



Общественная палата
Российской Федерации



СПОРТ И ЗОЖ

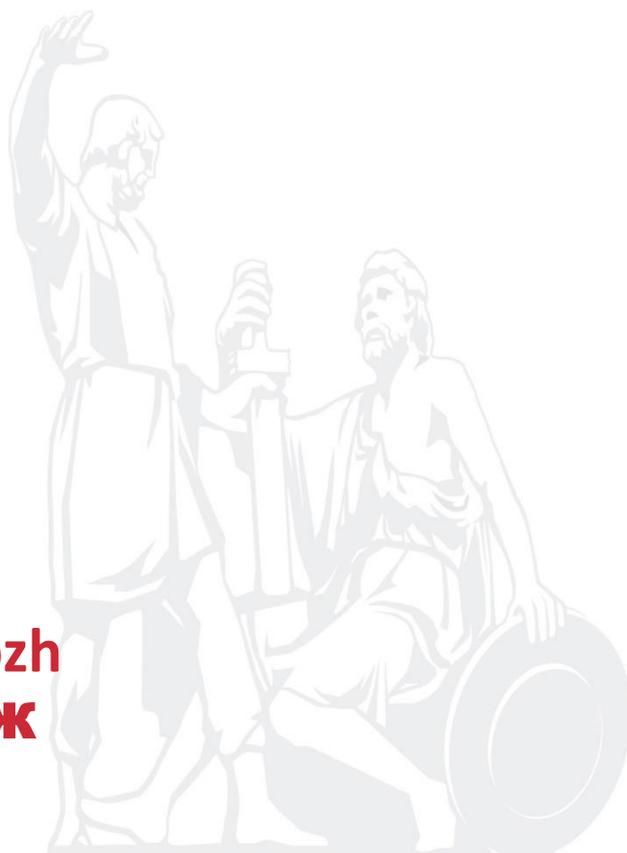
https://t.me/sms_sport_i_zozh



@sms_sport_i_zozh

#МолодежьЗаЗОЖ

#ВместеКЗОЖ



СООБЩЕСТВО «СПОРТ И ЗОЖ»: КТО МЫ

Наша мотивация

Сообщество объединяет молодёжь, которая не просто любит спорт, следит за своим питанием и режимом, а готова нести культуру здорового образа жизни в круг семьи и друзей, свои организации, в регионы!

Лица сообщества



Мария Распутина
МГУ им.М.В.Ломоносова



Екатерина Килюшик
МГУ им.М.В.Ломоносова



Екатерина Седова
МГУ им.М.В.Ломоносова



Ольга Жукова
МГУ им.М.В.Ломоносова



Елена Пузанова
Министерство здравоохранения
Калужской области



Евгений Иванов
ФГУП ПО «Маяк»
ГК Росатом



Андрей Мартгьянов
РФЯЦ-ВНИИТФ
ГК Росатом



Владимир Саломатин
Ростовская АЭС
ГК Росатом



Кирилл Николаев
АО «НИИТФА»
ГК Росатом



Елена Бубнова
АО «Российские
космические системы»



Расул Касумов
ОАО «РЖД»

СООБЩЕСТВО «СПОРТ И ЗОЖ»: наши цели

Наши цели



Популяризация здорового образа жизни и занятий спортом среди работающей молодёжи



Создание проектов по развитию спорта и ЗОЖ в России



Формирование сообщества активных и заинтересованных в теме людей

Планируемый эффект от нашей деятельности

Создана благоприятная для занятий спортом, обмена знаниями и общения среда

СООБЩЕСТВО «СПОРТ И ЗОЖ»: наши планы на 2021



✓ Создать и продвигать **социальные сети** сообщества

Результат:

- Вовлекаются новые участники
- Пополняется актив команды
- Узнают о спортивных и зож практиках в разных организаций

❑ Запустить на **YouTube** канале серию интервью с экспертами, знающими всё о спорте и ЗОЖ. Рубрики:

- «#СПОРТивная грамотность»
- «#ЗОЖная грамотность»
- «Роль спорта в моей жизни»
- «#СоветыТренера»

Результат:

- Участники узнают о том, как отличить настоящего тренера или специалиста по правильному питанию от дилетанта
- Познакомятся с историями известных людей на тему: «Как повлиял спорт на жизнь?»
- Получат советы тренеров по усовершенствованию физической формы



❑ Провести **Гонку с препятствиями / Олимпиаду / ?** на форуме сообществ молодых специалистов «ФОРСАЖ»

Результат:

- Сообщество заявит себя на одном из форумов страны и привлечёт в свои ряды новых энтузиастов из разных компаний



❑ **Исследовать** процесс внедрения практик ЗОЖ и спортивных активностей в организациях (РосАтом, РЖД, Россети, РусГидро и другие) путем анкетирования

Результат:

- Понимание текущей ситуации со спортом и ЗОЖ в организациях: затраты, ресурсы, процент вовлеченности молодых сотрудников
- Проанализировав результаты анкетирования, направить организациям предложение о **проекте «РАБОТИАДА»**

СООБЩЕСТВО «СПОРТ И ЗОЖ»: наши идеи



Проект «РАБОТИАДА»

Межкорпоративные молодежные соревнования по летним и зимним видам спорта



Команды крупнейших корпораций, объединенные по регионам

Предприятия



Регион



Россия

(отбор на региональный этап)

(формирование сборных команд)

(заключительный этап)

СООБЩЕСТВО «СПОРТ И ЗОЖ»: РАБОТИАДА

Работиада – это:

- ✓ Участники от 18 до 35 лет
- ✓ Новые соперники
- ✓ Образовательная программа
(мастер-классы от известных спортсменов, зож-лекции...)
- ✓ Общение, опыт

Расширение аудитории:

- ✓ Зарубежные команды
- ✓ Студенческие команды

СООБЩЕСТВО «СПОРТ И ЗОЖ»: наши результаты



Созданы Telegram-канал,
страницы в Instagram и
ВКонтакте:
[@sms_sport_i_zozh](https://www.instagram.com/sms_sport_i_zozh)



Запустили **КОНКУРС** в
соцсетях на лучший совет
по возвращению к активной
жизни после удаленки

Три лучших видео будут
опубликованы на сайте
Общественной Палаты РФ

! КОНКУРС !



для всех, кто [#заЗОЖ](#):

🐾 Думаем, многие почувствовали, что 2020-й сильно отразился на их образе жизни. Поэтому мы запускаем КОНКУРС на лучший совет на тему:

🔍 «Как войти в ритм жизни? Как вернуться к активным занятиям спортом?»

📌 Для участия в конкурсе совет должен быть записан в формате **видео** и опубликован в VK или Instagram с хэштегом [#ВместеКЗОЖ](#)

😊 Отмечайте нас [@sms_sport_i_zozh](https://www.instagram.com/sms_sport_i_zozh) в ваших публикациях!

🕒 **ДЕДЛАЙН: 15 апреля**

🏆 Видеозаписи победителя и призёров конкурса будут опубликованы *на сайте Общественной Палаты РФ!*

📱 Чтобы всегда узнавать первыми о новых событиях сообщества «Спорт и ЗОЖ», подписывайтесь на канал https://t.me/sms_sport_i_zozh

[#ВместеКЗОЖ](#) [#МолодежьЗаЗОЖ](#)

👁 141 изменено 20:05

💬 [Прокомментировать](#)

