



ОБЩЕРОССИЙСКАЯ
ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ЛИГА ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ

107031, Москва, Большая Дмитровка, дом 22, стр. 1
Тел.: (495) 638-66-99
e-mail: fond@blago.info

Исх.№ 01-ЛБ-210816-01
От « 16 » августа 2021 г.

**Председателю Федерации
Независимых Профсоюзов России**

М.В. Шмакову

Уважаемый Михаил Викторович!

С 2019 года Общероссийская общественная организация «Лига здоровья нации» при поддержке Министерства спорта Российской Федерации реализует программу повышения физической активности «Человек идущий» (далее - Программа). Основная цель Программы – увеличение двигательной активности граждан для повышения уровня продолжительности и качества жизни. За два года проведения количество участников выросло с 19 до 45 тысяч человек.

Программа «Человек идущий» вошла в сборник лучших практик 2020 года «Активное долголетие» в рамках Национального проекта «Демография». Программа направлена на повышение двигательной активности людей среднего и старшего возраста, на развитие естественных методов оздоровления, создание условий для выбора и ведения здорового образа жизни. Ходьба является самым физиологичным и безопасным видом физической активности, не имеет противопоказаний и доступна для людей всех возрастов с разным уровнем физической подготовки.

Программа предполагает организацию и проведение корпоративных соревнований по фоновой ходьбе (все шаги за день) среди работников организаций и членов профсоюзов в командном зачёте (далее Соревнование). В Программе принимают участие все регионы России.

Для участия в Соревнованиях формируются команды 20-50 человек (далее - Участники), все Участники бесплатно скачивают и регистрируются в мобильном приложении «Человек идущий», которое в реальном времени осуществляет подсчет шагов каждого участника и формирует рейтинги команд.

Соревнования проходят в два этапа: 10 сентября – 10 октября т.г. (предварительный этап – регистрация, формирование команд, обучение Участников), 15 октября – 15 ноября т.г. (основной этап – сами соревнования). Во время соревнований все участники будут дополнительно получать рекомендации экспертов Лиги здоровья нации по оптимизации двигательного режима и ведению здорового образа жизни.

По результатам соревнований состоится Торжественная онлайн-церемония награждения победителей Соревнований. Церемония будет широко освещаться в средствах массовой информации.

Проведение соревнований создаст дополнительную мотивационную базу для увеличения физической активности граждан, росту количества людей, систематически занимающихся физической культурой, улучшит состояние здоровья, снизит риски развития неинфекционных заболеваний, позволит развить современные коммуникационные навыки. Формат соревнований позволяет избежать проведения массовых мероприятий, способствует реализации мер по противодействию распространения инфекционных заболеваний.

Прошу Вас проинформировать Общероссийские и межрегиональные профсоюзы и Территориальные объединения организаций профсоюзов о проведении Соревнований и возможности участия, а также оказать содействие в привлечении профсоюзов для участия в Соревнованиях. Прошу Вас назначить ответственного сотрудника для связи с организатором Программы. Контакты организатора: Чистова Наталья Евгеньевна, моб. тел.: +7 (929) 960-83-25, e-mail: n.chistova@znopr.ru.

Приложение: Порядок проведения соревнований, методические рекомендации.

С уважением,

**Президент Лиги здоровья нации,
Академик**



Л.А. Бокерия