

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА  
НОВОСИБИРСКА  
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ПАШИНСКИЙ»**

**Отчет по реализации корпоративной программы по укреплению здоровья работников МБУДО «ЦВР  
«Пашинский»  
«Здоровым быть – в тренде жить!»  
(октябрь-декабрь 2022)**

- ***Мероприятия, направленные на повышение физической активности***

Количество проведенных мероприятий: постоянно

Мероприятия: Организация физминуток, проведение соревнования «Шаги к здоровью», занятия в тренажерном зале, коллективные и семейные зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, проведение акции «На работу пешком», коллективное посещение боулинга, просмотр видеофильмов, социальных роликов о физическом и психическом здоровье, здоровом питании.

Участие в Открытии зимнего сезона по лыжным гонкам, посвященным памяти Л. С. Кудрявцева среди взрослых (1 место).

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 158

- ***Мероприятия, направленные на диагностику и профилактику заболеваний и формирование ЗОЖ***

Количество проведенных мероприятий: постоянно

Проведение контроля артериального давления для сотрудников. Гимнастика для сосудов для профилактики ССЗ (сердечно-сосудистых заболеваний). Дискуссионные качели «Земля – наш дом, но не мы одни в нем живем». Буклеты «Энергия движения». Беседа о пользе скандинавской (нордической), ходьбы с палками.

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 100

- ***Мероприятия, направленные на профилактику психологического и эмоционального благополучия***

Количество проведенных мероприятий: 18

Мероприятия: Тренинговые занятия «Музыкальная психотерапия и саморегуляция»;

Проведение Месяца психоэмоционального здоровья (Диагностика: методика САМОЧУВСТВИЕ, АКТИВНОСТЬ, НАСТРОЕНИЕ (САН)). Просмотр видеофильмов, социальных роликов о физическом и психическом здоровье, здоровом питании. Посещение театра (коллектив).

Самообразование, курсы повышения квалификации, трансляция опыта. Игровой тренинг «Формула здоровья». Занятие с элементами тренинга: «Психотехнические приемы саморегуляции эмоционального состояния». Мастер-класс «Мир глазами художника». Оформление стенда «Здоровая пища – залог здоровья». Реализация проекта «Педагогические старты» мероприятие «Марафон здоровья».

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 145

- ***Мероприятия, направленные на развитие культуры здорового питания***

Количество проведённых мероприятий: 5

Мероприятия: мастер-класс «Здоровое питание: сложно или просто?!». Разработка буклетов «О здоровой и полезной пище». Викторина «Полезные продукты». Беседа с сотрудниками об актуальности организации качественного рационального питания

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 95

- ***Мероприятия, направленные на профилактику потребления алкоголя и курения***

Количество проведённых мероприятий: 6

Мероприятия: Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя. Информационный стенд о профилактике зависимостей «Здоровый взгляд». Оформление стенда с информацией о вредных привычках, социально опасных заболеваниях.

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 100

- ***Мероприятия по организации базовых условий для поддержания здоровья***

Количество проведённых мероприятий: постоянно

Мероприятия: Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием учебных кабинетов, рабочих мест сотрудников.

Соблюдение питьевого режима, обеспечение моющими средствами, организация теплового режима, режима проветривания помещения.

Создание условий для безопасной образовательной среды. Инструктажи по вопросам «Действия при ЧС». Контроль питьевого режима, контроль вакцинации и диспансеризации сотрудников. Участие сотрудников в вебинарах по темам: «Как сохранить здоровье в мегаполисе», «Профилактика заболеваний суставов Рациональное питание (ООМОПР ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП»).



