淄卫函〔2025〕99号

关于开展2025年“健康体重管理年”系列

宣传推广活动的通知

各区县卫生健康局，高新区卫生健康事业中心、淄博南部生态产业新城发展中心、文昌湖区地事局，委属委管医疗卫生机构：

为深入落实《淄博市“健康体重管理年”活动实施方案

（2024—2026年）》（淄卫办发〔2024〕57号），持续推动“一二三四奔健康”全民健康生活方式行动，提升居民健康素养水平，现就做好2025年度“健康体重管理年”系列宣传推广活动通知如下：

一、活动主题

健康体重 一起行动。

二、活动内容

（一）“‘三减’饮食‘美’好体重”专项行动。会同有关部门通过在大型外卖平台上线减盐、减油、减糖“三减”菜品，鼓励和吸引餐饮企业积极参与“三减”健康菜品研发和推广，普及健康饮食、健康体重知识，引导消费者增强健康体重管理意识，养成健康饮食习惯。

（二）“健康体重管理年”主题宣传月。市卫生健康委通过发布系列健康体重管理知识、组织开展健康体重管理宣传活

动等形式开展主题宣传。各区县、各单位充分借鉴、创新采用新颖的宣传形式，利用广受群众欢迎的社交媒体平台，通过发布短视频、长图文、动漫、真实案例等形式，创新开展系列宣传，科普健康体重管理知识，提高重点场所和重点人群的健康体重管理知识和管理技能。

（三）第十届“万步有约”职业人群健走激励大赛。组织开展为期100天的职业人群健走激励大赛，通过小组对抗赛、科普答题等形式，丰富大赛内容，同时做好职业人群健康指标监测和体测相关工作，为“健走激励”干预方式对慢性病防控的积极效果提供实践证据。

（四）“减重一百吨行动你我他”减重大赛。利用线上APP，积极宣传推广健康体重知识技能，以科学运动干预为手段，在全市组织开展减重大赛，倡导居民践行健康生活方式，保持健康体重。组织开展减重优秀案例评选，各区县、各单位积极探索可推广的人群减重模式，并报送3篇以上减重典型案例。

（五）“健康体重‘医’起行动”医务人员健康体重管理活动。自5月12日“国际护士节”至8月19日“中国医师节”，通过线上线下健步打卡的方式，在医务人员中开展健康体重管理百日攻坚行动，鼓励医务人员带头开展自我健康体重管理，养成良好生活习惯，并带动身边人和患者加强健康体重管理，做健康体重管理的先锋队和宣传员。

（六）百千万“健康体重管理年”行动。鼓励有条件的医疗机构设置以上健康体重管理门诊，6月底前，全市三级综合医院、中医医院健康体重管理门诊实现全覆盖。鼓励综合实力较强的医院设置肥胖防治中心，提供住院健康体重管理相关服务。逐步推动各级医疗机构实现超重肥胖人群的早期检出和早期管理。会同有关部门了解辖区内宾馆、酒店配备体重秤情况，向宾馆、酒店积极宣传健康体重管理理念，推动全市50家宾馆、酒店配备体重秤。结合减重大赛等活动，利用线上APP，培育50名健康体重管理指导员，选拔一批优秀健康体重管理指导员，积极宣传推广减重知识与技能，同时推动每名健康体重管理指导员活动期间管理不少于20名超重或肥胖人员。

（七）全民健康生活方式月及主题宣传日系列宣传活动。举办2025年淄博市全民健康生活方式月暨健康体重管理年宣传活动，总结、介绍健康体重管理工作经验，启动并开展“三减三健体重达标”系列宣传活动。开展“9·15”中国减盐周、全国高血压日、世界糖尿病日、世界慢阻肺日等系列主题宣传活动，组织多种形式的健康教育和科普宣传，指导群众做好血压、血糖管理，开展健康咨询，有效控制危险因素。

三、其他事项

市疾控中心负责全市2025年“健康体重管理年”系列宣传推广活动的具体实施，结合省医院协会“健康体重‘医’起行动”医务人员健康体重管理活动方案，为各单位提供技术支持。各区县要做好本地辖区相关活动的组织实施，提高活动内容的针对性，提高活动成效。各级各单位要注重发掘有特色、参与人数多、成效显著的经验做法，及时上报相关活动材料和图片、视频资料，做好经验推广和宣传报道。

联系人：孙家珺 2283021

邮箱：zbcdcdms@zb.shandong.cn

淄博市卫生健康委员会

2025年4月23日

（信息公开形式：主动公开）