



УТВЕРЖДАЮ  
директор МБОУ СОШ  
е.Победино  
Е.Е.Гераськина  
19 июля 2024 г.



### План мероприятий программы «Укрепление здоровья сотрудников на рабочем месте»

**Условные обозначения:**

- КП - корпоративная программа.
- Ф.И.О. - фамилия, имя, отчество работника, ответственного за ведение КП (возможно написание должности лица, ответственного за ведение КП, или лиц, его замещающих, из числа рабочей группы согласно приказу по реализации КП на предприятии).
- ЦРБ - центральная районная больница

№п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный организатор	Ответственный исполнитель	Отметка об исполнении
<b>1.ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>					
1.	Информирование сотрудников о целях, задачах и компонентах программы «Укрепление здоровья на рабочем месте»	сентябрь 2024	Романихина И.И.	Романихина И.И.	<i>выполн.</i>
2.	Разработка анкет и проведение анкетирования по здоровому образу жизни	август 2024	Романихина И.И.	Загорюк А.Н.	
3.	Проведение предварительного анкетирования и тестирования сотрудников с целью определения здорового образа жизни на рабочем месте	август 2024	Романихина И.И.	Загорюк А.Н.	
4.	Проведение контрольного анкетирования и тестирования сотрудников с целью определения здорового образа жизни на рабочем месте	август 2024	Романихина И.И.	Загорюк А.Н.	

5.	Организация (по возможности) медицинской площадки (скрининговое обследование – кровь на сахар, холестерин, измерение АД, пкльсоксиметрия, смокелайзер, краткое профилактическое консультирование) от ЦРБ на предприятии с целью выявления факторов риска хронических неинфекционных заболеваний	В течение года (по согласованию с медицинским учреждением)	Романихина И.И.	Рабочая группа	
6.	Проведение обучающего семинара по оказанию первой помощи. Сердечно-лёгочная реанимация.	В течение года	Романихина И.И.	мед.работник ФАП (по согласованию)	
7.	Прохождение сотрудниками предприятия диспансеризации и профилактического медицинского осмотра (с подсчётом % прошедших от общего количества сотрудников организации) по утверждённому руководителем календарному плану	В течение года (по согласованию с медицинским учреждением)	Ким М.В.	ЦРБ (по согласованию)	
8.	Организованное проведение вакцинации от гриппа сотрудникам предприятия (с подсчетом % привитых от общего количества сотрудников организации)	В течение года (по согласованию с медицинским учреждением)	Ким М.В.	ЦРБ (по согласованию)	

### 1. КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ»

**Цель:**повышение приверженности трудового коллектива и их семей к физической активности.

**Задачи:**Создание среды для повышенияуровня физической активности на предприятии.

Предоставление сотрудникам возможности формировать и следовать повышениюуровня физической активности.

Популяризовать физическую активность в трудовой среде/в семье.

1.1	Организация (по возможности) медицинской площадки (скрининговое обследование – кровь на сахар, холестерин, измерение АД, пкльсоксиметрия, смокелайзер, краткое профилактическое консультирование) от ЦРБ на предприятии с целью выявления факторов риска хронических неинфекционных заболеваний	В течение года (по согласованию с медицинским учреждением)	ГБУЗ «ЦРБ»	ГБУЗ «ЦРБ»	
1.2	Распространение буклетов (предоставляемых ГБУЗ «СОЦОЗМП»)о ЗОЖ среди сотрудников организации во время проведения мероприятий	В течение года (по согласованию с	ГБУЗ «ЦРБ»	ГБУЗ «ЦРБ»	

		медицинским учреждением)			
1.3	Мероприятия, направленные на информирование работников организации принципам здорового образа жизни, проведение тренингов и семинаров от специалистов ГБУЗ «ЦРБ» (не менее 1 мероприятия в год)	В течение года (по согласованию с медицинским учреждением)	ГБУЗ «ЦРБ»	ГБУЗ «ЦРБ»	
1.4	Регулярное размещение и обновление информационно-образовательных материалов по здоровому образу жизни (включая информацию о диспансеризации и вакцинации) на внутрикорпоративных сайтах и на стендах организации	Постоянно	Шестаков Л.А.	Шестаков Л.А.	
1.5	Создание чата в социальных сетях; размещение информации о принципах здорового образа жизни корпоративных СМИ/социальных сетях компании	Постоянно	Шестаков Л.А.	Шестаков Л.А.	
1.6	Оценка уровня физической активности и тренированности работников	Сентябрь 2024	Соболев Ю.М.	Соболев Ю.М.	
1.7	Организация командно-спортивных мероприятий	В течение года	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	
1.8	Организация на предприятии утренней зарядки/производственной гимнастики.	Ежедневно	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	
1.9	Проведение турнира по волейболу (и т.п.) среди сотрудников	В течение года	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	
1.10	Организация физкульт-брейков для сотрудников предприятия в течение рабочего времени	Ежедневно	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	
1.11	Проведение «Недели физической активности»	2 раза в год	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	
1.12	Подключение и использование мобильных приложений на личные коммуникаторы сотрудников для соревнований среди работников организации и популяризации физической активности (например, «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни» и т.п.)	Сентябрь 2024	Шестаков Л.А.	Шестаков Л.А.	

1.13	Проведение «Дней здоровья»	1 раз в квартал	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	Соболев Ю.М. Ким Е.С.	
1.14	Организация клубной системы для вовлечения работников в осознанную деятельность по сохранению и укреплению здоровья (школы, кружки, секции, клубы, группы) на постоянной основе	2 раза в неделю	Ким М.В.	Ким М.В.	
1.15	Содействие инициативам сотрудников в информировании коллег и реализации предложений, направленных на повышение физической активности	По мере необходимости	Романихина И.И.	Романихина И.И.	
1.16	Регулярные сообщения о спортивных достижениях сотрудников во внутренних СМИ	Постоянно	Шестаков Л.А.	Шестаков Л.А.	