**План мероприятий на 2023г.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование мероприятия** | **Дата проведения** | **Место проведения** | **Ответственный исполнитель** |
| **1. Организационные мероприятия** |
| 1 | Анкетирование, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получение общих сведений о состоянии здоровья работников | Январь  | ДОУ | Медик  |
| 2 | Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы | Март  | ДОУ | Ответственный за ОТ |
| 3 | Проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации работников | В течение года согласно графику |  | Медик, Заведующая |
| 4 | Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок | В течение года согласно графику |  | Медик, Заведующая |
| 5 | Поощрение работников за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни | В течение года  | ДОУ | Медик, Заведующая |
| 6 | Культурный досуг работников (посещение музея, выставок и т.п.) | В течение года  |  | Председатель ПО |
| * 1. **Мероприятия, направленные на повышение физической активности**
 |
| 1 | Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика | Ежедневно | ДОУ |  |
| 2 | Спортивные мероприятия, спартакиады, турниры, спортивные конкурсы, велопробеги | В течение года  |  | Зам. заведующей по УВР,Инструктор по ФИЗО |
| 3 | Сдача норм ГТО | В течение года  |  | Зам. заведующей по УВР,Инструктор по ФИЗО |
| 4 | Корпоративная спартакиада по нескольким видам спорта | Май, декабрь |  | Зам. заведующей по УВР,Инструктор по ФИЗО |
| 5 | Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» | В течение года  | ДОУ | Зам. заведующей по УВР |
| 6 | Соревнование с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников на постоянной основе | В течение года  |  | Зам. заведующей по УВР |
| 7 | Коллективный отдых на свежем воздухе с применением активных игр | В течение года  |  |  Инструктор по ФИЗО |
| 8 | Культурно-спортивные мероприятия для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых |  В течение года  |   | Инструктор по ФИЗО, Заведующая |
| * 1. **Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию**
 |
| 1 | Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций | Апрель  | ДОУ | Медик, Заведующая |
| 2 | Мастер-класс с участием эксперта в области питания | Апрель  | ДОУ | Медик  |
| 3 | Кампания, направленная на снижение веса | Май  | ДОУ | Медик  |
| 4 | Конкурс здоровых рецептов | Июнь  | ДОУ | Председатель ПО,Заведующая |
| 5 | День здорового питания, посвященный овощам и фруктам | Сентябрь  | ДОУ | Председатель ПО,Зам. заведующей по УВР |
| 6 | Конкурс информационных бюллетеней на тему «Здоровый перекус», «Правильная тарелка» и пр. | Август  | ДОУ | Председатель ПО,Зам. заведующей по УВР |
| 7 | Маркировка блюд и напитков из категории «здоровое питание» | Июль  | ДОУ | Председатель ПО,Зам. заведующей по УВР |
| * 1. **Мероприятия, направленные на борьбу с курением**
 |
| 1 | Кампания «Брось курить и победи» | Сентябрь  | ДОУ | Медик  |
| 2 | Трансляция видеороликов на данную тематику | Сентябрь  | ДОУ | Медик  |
| 2 | Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками, запрещающими курение | Постоянно  | ДОУ | Зам. заведующей по АХЧ |
| 4 | Оформление мест общего пользования детекторами дыма | Постоянно  | ДОУ | Зам. заведующей по АХЧ |
| 5 | Учреждение системы экономических санкций и поощрений | Постоянно  | ДОУ | Заведующая |
| * 1. **Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя**
 |
| 1 | Информирование работников о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя | Октябрь  | ДОУ | Медик  |
| 2 | Консультативная помощь по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя | В течение года | ДОУ | Медик |
| 3 | Безалкогольные корпоративные мероприятия с пропагандой здорового образа жизни | В течение года | ДОУ | Заведующая |
| * 1. **Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом**
 |
| 1 | Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями | В течение года | ДОУ | Педагог-психолог |
| 2 | Фитотерапия, аромотерапия, музыкотерапия, фототерапия | В течение года | ДОУ | Зам. заведующей по УВР,Медик |