

ПРИКАЗ

07 сентября 2023 года

№ 155-о

г. Салехард

**Об утверждении плана работы корпоративной программы
«Здоровый сотрудник- залог успешной работы коллектива»
для работников МБДОУ Детский сад «Бережок»
на период 2023-2024 годы**

На основании письма департамента образования город Салехард от 26.05.2022 года № 171/01-07-03/350 «О предоставлении информации по корпоративным программам» и в соответствии пунктом 1.1.2 решения протокола заседания координационного совета по внутриведомственному и межведомственному взаимодействию по вопросам здорового образа жизни и профилактики заболеваний на территории муниципального образования город Салехард от 22 марта 2022 года №1, в целях укрепления общественного здоровья, пропаганды здорового образа жизни, предупреждения возникновения и развития хронических неинфекционных заболеваний, мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек в Ямало-Ненецком автономном округе», **п р и к а з ы в а ю:**

1. Утвердить план работы по реализации корпоративной программы «Здоровый сотрудник- залог успешной работы коллектива» для работников МБДОУ Детский сад «Бережок» (далее - Программа) (приложение 1).
2. Возложить ответственность реализации программы на рабочую группу в составе:
Председателя: Трофимовой Е.А., заместителя заведующего по ВМР;
Заместителя председателя: Рябцевой Д.С., заместителя заведующего по АХЧ;
Членов рабочей группы:
Рябцевой Д.С., воспитателя;
Михайленко Л.С., воспитателя;
Гребенниковой Ю.В., кастелянши;
Гизатуллиной А.В., инструктора по физической культуре;
Уразаевой С.И., шеф-повара;
Кочуровой Г.А., музыкального руководителя
3. Ответственному лицу- председателю Трофимовой Е.А. в ее отсутствие (отпуск, болезнь др. пр.) заместителю Рябцевой Д.С.:
 - 3.1. составить план реализации Программы на 2023-2024 учебный год.
 - 3.2. ознакомить работников МБДОУ Детский сад «Бережок» с планом на общем собрании трудового коллектива.
 - 3.3. По итогам реализации плана мероприятий подготовить итоговый отчет

Срок: до 30.09.2023 года

Срок до 25.05.2024 года

4. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующий МБДОУ

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, flowing letters, likely representing the name S.M. Mukhtarova.

С.М. Мухтарова

ПЛАН РАБОТЫ

по реализации корпоративной программы «Здоровый сотрудник- залог
успешной работы коллектива»

№ п/п	Мероприятие	Дата	Ответственный	Примечание
	Блок №1 «Повышение физической активности»			
1.	Участие в ЭКОзабеге	Сентябрь	Гизатуллина А.В. Кочурова Г.А.	
2.	Участие марафоне «День бега»	Сентябрь		
3.	Зимняя лыжная прогулка	Январь-февраль		
4.	Участие в ГТО	По плану		
5.				
6.	Блок №2 «Здоровое питание»			
7.	Конкурс рецептов блюд для здорового питания с дегустацией	27 сентября – день дошкольного работника	Уразаева С.И.	
8.	Лекторий «Витамины»	Зимний период	Медицинский работник	
9.				
10.	Блок №3 «Профилактика курения»			
11.	Типовая анкета для сотрудников МБДОУ (приложение №2)	Декабрь	Рабочая группа	
12.				
13.	Блок №4 «Прохождение профилактических медицинских осмотров»			
14.	Плановый медицинский осмотр	Ноябрь -декабрь	Рябцева Д.С.	
15.	Диспансеризация	В течение года	Специалист по кадрам	
16.				
17.	Блок № 5 «Здоровый сотрудник — залог успешной работы коллектива» (сплочение коллектива МБДОУ Детский сад «Бережок»)			
18.	Тренинги	В течение года	Трофимова Е.А.	
19.	Деловые игры	В течение года		
20.				

ТИПОВАЯ АНКЕТА ДЛЯ СОТРУДНИКОВ МБДОУ

В МБДОУ запланированы мероприятия по укреплению здоровья и профилактике заболеваний на рабочих местах. Вы можете помочь в выявлении потребностей в вопросах здоровья и здорового образа жизни. Исследование полностью анонимное, полученные данные будут использованы в обобщенном виде.

Просим Вас ответить на вопрос, отметив выбранный вариант ответа(подчеркиванием).

Заранее благодарим Вас за внимание и помощь!

1. ВАШ ПОЛ

1. Мужской. 2. Женский

2. ВАШ ВОЗРАСТ

1. 18-34 года. 2. 35-49 лет. 3. 50+

3. СТАТУС КУРЕНИЯ

1. Менее 5 сигарет в день
2. От 6 до 10 сигарет в день
3. Более 10 сигарет в день
4. Не курю

4. ПОВЫШЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ У ВАС БЫВАЕТ

1. Редко
2. Постоянно
3. Никогда
4. Не контролирую

5. ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СВОЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА В КРОВИ

1. Да
2. Нет
3. Никогда не контролировал(а)

6. ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СВОЙ УРОВЕНЬ ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ

1. Да
2. Нет
3. Никогда не контролировал(а)

7. КАКИМИ ВИДАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ВЫ ЗАНИМАЕТЕСЬ (ВЫБЕРИТЕ ОДИН ИЛИ НЕСКОЛЬКО ВАРИАНТОВ)

1. Зарядка/ Гимнастика
2. Бег
3. Фитнесс
4. Силовые тренировки
5. Плавание
6. Лыжный спорт
7. Велосипедный спорт
8. Другое (указать) _____
9. Не занимаюсь

8. СКОЛЬКО МИНУТ В ДЕНЬ ВЫ ПОСВЯЩАЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

1. Менее 30 минут
2. 30 минут- 1 час
3. Более 1 часа

9. ВАШ РОСТ (см) _____**10. ВАШ ВЕС (кг) _____****11. ИСПЫТЫВАЕТЕ ЛИ ВЫ СИЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ НА РАБОТЕ**

1. Да
2. Нет
3. Затрудняюсь ответить

12. ИСПЫТЫВАЕТЕ ЛИ ВЫ СИЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ ДОМА/ НА РАБОТЕ

1. Да/да
2. Нет/нет
2. Затрудняюсь ответить/ затрудняюсь ответить

13. СКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ ВЫ ПРИМАЕТЕ ПИЩУ

1. 3-5 раз в день
2. 1-2 раза в день
3. Как придется

14. ЗАВТРАКАЕТЕ ВЫ ДОМА ПЕРЕД РАБОТОЙ

1. Да
2. Нет
3. Как придется

15. КАК ЧАСТЫ ВЫ УПОТРЕБЛЯЕТЕ В ПИЩУ ОВОЩИ

1. Стараюсь их есть каждый день
2. Редко, в основном в салатах
3. Почти не ем

16. КАКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ПРОВОДИМЫЕ В НАШЕМ МБДОУ, ВЫ СЧИТАЕТЕ ЭФФЕКТИВНЫМИ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

1. Повышение физической активности работников МБДОУ
2. Профилактика курения
3. Прохождение медицинских осмотров
4. Психологические тренинги, упражнения
5. Совместные походы (лыжные, вело, пешие и др.)
6. Никакие