

山东省医院协会文件

鲁医协发〔2025〕41号

关于组织开展“健康体重 ‘医’起行动” 医务人员健康体重管理百日行动的通知

各相关单位：

为深入落实“健康体重管理年”活动，鼓励医务人员带头开展自我健康体重管理，提高自身健康水平，发挥行业引领作用。经省卫生健康委发文指导，确定在全省组织开展“健康体重 ‘医’起行动”医务人员健康体重管理“百日”行动，并由山东省医院协会负责具体执行工作。现就有关事宜通知如下：

一、组织机构

指导单位：中国医院协会

主办单位：山东省卫生健康委员会、山东省总工会、
山东省供销合作社联合社

承办单位：山东省医院协会

协办单位：泰康养老保险股份有限公司山东分公司

二、活动形式

小程序线上参与、线下活动相结合。

三、活动时间

（一）“健康体重 医者先行”健康体重管理百日行动启动仪式暨山东省卫生健康系统驻济单位职工健步走。

时间：2025年5月10日 08:30 开始，08:00 集合完毕。

地点：济南华山湖公园。

（二）“百日”行动时间：自2025年5月12日“国际护士节”至8月19日“中国医师节”。

四、活动主题

健康体重 “医”起行动

五、参与人员

全省各级各类医疗机构医务人员自愿参与。按省医务工会委员会要求，首期线下活动要求省卫生健康系统驻济单位职工参与。参与规模300-500人。

六、活动内容

（一）“健康体重 医者先行”健康体重管理百日行动启动仪式暨山东省卫生健康系统驻济单位职工健步走。

1. 开幕式：领导致辞、宣读倡议书及活动计划等。
2. 活动启动：相关单位负责同志共同上台，打响发令枪。
3. 健步走：专业人员带领热身运动，沿华山湖公园指定路线进行健步走，全程约6.5公里。

4. 健康加油站：设置健康补给点，在补给点领取贴纸，集齐六个补给点的贴纸，可在终点换取纪念品。

（二）“健康体重 ‘医’起行动”体重管理线上百日打卡

活动。

活动分5月12日-6月15日、6月16日-7月18日、7月19日-8月19日三个阶段进行。活动期间，参与者每日登录线上小程序，同步每日步数，通过累计步数进行线上纪念品兑换。每个阶段累计步数达到180000步即可兑换阶段任务达成纪念品。对于积极参与单位及个人，颁发优秀组织奖、优秀个人奖等。



小程序线上参与报名，请扫二维码

七、其他事项

（一）各单位要把好线下活动参加人员身体健康状况审核关，确保不出现因身体状况导致的意外。

（二）对于参加活动各单位要加强组织协调，确保队伍整齐划一，展现良好精神风貌。

（三）相关单位活动所需经费严格按照《山东省基层工会经费收支管理实施细则》执行。活动现场布置相关费用由山东省医院协会自有资金列支。

（四）活动遵循自愿参与原则，鼓励各会员单位、医疗机构积极发动医务人员参与活动，做好自我体重管理，以身作则做自己健康的第一责任人。鼓励各会员单位、医疗机构积极收集医务人员参与活动、开展自我健康体重管理的典型案例和视

频材料，并在活动小程序上上传发布。根据活动开展情况在小程序发布优秀组织奖等相关名单。

（五）活动将邀请相关省级媒体跟踪报道。

八、联系人及联系方式

山东省医院协会：王跃跃 0531-82661285；15275172673

张元锴 0531-82661285；15505314077

技术支持：由沈芳 15336383889

山东省卫生健康委员会：赵 婷 0531-51766196

