УТРЕРЖДАЮ:
И.о. директора ГБОУ СО
«Кировградская школа-интернат»
_____ Матусявичус С.Е.

ПЛАН
мероприятий по проведению Месячника охраны труда-2026, посвященного Всемирному дню охраны труда (28 апреля), В ГБОУ СО «Кировградская школа-интернат».

Практика укрепления здоровья на рабочем месте – залог общего благополучия.

№ п/п	Наименование мероприятия		Дата проведения	Ответственный
1	Размещение информации методических материалов, посвященных всемирному дню охраны труда 2026, в уголках охраны труда, на информационных стендах. Тема всемирного дня охраны труда в 2026 году – «Благоприятная психосоциальная рабочая среда: путь к процветанию работников и сильной организации».		27 -30 апрель	Специалист по ОТ
2	Размещение о Всемирном дне Охраны труда на сайте ОО		27-30 апрель	Поспелова Е.А.
	Практические занятия по темам:	**Содержание**		
3	**Организация рабочего пространства**	Эргономика – отрегулируйте высоту стула и стола, используйте подставку для ноутбука, чтобы экран был на уровне глаз.	27-30 апрель	Специалист по ОТ

		Освещение – естественный свет лучше искусственного, но, если его недостаточно, выбирайте мягкие, не мерцающие лампы. Чистота и свежий воздух – регулярное проветривание и уборка снижают риск распространения инфекций.		
4	**Физическая активность в течение дня**	Мини-разминки каждые 1-2 часа (наклоны, вращения шеей, потягивания). Использование лестницы вместо лифта – простой способ добавить движения. Корпоративные активности – йога, зарядка, пешие прогулки в обеденный перерыв.	27-30 апрель	Специалист по ОТ
5	**Питание и водный баланс**	Здоровые перекусы (орехи, фрукты, йогурт) вместо фастфуда. Достаточное количество воды (1,5–2 литра в день) улучшает концентрацию и обмен веществ. Регулярные обеденные перерывы – важно не работать «на бегу».	27-30 апрель	Специалист по ОТ
6	**Забота о ментальном здоровье**	Минимизация стресса – планирование	27-30 апрель	Специалист по ОТ

		задач, делегирование, отказ от многозадачности. Комфортная психологическая атмосфера – открытая коммуникация в коллективе, поддержка коллег.		
7	**Профилактика профессиональных заболеваний**	Для офисных работников – гимнастика для глаз, использование специальных очков при работе за компьютером. Для тех, кто работает «на ногах» – удобная обувь, компрессионные чулки (при необходимости). Регулярные медосмотры и вакцинация.	27-30 апрель	Специалист по ОТ
8	**Беседы по теме «Охрана труда в образовательной организации»**	Всемирный день охраны труда в 2026 году – «Благоприятная психосоциальная рабочая среда: путь к процветанию работников и сильной организации»	27-30 апрель	Специалист по ОТ
		Профилактические работы на тему «Здоровый образ жизни»	апрель	Колточихина Н.В. мед. сестра
		Проведены беседы по профилактике энцефалитного клеща.		

Здоровые сотрудники – это продуктивные, мотивированные и счастливые люди!

Специалист по ОТ Л.В. Гребенюк