

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр допризывной подготовки и патриотического воспитания» г. Улан-Удэ

УТВЕРЖДЕНО:

Директор

МАУ «ДОПДП и ПВ» г. Улан-Удэ

О.А.Зайцев



апрель 2023 г.

План мероприятий по внедрению корпоративной программы
«Укрепления здоровья на рабочем месте»

№	Наименование мероприятия	Срок проведения	Ответственный
	Создать рабочую группу по реализации корпоративной программы (приказ, распоряжение, решение коллектива)	03 апреля 2023 года	Колесникова Л.В.
	Назначить Руководителем Рабочей группы (руководитель организации либо его заместитель)	03 апреля 2023 года	Колесникова Л.В.
	Проведение заседаний Рабочей группы не реже одного раза в квартал (протоколы заседаний)	24 апреля 2023 года, 31 августа 2023 года, 16 октября 2023 года	Колесникова Л.В.
	Разработать и утвердить план мероприятий на год, с определением дат и ответственных лиц, направленный на сохранение и укрепление здоровья сотрудников.	До 25 апреля 2023 года	Колесникова Л.В.
	Оценить инфраструктуру (фото, видео и др.):	До 03 мая 2023 года	Колесникова Л. В.
	А) создание условий (выделение места и времени) для занятий физической активностью		
	Б) наличие мест для		

	приема пищи В) наличие комнат (места) психологической разгрузки; Г) медицинское сопровождение (медкабинет, медслужба, договор с МО и т.д.)		
Создание информационной среды для информирования и мотивирования сотрудников. Размещение материалов о проведенных мероприятиях.	А) официальный сайт организации	Постоянно	
	Б) социальные сети	По мере проведения мероприятия.	
	В) рассылка материалов через групповые чаты организации	По необходимости	
Разработка мероприятий, направленных на повышение уровня грамотности в вопросах здоровья сотрудников (вебинары со специалистами, консультации врачей, мастер-классы и др.)		До 20 октября 2023 года	Колесникова Л.В.
Проведение опроса руководства и сотрудников на оценку инфраструктуры, факторов риска хронических неинфекционных заболеваний. Прохождение Опроса на платформе Атрия. (результаты анкетирования)		До 25 мая 2023 года	Колесникова Л.В.
Комплексное обследование сотрудников в Центре Здоровья (не менее 70% сотрудников)		До 06 июня 2023 года	Колесникова Л.В.
Разработать систему поощрений сотрудников за ведение ЗОЖ (материальное поощрение (приказы), общественное признание (грамоты), специальные призы и т.д.)		До 30 сентября 2023 года	Колесникова Л.В.
Разработать и внедрить практику		До 01 сентября 2023 года	Колесникова Л.В.

наставничества молодых специалистов на рабочем месте (приказы, распоряжения, программа и др)			
Разработать и провести мероприятия поддержки отказа от курения работников (ИПА по исполнению ФЗ 15 «Об охране здоровья граждан от воздействия табачного дыма и последствий потребления табака», коммуникационная политика, образовательные мероприятия, семинары, телефонные линии отказа от курения, школы здоровья по отказу от курения)		До 15 октября 2023 года	Колесникова Л.В.
Разработать и провести мероприятия поддержки отказа от пагубной привычки употребления алкоголя (информационная компания (плакаты, брошюры и т.д.), коммуникационная политика, образовательные мероприятия, семинары, телефонные линии отказа от алкогольной зависимости, школы здоровья по отказу от алкогольной зависимости, безалкогольные мероприятия).		До 15 октября 2023 года	Колесникова Л.В.
Организовать комнату (место) психологической разгрузки (релаксации), где сотрудники могут восстановить работоспособность, используя методики медитации/релаксации/дыхательные техники		До 01 сентября 2023 года	Колесникова Л.В.
Оформить «Уголок корпоративной культуры здоровья» (место для корпоративного плана мероприятий, сбора предложений, мнений, полезной информации в плане здоровья и т.д.)		До 18 апреля 2023 года	Колесникова Л.В.
На Уголке «Укрепление здоровья на рабочем месте» разместить информацию о правильном питании.		До 16 октября 2023 года	Колесникова Л.В.
Организовать специальные мероприятий на тему психологического здоровья		До 25 сентября 2023 года	Колесникова Л.В.

(индивидуальные и/или групповые консультации со специалистами на тему управления стрессом, корпоративные тренинги, мастер-классы, вебинары с психологом и др.)			
Организовать и провести массовые спортивные мероприятия с привлечением членов семей работающих.		09 июня 2023 года, 05 октября 2023 года	Колесникова Л.В.
Регулярное проведение производственной гимнастики		Каждый четверг в 14-00 часов	Колесникова Л.В. Толомоненко И.В.
Наличие доступного для сотрудников аппарата для измерения артериального давления		До 20 апреля 2023 года	Колесникова Л.В.
Выполнение плана мероприятий по корпоративной программе «Укрепления здоровья на рабочем месте» в указанные сроки		До 20 октября 2023 года	Колесникова Л.В.
Бесплатное посещение спортивного, тренажерного зала учреждения работниками учреждения		Постоянно	Колесникова Л.В.
Проведение физкультминуток на рабочих местах		Каждый день в 10-00 и 15-30 часов	Серебренников В.В.
Организовать зеленую акцию «Цветок на рабочем месте»		21 августа 2023 года	Колесникова Л.В.
Провести Конкурс рецептов «Вкусные заготовки для витаминной зимовки» Рецепты правильного питания.		24 августа 2023 года	Колесникова Л.В.
Конкурс «Здоровая семья – счастливая семья» (фото семьи на активном отдыхе, оздоровлении, закаливании, занятии спортом (стаж семейной жизни)		12 сентября 2023 года	Колесникова Л.В.
Проведение занятий ОФП для детей сотрудников учреждения		Каждую пятницу	Шелудяков .В.О.