятия	Каналы	Ответственные	Ресурсы/	Сроки исполнения

группа						расходы	ния

Таблица 7 – План оценки здорового университета

Индикаторы/ Вопросы для проведения оценки	Метод оценки	Задачи/ мероприятия	Ответственные	Ресурсы/ расходы	Сроки исполнения

ЭТАП 4: МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА

Поскольку схема реализации охватывает ключевые области интересов, включая политику, осведомленность и действия, поведение и операционную структуру, прогресс в этих ключевых областях будет усилен мониторингом и оценкой каждого университета в соответствии с критериями оценки. Цель, задачи процесса мониторинга и оценки должны быть изложены следующим образом:

- предложить университетам механизм наставничества на пути к здоровому университету;
- мониторинг и обратная связь результатов процесса оценки и в соответствии с критериями здорового университета и предоставление им внутренних механизмов для ответа на все вызовы.

Основные ценности процесса мониторинга заключается в следующем:

- подотчетность/прозрачность;
- участие/взаимодействие заинтересованных сторон;
- ответная реакция.

Мониторинг и оценка процесса:

А. Внутренняя оценка – каждый университет ежегодно устанавливает механизм самооценки своего уровня продвижения к ЗУ.

В. Внешняя оценка – ежегодная оценка формируется внешним комитетом для наблюдения за прогрессом каждого отдельного университета в направлении ЗУ и для сравнения результатов с другими университетами.

Основываясь на ценностях подотчетности (прозрачности и участия), вовлеченности заинтересованных сторон, университеты должны установить процедуру внутренней оценки, чтобы привлечь несколько заинтересованных сторон к участию в оценке, т.е. процедура должна продолжаться в процессе

обсуждения, чтобы вся соответствующая информация была предоставлена участвующими заинтересованными сторонами. Имея под рукой соответствующую информацию, заинтересованные стороны должны иметь возможность открыто задавать вопросы, размышлять и обсуждать, прежде чем давать конструктивные оценки. Для внешней оценки группа из 5-10 делегатов может провести оценку, используя критерии обеспечения качества.

Мониторинг и оценка предоставляют важную информацию о плане и мероприятиях, включая:

- Прогресс в отношении текущей здоровьесберегающей деятельности ЗУ;
- проблемы и достижения в выполнении плана по обеспечению здоровья сообщества ЗУ;
- эффективность ЗУ в отношении намеченных целей и задач в области сохранения и укрепления здоровья;
- потенциал в отношении здоровьесбережения для сообщества ЗУ в долгосрочной перспективе.

Приоритеты и потребности сообщества ЗУ могут измениться, поэтому планирование, адаптация и выполнение плана по обеспечению здоровья в университете являются непрерывным процессом.

Это требует повторного мониторинга, оценки и пересмотра, по крайней мере, каждые 3-4 года. |

Типовой анкетный опрос студентов, преподавателей по здоровому образу жизни

1. Укажите Ваш пол:
 - a. женский
 - b. мужской
2. Укажите Ваш возраст
 - a. 17-20
 - b. 21-29
 - c. 30-39
 - d. 40-49
 - e. 50 и выше
3. Сколько раз в день Вы едите?
 - a. 1-2 раза
 - b. 3-5 раз
 - c. 7-8 раз, сколько захочу
4. Завтракаете ли Вы перед уходом на учебу/работу?
 - a. да, каждый день
 - b. иногда не успеваю
 - c. нет, не завтракаю
5. Употребляете ли Вы в пищу молочные и кисломолочные продукты?
 - a. ежедневно
 - b. 1-2 раза в неделю
 - c. не употребляю
6. Какие напитки Вы предпочитаете?
 - a. чай, кофе
 - b. сок, компот
 - c. газированные напитки
 - d. энергетические напитки
7. Как Вы проводите свободное время в выходные дни?
 - a. работаю по дому, помогаю родителям по хозяйству
 - b. занимаюсь физической культурой, спортом
 - c. сижу за интернетом
8. Делаете ли Вы каждое утро утреннюю зарядку?
 - a. да
 - b. иногда
 - c. нет
9. Какие виды регулярной двигательной активности Вы чаще всего используете?
 - a. оздоровительный бег, кроссы

- b. ходьба пешком на учебу и обратно
 - c. пешие прогулки в свободное время
 - d. занятия в спортивных секциях
10. Как Вы относитесь к курению?
- a. положительно
 - b. отрицательно
 - c. нейтрально
11. Курите ли Вы?
- a. да
 - b. нет
12. Сколько сигарет Вы выкуриваете в день?
- a. не курю
 - b. 1-3
 - c. 4-8
 - d. 8 и более
13. Сложно ли для вас воздержаться от курения в тех местах, где курение запрещено?
- a. да
 - b. нет
 - c. не курю
14. Употребляете ли Вы алкогольные напитки?
- a. да
 - b. нет
15. Как часто?
- a. каждый день
 - b. раз в неделю точно
 - c. редко, но бывает
 - d. только по праздникам или другим поводам
 - e. я не пью и вообще, я против
16. Как Вы относитесь к лицам, находящимся в нетрезвом состоянии, в общественных местах?
- a. положительно
 - b. отрицательно
 - c. нейтрально
17. Имеются ли у Вас желудочно-кишечные заболевания (если имеются, то какие)?
- a. да, _____
 - b. нет
 - c. не знаю, не проверялся (-лась)

18. Болели ли Вы, либо болеете, туберкулезом?
- a. да, болею
 - b. нет, и не болел
 - c. болел, но излечился
19. Знаете ли Вы норму сахара в крови?
- a. да
 - b. нет
20. Есть ли у Вас сахарный диабет?
- a. да
 - b. нет
21. Есть ли у Вас наследственная предрасположенность к сахарному диабету?
- a. да
 - b. нет
 - c. не знаю
22. Кто-нибудь в семье болел сахарным диабетом?
- a. мама
 - b. папа
 - c. бабушка
 - d. дедушка
 - e. Другое _____
23. Обладаете ли Вы избыточной массой тела или ожирением?
- a. да
 - b. нет
24. Знаете ли Вы свои показатели артериального давления?
- a. да, в норме
 - b. повышено/понижено
 - c. нет, не знаю
25. Беспокоят ли Вас головные боли?
- a. да, причем часто
 - b. нет, не беспокоят
 - c. бывает иногда
26. Ведете ли Вы половую жизнь?
- a. да
 - b. нет
27. Проверялись ли Вы на наличие инфекций передающихся половым путем?
- a. да, проверялся (-лась)
 - b. нет, не проверялся (-лась)
 - c. не живу половой жизнью
28. Были ли у Вас выявлены ИППП?

a. да

b. нет

29. Какой метод контрацепции Вы используете?

a. презервативы

b. противозачаточные таблетки

c. внутриматочную спираль

d. не использую

30. Вы когда-нибудь прерывали беременность? Если да, то по какой причине?

a. да, прерывала в связи с незапланированной беременностью

b. да, прерывала по медицинским показаниям

c. нет, не была беременна

Основываясь на анкетировании, представители ВУЗа предоставляют следующую информацию

1. Число студентов в ВУЗе: _____
2. Число профессорско-преподавательского состава: _____
3. Число студентов придерживающихся правильного питания: _____
4. Число студентов занимающихся физической активностью: _____
5. Число курящих студентов: _____
6. Число студентов потребляющих алкоголь: _____
7. Зафиксированы ли студенты с туберкулезом? _____
8. Зафиксированы ли студенты с желудочно-кишечными заболеваниями? _____
9. Зафиксированы ли студенты с избыточной массой тела и ожирением? _____
10. Зафиксированы ли студенты с сахарным диабетом? _____
11. Зафиксированы ли студенты с анемией? _____
12. Зафиксированы ли студенты с артериальной гипертонией? _____
13. Количество незапланированной беременностей среди студенток _____
14. Количество зарегистрированных случаев ИППП среди студентов _____
15. Количество зарегистрированных случаев аборта среди студентов _____
16. Обеспечивает ли ВУЗ студентов общежитиями? _____
17. Если «да» сколько их? _____

Форма заявки для вступления в проект «Здоровые университеты»

1. Область / город:
2. Название ВУЗа:
3. Количество студентов:
4. Количество профессорско-преподавательского состава:
5. Количество технического персонала:
6. Почтовый адрес:
7. Телефон:
8. Факс:
9. E-mail:

ФИО ректора:

ФИО проректора по учебной части:

ФИО проректора по воспитательной работе:

Дата принятия решения о вступлении в проект:

Координатор:

Ф.И.О. координатора, ответственного за проект «Здоровые университеты»:

Должность:

Дата назначения:

Резюме координатора:

Краткая должностная инструкция координатора:

Уровень владения английским языком:

ЛИТЕРАТУРА

1. Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725. Об утверждении национального проекта "Качественное и доступное здравоохранение для каждого гражданина "Здоровая нация"
2. RIVM (2013). Handleiding Gezonde School middelbaar beroepsonderwijs, Projectplan. <https://www.gezondeschool.nl/communicatiematerialen-en-instrumenten-gezonde-school-1>
3. Woynarowska, B. & Sokolowska, M. (2006). A national framework for developing and evaluating health-promoting schools in Poland. In V. Barnekow, Buijs, G., Clift, S., Jensen, B.B., Paulus, P., Rivett, D. & Young, I. (Ed.). Health-promoting schools: a resource for developing indicators (118-125). International Planning Committee, ENHPS
4. Диканбаева С.А., Слажнева Т.И., Каржаубаева Ш.Е., Касенова А.К. Здоровье подростков и молодежи как общественная ценность Казахстана/. Алматы, 2009. – С. 9.
5. Дёрина Н. В., Савва Л.И., Рабина Е.И. "Университетская экосистема как экологический вектор высшего образования" Мир науки. Педагогика и психология, №. 3, 2020.- С. 5.
6. Здоровье-21: Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ: введение. Библиотечный каталог опубликованных данных ВОЗ. ISBN 92 890 4348 2 (Классификация NLM: WA 540 GA1). https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0007/109762/ENFA5-R.pdf
7. Образование в интересах устойчивого развития в действии. Положительный опыт N 2, ЮНЕСКО, 2007. – С.3.
8. <https://healthyuniversities.ac.uk/>