区卫生健康委关于组织开展2023年全民健康生活方式宣传月活动的通知

各医疗卫生机构：

2023年9月1日是第17个“全民健康生活方式日”。为贯彻落实《健康中国行动（2019-2030年）》《2023年天津市全民健康生活方式行动实施方案》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，按照《市卫生健康委关于组织开展2023年全民健康生活方式宣传月活动的通知》（津卫疾控便函〔2023〕583号）要求，决定于2023年9月组织开展全民健康生活方式宣传月活动。现将有关事宜通知如下：

　　一、活动时间

　　2023年9月1日至9月30日。

　　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。主要宣传主题包括：

（一）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。

（二）在9月第二周开展减油宣传活动，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，创建健康餐厅（食堂）。

（三）在9月第三周开展“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”。

（四）在9月下旬针对“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。

　　四、活动要求

　　（一）精心策划，组织做好主题宣传活动

各单位要将推进全民健康生活方式行动作为我区落实健康天津行动的重要举措，进一步贯彻“做自己健康第一责任人”理念和预防为主方针，利用宣传月活动契机，围绕活动主题和内容，结合工作实际，组织开展形式多样的“三减三健”科普知识原创和推广活动，引导群众形成良好的行为和生活方式。区疾病预防控制中心要精心策划开展区级全民健康生活方式日现场活动，并开展至少1场爱“心”讲座。入围单位积极准备天津市第四届“健康科普好声音”科普展演和科普演讲决赛，各单位可通过多种渠道参与决赛宣传推广。

（二）形式多样，加大媒体宣传力度

各单位要充分发挥广播、电视、报纸等传统媒体优势，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，积极推广“全民健康生活方式行动在线展厅”。

（三）科学指导，发挥医疗卫生机构主阵地作用

区疾病预防控制中心要为全区宣传活动提供技术支持，与辖各级各类医疗机构建立健康教育长效机制，确保医疗卫生机构健康教育职责落到实处。要加大健康生活方式指导员招募培训力度，积极组织辖区健康指导员参加市疾病预防控制中心组织的指导员训练营，促进科普宣传活动与群众日常生活紧密结合，扩大宣传效果，塑造自主自律的健康行为，各基层医疗卫生机构要组织辖区居民健康管理小组开展至少1次“三减三健”相关小组活动。

（四）全面推广，动员社会各界广泛参与

鼓励各社会组织、企事业单位、社区和医疗卫生机构，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。

五、其他事项

各单位要按照要求精心组织开展此项活动，在活动结束后认真总结宣传活动的主要做法、成效和经验，于2023年10月9日（周一）前将活动总结报邮箱：mkk@bhxqcdc.org.cn。区疾病预防控制中心汇总形成全区活动总结，于2023年10月16日（周一）前将全区活动总结报送至市疾病预防控制中心和区卫生健康委。

2023年9月4日

（此件主动公开）