

重庆市渝北区卫生健康委员会文件

渝北卫健〔2023〕290号

重庆市渝北区卫生健康委员会 关于开展渝北区 2023 年全民健康生活方式 宣传月活动的通知

各镇人民政府、街道办事处、委属各单位：

为贯彻落实《健康中国重庆行动（2019—2030年）》《重庆市全民健康生活方式行动方案（2017—2025年）》《重庆市卫生健康委员会办公室关于开展2023年全民健康生活方式宣传月活动的通知》有关要求，深入推进实施以“三减三健”（减盐、减油、减糖，健康口腔、健康体重、健康骨骼）为主题的全民健康生活方式行动，进一步传播和普及健康知识，营造良好社会氛围，现就做好渝北区2023年全民健康生活方式宣传月活动通知

如下：

一、活动时间

2023 年 9 月。

二、活动主题

“三减三健”从我做起。

三、活动内容

倡导公众主动学习健康知识，掌握健康技能，积极践行文明健康的生活方式，落实“做自己健康第一责任人”理念。

（一）开展知识普及活动。

1.时间：9 月

2.内容：围绕婴幼儿、儿童青少年、老年人群与职业群体等特定人群，开展重点健康知识科学普及活动，引导广大群众主动采取健康的生活方式。

责任单位：委属各单位

（二）开展减油宣传活动。

1.时间：9 月第二周

2.内容：各镇街在区疾控中心、辖区医疗机构的指导下开展减油宣传活动，向公众宣传食用油与健康的关系、控油的标准、控油与反食物浪费的关系，开展家庭、单位食堂和餐饮机构等减油宣传与引导。

责任单位：各镇街、委属各单位

（三）开展减盐周宣传活动。

1.时间：9月第三周

2.内容：各镇街在区疾控中心、辖区医疗机构的指导下开展“915”减盐周宣传活动，向公众宣传减盐理念和生活技巧，开展家庭减盐行为宣传与指导，引导每个人知晓自己的口味及食盐摄入量，倡导“人人行动，全民控盐”。

责任单位：各镇街、委属各单位

（四）开展其他宣传倡导。

1.时间：9月下旬

2.内容：针对“健康口腔、健康体重、健康骨骼”，开展龋病、肥胖、骨质疏松防控和科学运动宣传倡导，普及健康口腔、健康体重、健康骨骼知识与技能。

责任单位：委属各单位

四、活动要求

（一）组织开展形式多样的活动。各镇街、委属各单位要将推进全民健康生活方式行动作为落实健康中国渝北行动的重要举措，利用宣传月活动契机，围绕活动主题和内容，结合实际，组织开展形式多样的“三减三健”科普知识原创和推广活动，积极引导群众形成良好卫生习惯和文明的健康生活方式，提高健康素养。

（二）利用媒体进行广泛宣传。区疾控中心每周围绕一个主题推出公众号信息，各镇街、委属各单位要充分发挥传统媒体优势，以及微博、微信等新媒体宣传平台作用，精心策划，组织开

展群众参与度高、社会覆盖面广、传播效果好的宣传活动。

（三）动员多方力量开展活动。各镇街、委属各单位要针对儿童青少年、老年人群与职业群体，通过不同领域、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、教育引导活动。

（四）充分运用健康支持工具及工具包。区疾控中心做好全民健康生活方式活动的技术指导。各镇街、委属各单位可下载和转发“全民健康生活方式行动”网站(网址：www.jiankang121.cn)或“全民健康生活方式行动”微信公众号上的展板和折页等宣传工具包（见附件1），并根据单位实际编印制作宣传材料。

五、其他要求

1. 各镇街、委属各单位要通过咨询义诊活动或健康讲座等方式开展“五进”宣传，在“进社区、进学校、进医院、进单位、进家庭”中至少开展两类，在居民小区通过张贴宣传栏、拉横幅等方式营造浓厚的宣传氛围。

2. 各镇街、委属各单位要充分利用单位电视、LED电子屏、微信公众号、视频号、宣传栏等现有传播媒介积极播放宣传视频、海报等。

3. 各镇街、委属各单位要及时总结宣传活动开展情况，提炼亮点，形成活动总结，并填写总结表（见附件2）。同时，委属各单位要将活动总结、总结表、活动照片（至少3张）等材料于10月10日前统一报送至指定邮箱：469130391@qq.com，统

一命名为：XX 单位 2023 年全民健康生活方式宣传月活动总结材料。

- 附件：1. 全民健康生活方式行动宣传工具包
2. 渝北区 2023 年全民健康生活方式宣传月活动总结表
3. 渝北区 2023 年全民健康生活方式宣传月活动方案

重庆市渝北区卫生健康委员会
2023 年 9 月 13 日

（此件公开发布）

附件 2

渝北区 2023 年全民健康生活方式宣传月活动总结表

单位	现场活动 (场)	健康讲座 (场)	进社区 (个)	进学校 (个)	进医院 (个)	进单位 (个)	进家庭 (个)	现场活动、健康讲座、 “五进”活动合计覆 盖人数(人)	制作展架、宣传栏、 横幅、海报合计(张)	发放折页、宣 传册等合计 (份)	发放健康支 持性工具 (套)	媒体报道 次数(次)

附件 3

渝北区 2023 年全民健康生活方式 宣传月活动方案

一、活动目的

宣传全民健康生活方式宣传月主题、组织相关部门专家开展宣传义诊和讲座活动，进一步传播和普及健康生活方式，营造良好社会氛围，引导广大群众主动采取健康的生活方式。

二、活动时间

2023 年 9 月 15 日（星期五）上午 9：00 — 11：00。

三、活动地点

渝北区空港广场。

四、活动主题

“三减三健”从我做起。

五、参加单位

主办单位：渝北区卫生健康委员会、渝北区精神文明办公室、渝北区市场监督管理局、渝北区体育中心、渝北区双凤桥街道办事处、健康中国重庆渝北行动推进办

承办单位：渝北区疾病预防控制中心、双凤桥街道安康路社区

协办单位：渝北区人民医院、渝北区中医院、渝北区双凤桥

社区卫生服务中心

六、职责分工

区疾控中心（10人）：负责现场宣传布展、场地布置、宣传资料和宣传品发放、现场咨询义诊及邀请媒体报道；

渝北区文明办、渝北区市场监督管理局、渝北区体育中心（各1-2人）：负责现场科普宣传文明健康生活方式及食品安全知识；

渝北区人民医院、渝北区中医院、双凤桥社区卫生服务中心（各2人）：开展血压测量、中医药体验等义诊项目。

双凤桥街道办事处：负责组织群众和维持现场秩序。

七、注意事项

1.请各单位人员提前10分钟到场布置展台及相关设施准备到位。

2.联系人：段亚琴，联系电话：15808075989