

鄂州市卫生健康委员会

关于做好全市 2024 年全民健康生活方式 宣传月活动的通知

各区卫生健康局、葛店经开区城乡融合发展局、临空经济区社会事务局，市疾控中心、市直各医疗卫生机构：

根据《省卫生健康委关于组织开展 2024 年全民健康生活方式宣传月活动的通知》要求，为促进深入推进以体重管理为突破口的全民健康生活方式行动，传播和普及健康文明的生活方式，市卫健委将组织全市于 9 月开展全民健康生活方式宣传月活动，现将有关要求通知如下：

一、活动主题

食要三减，减掉不良生活方式；

体要三健，健出美好生活向往。

二、活动内容及活动安排

（一）围绕重点宣传内容，全面普及健康知识

各区卫健局及各级医疗机构要按照《省卫生健康委关于组织开展 2024 年全民健康生活方式宣传月活动的通知》的要求，在

9月以“体重管理年、915减盐周、健康口腔、健康骨骼”为重点，围绕生命全周期（孕产妇、婴幼儿、儿童青少年、职业人群、老年人群）和生活全场景（家庭、社区、学校、工作场景、就医场景、就餐场景、运动场景、交通出行场景），结合本地实际，开展形式多样的活动，传播健康知识。

（二）加强部门动员，提高工作实效

各区卫健局及各级医疗机构要加强部门动员，整合现有资源，利用各级宣传阵地，与体育、教育、工会等部门和相关企事业单位联合，广泛动员学会、协会等社会组织，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。

（三）市区联动，扩大宣传范围

1. 讲一堂“健康体重”课。各区卫健局及各级医疗机构因地制宜，通过线上或线下的方式，开展体重管理科普宣教进家庭、进社区、进学校、进医疗卫生机构、进机关企事业单位、进商超、进宾馆餐馆、进公共交通工具、进电影院、进景区等“十进”活动，逐步扩大体重管理知识普及的覆盖范围。

2. 培养一批健康生活方式指导员。各区卫健局可结合各类项目，对各类健康支持性环境的保健医生、社会健康指导员、社会体育指导员、营养指导员、家庭指导员等志愿队伍开展“健康体重”“强肌健骨运动为主”等为重点的健康生活方式技能培训，加大健康生活方式指导员培养力度，全面提升社会科普能力。

3. 开展一周减盐活动。市疾控中心、各区卫健局要在9月的第三周集中开展“9·15”减盐周宣传，可与食品监督和盐业部门联合各级医疗机构开展减盐进商超、进菜场、进食堂/餐厅、进社区的活动，让居民掌握科学烹饪技巧，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”。

4. 发放一套健康支持工具。结合各类“三减三健”宣传活动，向群众发放“一秤一尺一日历”（体重秤、腰围尺、体重管理日历）、控油壶减盐勺等健康支持性工具及相关宣传折页等，促进居民实现“三知一管”（即知晓健康体重标准、知晓自身体重变化、知晓体重管理方法，科学管理自身体重）。

5. 组织一场专项主题宣传活动。市疾控中心、各区卫健局要在宣传月期间策划开展主题宣传活动，至少开展一次线上或线下的以“三减三健”为主题的宣传活动和两次进社区专题宣传活动；各区卫生健康系统相关微信公众号至少刊发10条“三减三健”微信科普宣传（可转发国家和省级微信公众号内容）。请各区卫健局及各级医疗机构积极配合、精心策划，营造人人主动践行健康生活方式的良好宣传氛围。

三、活动要求

（一）各区卫健局及各级医疗机构要将全民健康生活方式宣传月活动作为落实健康中国和健康湖北行动的重要举措，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。

(二) 各区卫健局及各级医疗机构要充分发挥网络、微博、微信等新媒体宣传平台作用, 通过社区健康工作坊、VR 体验、科普动漫、跨媒体合作等方式, 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、群众喜闻乐见的宣传活动。(宣传科普资料下载: 1. 全民健康生活方式行动微信公众号下载; 2. 2024 年全民健康生活方式月科普包下载资料链接: <https://pan.baidu.com/s/1bMEMIA8WY09gK4eFCb34Jg> 提取码: q858)

(三) 市疾控中心、各区卫健局在活动开展中要积极挖掘优秀科普人员和特色传播案例, 每个区在国家“全民健康生活方式行动工作信息管理系统”上至少提交一项工作动态。

(四) 市疾控中心、各区卫健局在 9 月 14 日前提交一张以“三减三健”为重点的“全市全民健康生活方式行动工作成果”的展板设计图, 内容积极向上, 具有一定的代表性。尺寸统一为竖版(高 2 米 x 宽 1.2 米), 图文并茂, 文字为中文、黑体, 各地可加入地域特色设计元素(顶部留 45cm, 底部留 30cm, 左右边框各留 10cm), 分辨率不低于 150dpi, PDF 格式提交。

(五) 在活动结束后, 请市疾控中心、各区卫健局将总结活动资料于 10 月 14 日前上交, 包括 3000 字以内的活动总结, 总结需突出体重管理、三减三健、减盐周宣传活动的实际效果; 提交 30 张图片(不小于 1M 的 JPEG 格式原片, 不带水印), 图片要求带有行动 LOGO 或带有活动主题、“第 18 个全民健康生活方式

日”等字样，行动标识与名称要求使用规范。

联系电话：027-60660811

报送邮箱：634581195@qq.com

