

中国疾病预防控制中心便函

中疾控慢病便函〔2021〕890号

中国疾病预防控制中心关于开展2021年 全民健康生活方式宣传月活动的通知

各省、自治区、直辖市及新疆生产建设兵团疾控中心：

2021年9月1日是第15个“全民健康生活方式日”，为贯彻落实《全民健康生活方式行动方案（2017-2025年）》和《关于持续推进“三减三健”专项行动重点工作的通知》有关要求，深入推进以“三减三健”为主题的全民健康生活方式行动，进一步传播和普及健康文明的生活方式，营造良好社会氛围，现将开展全民健康生活方式宣传月活动，有关要求通知如下：

一、活动时间

2021年9月1日至9月30日。

二、活动主题

三减+三健，健康新动力。

三、活动内容

1. 紧密结合疫情防控工作要求，以宣传月活动为契机，持续传播“一米线”、勤洗手、戴口罩、公筷制等卫生习惯和健康生活方式，提升健康意识，增强公众自身免疫力。

2. 普及“减盐、减油、减糖、健康口腔、健康体重、健康骨

酪”知识，在9月的第三周集中开展“9·15”减盐周宣传活动，向公众传播“就要5克”减盐理念和生活技巧，倡导“人人行动 全民控盐”。

3. 将儿童青少年作为重点人群，结合《健康中国行动(2019—2030年)》心理健康促进行动和中小学生学习健康促进行动，普及健康生活方式知识，广泛宣传“饮食好、运动好、睡眠好”的健康益处，引导儿童青少年争做新时代“三好”少年。

四、活动要求

1. 各地要将全民健康生活方式宣传月活动作为落实当前疫情防控工作要求的重要举措，围绕宣传主题，结合本地实际，广泛传播健康知识，积极引导群众形成良好卫生习惯和健康文明的生活方式。

2. 各地要根据疫情防控要求因地制宜，积极创新活动形式，充分发挥网络、微博、微信等新媒体宣传平台作用，集思广益、精心策划，组织开展一系列群众参与度高、社会覆盖面广、传播效果好的宣传活动。

3. 各地要广泛动员学协会等社会组织和相关企事业单位力量，针对不同领域、不同人群、不同场所、不同传播媒介策划开展贴近百姓生活、群众喜闻乐见的倡导宣传活动。

4. 各地要以此宣传月活动为契机，挖掘优秀科普人员、总结特色传播案例，为全民健康生活方式行动“百千万”科普人才计划累积工作经验。

中国疾病预防控制中心

2021年8月21日

抄送：国家卫生健康委疾病预防控制局，上海市爱国卫生运动委员会
办公室、中国营养学会。