

## План мероприятий программы «Укрепление здоровья сотрудников на рабочем месте» на 2024-2025 г.

№п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный исполнитель	Отметка об исполнении
1.	Информирование сотрудников о целях, задачах и компонентах программы «Укрепление здоровья на рабочем месте»	Апрель-май	Заведующий	
2.	Разработка анкет и проведение анкетирования по здоровому питанию	Июнь	Медицинская сестра диетическая	
3.	Проведение предварительного анкетирования и тестирования сотрудников с целью определения здорового питания на рабочем месте	Июль	Медицинская сестра диетическая	
4.	Проведение контрольного анкетирования и тестирования сотрудников с целью определения здорового питания на рабочем месте	Сентябрь	Заведующий	
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)	Заведующий	
6.	Проведение обучающего семинара по оказанию первой помощи. Сердечно-лёгочная реанимация.	В течение года	Ст.воспитатель	
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)	ГБУЗ «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)	ГБУЗ «ЦРБ» (по согласованию)	
9.	Распространение буклетов (предоставляемых ГБУЗ) о ЗОЖ среди сотрудников организации во время проведения мероприятий	В течение года	ГБУЗ «ЦРБ»	
10.	Мероприятия, направленные на информирование работников организации принципам здорового образа жизни, проведение тренингов и семинаров от специалистов ГБУЗ «ЦРБ» (не менее мероприятия в год)	Март	ГБУЗ «ЦРБ»	
11.	Регулярное размещение и обновление информационно образовательных материалов по здоровому образу жизни (включая информацию о диспансеризации и вакцинации) на внутрикорпоративных сайтах и на стендах организации	В течение года	Ст.воспитатель	
12.	Создание чата в социальных сетях; размещение информации о принципах здорового образа жизни в корпоративных СМИ/социальных сетях компании	В течение года	Заведующий	
13.	Оценка уровня физической активности и тренированности работников	В течение года	Ст.воспитатель	
14.	Организация на предприятии утренней зарядки/производственной гимнастики.	В течение года	Инструктор по физической культуре	
15.	Организация физкульт-брейков для сотрудников предприятия в течение рабочего времени	В течение года	Инструктор по тхэвквондо	
16.	Проведение «Недели физической активности»	В течение года	Ст.воспитатель	
17.	Подключение и использование мобильных приложений на личные коммуникаторы сотрудников для соревнований среди	В течение года	Ст.воспитатель	

	работников организации и популяризации физической активности (например, «Глобальное соревнование по ходьбе», «Дерево жизни» и т.п)			
18.	Проведение «Дней здоровья»	В течение года		Педагоги
19.	Организация клубной системы для вовлечения работников в осознанную деятельность по сохранению и укреплению здоровья (секции, клубы, группы) на постоянной основе	В течение года	Ст.воспитатель	
20.	Проведение спортивных соревнований и мероприятий для детей сотрудников	В течение года	Педагоги	
21.	Содействие инициативам сотрудников в информировании коллег и реализации предложений, направленных на повышение физической активности	В течение года	Ст.воспитатель	
22.	Регулярные сообщения о спортивных достижениях сотрудников во внутренних СМИ	В течение года	Заведующий	