

全 民 健 康 生 活 方 式 行 动

工作动态

2
第 期
2010年 总第10期



全民健康生活方式行动
国家行动办公室

目录

发起和组织单位

卫生部疾病预防控制局
全国爱卫会办公室
中国疾病预防控制中心

卫生部全民健康生活方式行动 领导小组成员名单

组 长：	陈 竺
副 组 长：	齐小秋
	王 宇
执行副组长：	孔灵芝
成 员：	姚晓曦
	毛群安
	白呼群
	张 斌
	侯培森
	杨功焕

国家行动办公室成员名单

主 任：	杨功焕
副 主 任：	雷正龙 胡小濛
执行副主任：	赵文华

国家行动办公室随中国疾病 预防控制中心搬迁新址， 联系方式变更如下：

中国疾病预防控制中心
慢性病防治与社区卫生处
地址：北京市昌平区昌百路155号
邮编：102206
电话：010-58900222
传真：010-58900219
网址：www.jiankang121.cn
编辑部邮箱：
naction91@gmail.com

本期责任编辑：张普洪

国家行动

- “健康加油站”工作进展.....1
“科学运动与健康科普知识教育活动”进展.....2
全国慢性病防控相关技术培训班在京举办.....3

地方行动

- 青海省互助县启动全民健康生活方式行动.....4
广西开展示范社区“健康家庭”、“健康个人”评选活动.....5
江西省南昌市东湖区积极创建示范社区和健康家庭.....6
转观念 抓技改 练硬功——杭州市示范食堂建设介绍.....8
广州市开展限盐限油项目，倡导健康生活方式.....9
上海市发放“健康世博礼包”11
长春市明确“健康长春行动计划”2010年重点工作.....12

社会各界动态

- 第二届全民健身科学大会在合肥举行.....13
中国保健协会启动“和谐我生活，健康北京人”走进社区活动.....13

“健康加油站”工作进展

为使全民健康生活方式行动深入工作场所，充分发挥国家机关参与和宣传全民健康生活方式行动的带头作用，自4月26日始，至5月中旬，国家行动办公室完成了80家在京国家机关单位健康加油站的安装工作，得到了各单位的认可与欢迎。目前所有安装单位均已投入使用。

为确保健康加油站的正确使用，提高其使用率，解决使用过程中可能会遇到的问题，2010年6月9日，国务院机关事务管理局与卫生部疾控局联合，在北京中国职工之家召开了“健康加油站工作交流会”。国务院机关事务管理局、卫生部疾控局有关领导，全民健康生活方式行动国家行动办公室工作人员，以及来自近80家安装加油站的国家机关和企事业单位共计100余名工作人员参加了会议。会议由中央国家机关后勤改革与综合管理司爱卫会办公室副主任李凯主持。

中央国家机关后勤改革与综合管理司副司长陈占国表示，健康加油站的管理和使用是爱国卫生工作的重要内容，对推动爱国卫生工作、促进职工健康具有非常重要的意义，各有关单位要指



健康加油站工作交流会 ▲

定专职管理部门和人员，积极开展职工动员，提高健康加油站的使用率，使更多人受益。作为首批试点，各单位要积极配合，做好健康加油站的评价工作。

全民健康生活方式行动国家行动办公室组织专家就健康加油站安装的目的意义、工作进展、



①

体重体脂测量仪



②

全自动电子血压计



③

铝合金型材组装小屋



④

支持工具



⑤

健康生活方式对血压的控制效果

干预手段	收缩压下降的大概范围
减重	5~20 mmHg/10Kg
合理膳食	8~14 mmHg
膳食限盐	2~8 mmHg以上
适度体力活动	4~9 mmHg
限酒	2~4 mmHg

“健康加油站”构成▼

- ①体重体脂测量仪
- ②全自动电子血压计
- ③铝合金型材组装小屋
- ④支持工具
- ⑤精选宣传要点展板



职工动员、设备使用与维护、安装后的服务、展板知识要点、配套宣传资料使用以及首批试点单位的效果评估等工作进行了讲解；参会人员献言献策，就加油站使用当中存在的问题、解决办法等进行了充分交流。

卫生部疾控局副巡视员张立总结指出，为将全民健康生活方式行动推向深入，活动范围不仅要覆盖居民社区，更要扩大到工作场所，提高青壮年人群健康意识和健康生活方式行为能力，使慢性病的防治关口前移。中央国家机关各部门和各单位应起到模范带头作用，希望大家通力合作，改善广大职工的健康水平。

◀ 安装与调试

“科学运动与健康科普知识教育活动”进展

“全民健康生活方式行动——科学运动与健康科普知识教育活动”自2010年3月20日启动，至6月底已经在6个城市圆满完成了活动，包括青岛、福州、杭州、武汉、广州、成都。每一站城市都组织当地的专家在广场或社区公共场所开展“科学运动与健康”现场咨询活动，并且面向社区居民进行两次“科学运动与健康”专题讲座，受到公众的好评。

同时为提高各地从事全民健康生活方式行动工作技术人员的综合能力，熟练掌握科学运动的基本理论和实用技能，广泛传播运动与慢性病防

治相关知识，保证科学运动与健康知识的可操作性和可推广性，为进一步在全国推动科学运动与健康知识教育活动提供技术储备，2010年5月10-12日卫生部疾病预防控制局、卫生部国际交流中心、中国疾病预防控制中心在北京举办了全民健康生活方式行动系列活动——科学运动与健康省级师资培训班，全国14个项目省（自治区、直辖市）疾病预防控制中心负责全民健康生活方式行动的省级负责人以及部分科研院所的省市级运动与健康专家，共计38人参加了培训。

培训班邀请了国内知名的运动和营养专家现



“科学运动与健康”现场咨询活动（成都站）

场授课，培训内容包括吃动平衡的理论和实践、运动损伤的预防和治疗以及运动、营养与慢性病的关联等方面。根据培训班的实际特点，课程增设了实际运动技能培训环节，使学员在学习理论知识的同时，还能学习科学运动的方法和技巧，增加实用性。



科学运动与健康师资培训班学员进行运动技能培训

培训班学员对本次培训班的内容设置和授课形式给予了充分肯定，并纷纷表示在实际工作中将充分应用所学理论知识和操作技能，开展适宜本地区的科学运动与健康知识普及教育活动，倡导和推进全民健康生活方式。

全国慢性病防控相关技术培训班在京举办 ——全民健康生活方式行动部分会议纪要

2010年6月21日-22日，受卫生部疾病预防控制局委托，中国疾病预防控制中心在北京广西大厦组织召开了全国慢性病防控相关技术培训班，来自31个省、自治区、直辖市和新疆生产建设兵团疾病预防控制中心慢病科（所）长和业务骨干共90人参加了培训。卫生部疾病控制局慢病处副处长李光琳、中国疾病预防控制中心副主任杨功焕和慢病社区处副处长施小明出席了会议并做了讲话。此次培训的内容包括全国慢性病预防控制工作规范、慢性病预防控制能力调查、全民健康生活方式行动三个方面。

会议第一天为专题讲座，国家行动办公室工

作人员在回顾全民健康生活方式行动总体方案、示范创建方案和全民健康生活方式行动近期工作



进展的基础上，重申了2010年工作重点，并对日常工作信息收集要求、2010年工作交流会筹备事项进行了介绍。会议第二天为小组讨论，山东省疾病预防控制中心慢病所所长马吉祥主持了讨论会，中国疾病预防控制中心慢病中心副主任赵文华和国家行动办公室工作人员与各省参会代表围绕培训内容展开讨论，并就以下问题达成了一致：

1、全民健康生活方式行动注重工作实质而不强调形式，部分地区虽未开展大规模启动仪式，但在政府倡导下围绕全民健康生活方式行动的主题和内涵开展了相应的健康促进活动，可认为开展了全民健康生活方式行动。

2、鉴于全民健康生活方式行动经费有限，讨论组成员一致认为全民健康生活方式行动应加强多部门合作，整合资源，以寻求政策和经费上的支持。部分代表提出将全民健康生活方式行动与其他政府工程如公民健康素养、卫生城市创建等进行整合。

3、示范创建工作是2010年全民健康生活方式行动的重点工作，各地表示启动行动容易，但推进示范创建工作有一定难度，尤其在财政投入较少的地区。目前，部分省获得地方财政支持，制定了省级示范创建标准和考核方案，并在逐步推广；一些省已经形成了独具特色的示范创建点。各省示范创建进程不一，但对2010年每个省新创建示范社区、示范单位、示范食堂（餐厅）各3个的目标能够接受。

4、通过日常信息收集表记录各级工作信息，并以电子版形式逐级上报。国家行动办公室负责日常信息收集表的制定，并提出具体填报要求。

5、7月底拟召开全民健康生活方式行动经验交流会，各省需为此积极准备经验交流材料，会议将为每个省提供展示平台。

青海省互助县启动全民健康生活方式行动

2010年6月11日，由青海省卫生厅、省疾控中心主办，互助县卫生局、互助县疾控中心承办的以“和谐我生活，健康互助人”为主题的全民健康生活方式行动启动仪式在互助县青稞酒文化广场隆重举行。省卫生厅疾控局局长李砚明、海东行署副专员韩英、互助县常委副县长常平、海东地区卫生局局长韩永明、互助县卫生局局长王占全、副局长魏成林、省疾病预防控制中心主任张世杰等有关领导出席了会议，互助县医疗卫生机构代表、社区居民代表及学生代表共650余人参加了启动仪式。



启动仪式上，青海省卫生厅和互助县政府向互助县人民发出了健康生活方式的倡议，号召广

大居民积极行动起来，养成健康生活方式，追求身心健康。

在活动现场，还向社区居民代表发放了健康生活方式大礼包，并发放高血压、糖尿病、吸烟有害健康、居民健康素养等宣传资料4000余份；摆放健康教育知识展板40块；悬挂“我行动、我健康、我快乐”等宣传横幅20条。在咨询台前，医护人员携带血压计、听诊器为现场群众义务查体、接受群众现场咨询。仪式最后，在节奏明快、旋律优美的《健康一二一》主题曲伴随下，进行了跳绳、踢毽子、双人绑腿跑、勺带乒乓球跑等趣味性体育比赛，共342人参与比赛，



将整个启动仪式推向高潮。此次启动仪式由互助县电视台参与报道。

广西开发展示示范社区“健康家庭”、“健康个人”评选活动

2010年是广西开展全民健康生活方式行动工作的第三年，示范创建工作作为行动工作的重要内容在南宁市开展已一年，南宁市有4个社区参加了示范创建工作，即南宁市金洲社区、东葛社区、金花茶社区和七星社区。为扩大全民健康生活方式行动的影响力和范围，结合南宁市“健康城市”创建工作，自治区卫生厅下发《关于开展

广西全民健康生活方式行动示范社区“健康家庭”、“健康个人”评选活动的通知》（桂卫疾控[2010]59号），并于5~6月在4个示范社区内开展了“健康行动优秀家庭”、“健康行动先进个人”的评选活动。由3名社区居委会工作人员和2名社区卫生服务中心医护人员组成的评委组，根据《评选活动方案》中的评选标准进行评



示范社区“健康行动优秀家庭”、“健康行动先进个人”评选活动报名点



媒体记者跟随调查组入户调查

分，按照得分情况并结合家庭成员及个人的健康理念、健康行为和身体健康状况综合评判。在参与活动的80多个家庭和130多名个人当中评选出了12个获奖家庭和20名获奖个人。多家媒体对活动进行了报道。

2010年6月28日，自治区行动办公室召开了



示范社区“健康行动优秀家庭”、“健康行动先进个人”评选活动报名点

2009~2010年度广西全民健康生活方式行动示范创建工作总结暨示范社区“健康家庭”、“健康个人”评选活动表彰大会。在会上，自治区行动办公室对获得“健康行动优秀家庭”、“健康行动先进个人”称号的获奖代表进行了表彰和奖励并赠送《中国居民膳食指南》。



媒体记者跟随调查组入户调查

江西省南昌市东湖区积极创建示范社区和健康家庭

江西省南昌市东湖区政府在全区范围内倡导“日行一万步，吃动两平衡，健康一辈子”理念，于2009年和2010年连续两年将“全民健康生活方式行动”纳入政府报告，提出打造“健康东湖”的口号。在东湖区卫生局的全力支持下，东湖区以“东湖区疾控中心技术指导，社区卫生服务中心积极参与，广大人民群众主动响应”的模式，成功地创建了全民健康生活方式行动示范社区——滨江社区，先后评选出二批健康家庭共三十五户。具体做法如下：

1、制定标准。

示范社区标准：社区规章制度完善，管理规

范；社区有活动场所，并配有文娱器材；社区应有“全民健康生活方式行动”组织机构；社区至少有一个“全民健康生活方式行动”技术支持单位；社区至少有一个固定宣传栏；社区至少有一个运动场所（有健身器材、测量工具）；每月至少开展一次宣传活动。

健康家庭标准：户籍在本社区内居民家庭，家中至少有一名大于35周岁居民可以家庭为单位自愿申请参加；申请家庭应积极参加社区组织的各项相关活动；家庭成员每天坚持运动至少1小时；35周岁以上家庭成员每周至少监测一次体重和血压；家庭成员每年至少进行一次常规体检；每

个家庭建立一本健康饮食记录本；社区每半年评选一次健康家庭。

2、科学引导。东湖区疾病预防控制中心定期进行技术指导，联系有关媒体进行宣传报道，保证全民健康生活方式行动的顺利开展。

3、开展活动。

依托“维持健康体重和血压管理关键技术”项目软件，对社区居民建立健康电子档案，定期随访，动态观察，及时干预；在滨江路聆江花园至八一大桥段设立了石头健身小道宣传标识，免费向居民发放宣传资料和控油壶、限盐罐、BMI尺；在社区开展宝贝亲子运动会，以小手牵大手，全面推开全民健康生活行动；组织老人开展拔河比赛，组建老年木兰剑、木兰扇等健身队，关注老年人健康；开展全民健康生活方式行动知识竞赛，使全民健康生活方式行动理念更加深入人心；开展“健康家庭”评选活动。通过丰富多彩的活动营造了全民健身的良好气氛。

滨江区健康家庭评选细则

为了更好地推动全民健康生活方式行动在社区开展，激励社区居民积极参加，社区决定在社区居民中开展评选“健康家庭”的活动，评选细则如下：

1. 户籍在滨江区社区内居民家庭，家中至少有一名大于35周岁居民的均可以家庭为单位自愿申请参加；
2. 申请家庭应积极参加社区组织的各项相关活动；
3. 家庭成员每天坚持运动至少一小时；
4. 35周岁以上的家庭成员每周至少监测一次体重和血压；
5. 家庭成员每年至少进行一次常规体检；
6. 每个家庭建立一本健康饮食记录本；
7. 社区每半年评选一次健康家庭。

奖励：

1. 对健康家庭成员每年一次免费体检；
2. 社区医师为家庭成员制订适宜的膳食和运动指导方案；
3. 优先发放宣传资料和行动辅助小工具；
4. 优先参加社区组织的各项活动。

每日一万步，吃动两平衡，健康一辈子。

4、奖励健康。

示范社区：授予“全民健康生活方式行动示范社区”称号；免费提供部分宣传栏、体育设施；提供技术指导及部分活动经费；免费提供膳食指导工具及宣传用品。

健康家庭：对健康家庭成员每年一次免费体检；社区医师为家庭成员制订适宜的膳食和运动指导方案；优先发放宣传资料和行动辅助小工具；优先参加社区组织的各项活动。

5、持续开展。

2010年在全区九个街道及贤士湖管理处开展健康生活方式行动社区居民问卷调查，对居民采用合理膳食指导工具、主动参加锻炼的人数比例等指标进行活动前调查。并且向各街道征求居民最喜爱的“健康生活方式行动”活动形式，最后统计前三名的活动形式为社区健康知识讲座，健康烹饪比赛和社区运动会。根据调查问卷结果制定全区“全民健康生活方式行动”社区接力活动方案，在各社区继续开展示范社区、健康家庭创建和居民最喜爱的健康生活方式活动。



转观念 抓技改 练硬功 ——杭州市示范食堂建设介绍

杭州市政府综合办公楼管理处（以下简称管理处）在领导的重视和全体职工的共同努力下，转观念、抓技改、练硬功，从管理、宣传、培训、设施改造、服务等多方位入手，积极开展示范食堂创建工作，成效明显。

管理处成立了创建领导小组和相应的工作网络，明确了目标任务并进行合理分工。将示范创建工作纳入2009年管理处职能目标管理，给予政策保障和经费保障。确定膳食科为创建示范食堂的事务管理部门，食物采购、加工、烹饪、营养搭配、食堂安全、环境卫生、设施维护等各环节均落实具体负责人。

围绕示范食堂创建，管理处进行了大量宣传工作，包括召开全处干部职工大会，明确创建意义；制作并悬挂主题横幅，在餐厅、电梯厅张贴宣传画；在2、3号楼电梯内通过电子屏循环播放宣传视频；利用处“情况通报”宣传《食品安全法》；通过调查问卷向职工宣传和评估有关膳食知识。

为提高食堂工作人员技能，特别邀请省级

教师、浙江烹饪大使、国家级评委束沛如老师，举办厨师与服务员培训班，重点讲解饮食的合理搭配和烹饪，以及如何提高服务人员的服务质量。同时每年组织厨师和服务员技能比武。并投入财力培养了1名高级烹调厨师，获得中国保健协会颁发的“高级营养保健师资格证书”，还培养了6位烹调技师。单位内部还依据“中国居民膳食指南十条”的内容，对食堂员工进行培训。

食堂使用年份较久，设施设备老化，能耗大，近几年投资近50万元进行改造，改造过程中突出示范食堂和节能减排。一是在底层餐厅安装电子屏，滚动播放合理膳食知识等信息，入口处摆放一台人体健康秤和壁挂BMI圆尺。二是将二楼点菜包厢改为自助餐厅，增加就餐面积。三是更换一批高能耗产品，节气率达50%以上。四是仓库、厨房进行清理改造，涂刷防水涂料、铺设面砖等。

食堂还提出“贴心服务、绿色健康、创建健康机关”的服务口号，打造特色服务。如食品种日益多样化，以前以米面为主，现在增加了玉米、红薯等粗粮和豆浆、水果等健康食品的供应。开设“三高”营养菜和低脂食品窗口。



食堂宣传



厨师技能比武

公布常见食品营养成分



电子屏宣传



食堂入口处设置体重秤和BMI圆尺



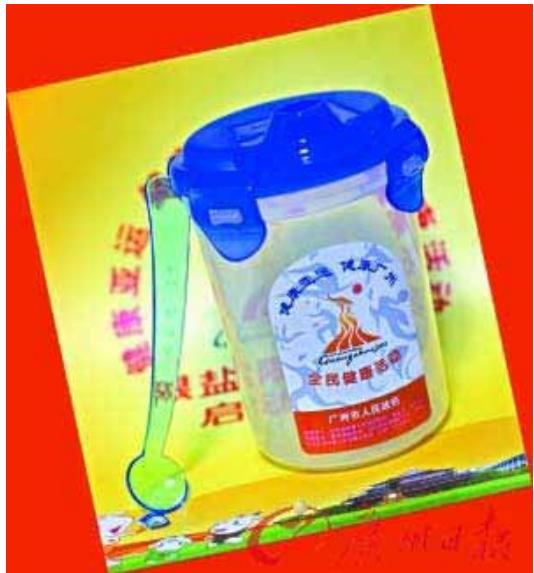
增设特色窗口



食物多样化，增加粗粮供应

广州市开展限盐限油项目，倡导健康生活方式

2010年第十六届亚运会将在广州市举办，在中国医药卫生事业发展基金会的指导下，在广州市人民政府支持下，广州市于2009年7月2日，启动了“健康亚运、健康广州全民健康活动”，包括健



健康工具套装（定量盐勺、定量油壶）

为配合该项工作开展，普及低盐、限油的健康知识，使市民形成健康饮食习惯，减少高血压、糖尿病、心脑血管疾病的患病危险，广州市开展了大范围的

宣传活动，包括制作专题宣传教育片《限盐限油远离高血压、高血脂》在市内地铁线路和城市电视端口进行滚动播放；制作专题音频于广州汽车音乐台和广州交通电台连续播放两月；在250台公交车内发布平面广告；向广州市250万移动用户发送领取“限盐限油”工具的短信通知，并在10086设立专席客服代表回答市民相关问题；在“双健”活动

康教育工程、健康干预工程、健康医疗工程和健康问题工程4大工程16个子项目，旨在倡导健康生活方式，提高居民健康水平。其中限盐限油子项目计划为全市250万户家庭发放1把定量盐勺、1个示范性定量油壶以及1份限盐限油宣传材料。截止2010年6月，全市已经完成250万套限盐限油健康工具套装的配送工作，全市发放率约70%。



边派发油壶边宣传



各种形式的宣传



网站和市疾病预防控制中心网站、96813热线电话设置专题栏目；广州市卫生局与广州电视台联合制作一期“沟通无界限”专家访谈节目，为广州市民讲解“限盐限油”意义及工具的使用方法，取得了良好的效果。

《沟通无界限之限盐限油专题》录制现场▶



上海市发放“健康世博礼包”



上海市副市长沈晓明向居民发放“健康世博礼包”

赠送控盐勺、控油壶的基础上，启动为全市800万户市民家庭以及部分外来务工人员和部队官兵等发放1本《上海市民健康自我管理知识手册》和1把健康腰围尺（合称“健康世博礼包”）的项目；该项目由市财政全额核拨经费，以市政府名义发放，旨在为市民和相关群体提供获取健康知识的正确渠道，指导他们进一步提高自身健康水平。按照发放方案，从6月上旬起至10月31日，全市各区县将逐批发放健康世博礼包，另外市健促委还将通过各种发放渠道向外来务工人员和驻沪部队官兵等发放一批“健康世博礼包”，预计全市发放总量达1000万份。

工作人员向市民现场介绍健康腰围尺的用法▶

6月6日上午，上海市在静安区静安寺社区举行了“健康世博礼包”发放启动仪式。副市长沈晓明在启动仪式上向百余名静安寺社区居民发放了“健康世博礼包”（内含1本《上海市民健康自我管理知识手册》和1把健康腰围尺）；并以专家身份向在场市民讲解肥胖的危害和判断标准，以及健康腰围尺的使用方法，特别强调经常关注腰围和体质指数对预防糖尿病、心血管疾病等慢性疾病的好处。

根据“健康世博、健康上海——市民健康行动”的总体安排，上海市健促委在向全市所有家庭



长春市明确“健康长春行动计划” 2010年重点工作

“健康长春行动计划”于2008年12月15日正式启动，是长春市在科学分析居民健康状况和影响健康主要因素的前提下，由政府主导并制定相关卫生政策，通过大力倡导健康理念，分层面、分步骤推进健康策略，落实相关措施，实现减少疾病危害、提高全民健康、引领长春市卫生事业发展的一系列公共卫生行动。2010年是健康长春行动全面深化推进和健康责任落实年，结合国家新医改和公共卫生服务均等化政策，长春市提出了“健康长春行动计划”2010年的重点工作。

1、2010年长春市将整体推进健康行动。在十个县区（开发区）启动当地健康行动的基础上，2010年完成榆树、德惠、九台、双阳四地的启动工作，实现健康行动覆盖城乡、全面推进，惠及百姓。

2、在全市启动总体行动计划和部分子工程、子计划的基础上，2010年启动环境保护工程、营养改善工程和心理健康行动等7个子计划，深入做好已经启动的5项工程和14个子计划。

3、疾病控制工作：继续做好控制致病高危因素，减少患病机会；深入做好常见病、儿童、老年疾病预防，有效保护重点人群健康；继续加大疾病早期筛查力度，提高早期发现比例；不断提高疾病规范管理率，提高患者生存质量；扎实做好增进安全行动，减少意外事件发生；进一步做好已有康复救助项目，确保高质量运行，提高群众受益面；根据东北地区气候特点，因地制宜开展慢性病防治工作，并把

工作平台下放到社区。

4、组织实施全市居民健康状况调查，科学设计调查方案，分析主要健康问题，提出健康促进工作规划和实施方案。

5、启动贫困家庭健康关爱活动。积极协调市委组织部、卫生、民政、财政、妇联、工会、残联等部门，在基层党组织服务民生工作框架下，积极开展特困家庭免费健康体检，筹措资金开展疾病康复救助，推行健康连心卡，落实每个特困家庭的健康联络员，逐步建立符合长春实际的特困家庭健康关爱工作模式。

6、为全口无牙贫困者安装义齿。积极筹措资金，吸纳志愿机构参与，建立技术标准和规范的流程，为全市所有65岁以上全口无牙老人免费安装一副义齿，提高生活质量。

7、启动脑瘫患儿康复救治工作。争取保险、保障和财政支持，将脑瘫患儿非手术康复纳入报销范围，确定定点服务机构，采取医疗机构限价、保险报销、财政补助等方式，最大限度减少患儿家庭经济负担。

8、大力普及健康知识，构建终身健康教育体系。在现有工作的基础上积极探索符合我市特点的终生健康教育体系开展终生健康教育基地建设试点，并逐步推广；通过有针对性的开展健康知识普及，使儿童和青少年养成健康行为，中青年远离健康危险因素，老年人及早发现疾病、科学治疗，提高生存质量，延长寿命。

第二届全民健身科学大会在合肥举行

第四届全国体育大会论坛活动暨第二届全民健身科学大会5月15日至16日在安徽国际会展中心举行。本届科学大会由国家体育总局、中国体育科学学会主办，合肥市人民政府承办，主题为“全民健身十五周年：回顾与展望”，全国各地的体育行政部门官员、专家学者近400人就群众体育活动与体质现状调查等6个专题进行了学术交流和专题研讨。中国疾病预防控制中心副主任杨功焕教授应邀出席了大会，并就全民健身运动对我国慢性病防控的作用以及全民健康生活方式行动工作现状进行了专题报告。



中国保健协会启动“和谐我生活 健康北京人”走进社区活动

为响应全民健康生活方式行动，2010年6月21日，中国保健协会在北京龙脉温泉度假村隆重举行“和谐我生活，健康北京人，健康121”走进社区启动仪式。中国保健协会、国家中医药管理局、中国保监局、中国中医研究科技发展中心等有关部门领导出席会议，各社区居民街道办事处主任、居民代表以及各新闻媒体代表共计500多人参加活动。

本次活动以“和谐我生活，健康北京人”为主题，以“我行动，我参与，我健康，我快乐”为口号全方位立体向与会嘉宾介绍健康生活方式的意义及行动方式。



会上500人共同宣读了“全民健康方式行动倡议书”，并在主题宣言墙上进行签字响应健康生活方式倡议。活动现场进行了健康科普知识讲座，并向到场的近400位社区居民发放了“全民健康生活方式行动手册”健身保健锤以及限油壶。

活动仪式结束时各领导与现场社区居民进行健身游园健步走活动，以实际行动实践健康生活方式。居民们都表示这样的活动应该经常举办。

《工作动态》征稿启事

《全民健康生活方式行动工作动态》是由全民健康生活方式行动国家行动办公室主办的全面反映全民健康生活方式行动进展的内部刊物。2008年创刊，每年出版4期。内容主要包括国家、各省市、社会各界全民健康生活方式行动进展情况介绍，适宜技术与工具推广、地方经验交流等。主要发行范围为国家及全国各省、自治区、直辖市相关部门。

为及时宣传各地行动的开展情况，促进各地相互交流学习，推动全民健康生活方式行动深入进行，现长期向各地行动办公室及社会单位征稿，具体要求如下：

1. 及时反映本地或本单位全民健康生活方式行动进展；
2. 稿件内容客观真实、主题明确、重点突出；
3. 文字不宜太长，200—500字左右，特殊情况可另附完整文字材料；
4. 除文字材料外，请视情况提供活动照片及其它声像材料；
5. 稿件以电子邮件发送至国家行动办公室。

欢迎各界踊跃投稿！请来稿单位在稿件底部附上单位、部门、联系人姓名、联系方式。

联系人：李园 张普洪

联系电话：010—58900078 010—58900222

电子邮件：naction91@gmail.com

行动徽标释义



标志外围是以健康一词的拼音首字母JK为元素来进行创意设计的，通过艺术化设计变形，使字母有机的组合成一个整体形象图形，像个饱满的水果，同时辅绘以谷穗图案。此标志中心图案是以字母K为元素设计，通过设计变形，使字母成为一个享受快乐生活的、正在奔跑跳跃的人形图像，意涵着倡导和推动健康生活方式，通过科学传播平衡膳食和身体活动，提高国民身体素质和健康素质。

主标识采用绿色为标准颜色，绿色代表健康和环境。绿黄相映，色彩明快，视觉冲击力强；尽显和谐之美；整体简介细致！

此标识简洁明快，富有时代气息和现代感，图案新颖有创意，充分体现健康与生活息息相关的理念和基本原色，突出“全民健康生活方式行动”这一主题。且保持视觉平衡、线条流畅，整体美观、大方、稳重，能给人以亲切、有趣的感觉。