



关于印发《池州市全民健康生活方式行动实施方案（2017-2025年）》的通知

卫计疾控秘〔2018〕160号

江南产业集中区、各县区、九华山风景区、开发区、平天湖风景区卫生计生委、教育（体育）局、总工会、团委、妇联，市疾控中心：

现将《池州市全民健康生活方式行动实施方案（2017-2025年）》印发给你们，请认真贯彻执行。

池州市卫生计生委 池州市教体局

池州市总工会 共青团池州市委

池州市妇女联合会

2018年4月27日



池州市全民健康生活方式行动实施方案 (2017-2025年)

为深入贯彻落实《中共安徽省委安徽省人民政府关于进一步加强和改进卫生与健康工作的意见》（皖发〔2017〕14号），大力推进健康池州建设，根据省卫生计生委、省体育局、省总工会、共青团安徽省委、省妇联《关于印发全民健康生活方式行动方案（2017-2025年）的通知》（皖卫疾控〔2017〕58号），结合落实市政府办公室印发的《池州市防治慢性病中长期规划（2017-2025年）》的有关要求，制定本实施方案。

一、总体要求

（一）指导思想。全面贯彻党的十九大精神，深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党中央治国理政新理念新思想新战略，坚持以人民为中心的发展思想，以满足人民群众健康需求和解决主要健康问题为导向，坚持政府主导、部门协作、动员社会、全民参与，以“和谐我生活，健康中国人”为主题，开展涵盖合理膳食、适量运动、控烟限酒、心理健康等内容的专项行动，积极开展健康支持性环境建设，科学传播健康知识，广泛传授健康技能，提升个人健康意识和行为能力，引导群众塑造自主自律的健康生活方式，营造广泛关注健康的社会氛围，为全面推进健康池州建设提供有力支撑。



(二) 主要目标。广泛普及健康知识, 积极营造健康支持性环境, 大力培训健康生活方式指导员, 进一步健全监测评价体系。在我市目前行动县区覆盖率 100% 的基础上, 到 2020 年, 全市开展“三减三健”(减盐、减油、减糖、健康口腔、健康体重、健康骨骼)、适量运动、控烟限酒和心理健康等 4 个专项行动的县(区) 达到 75%, 到 2025 年达到 100%。到 2020 年, 全市居民健康素养水平达到 20%, 2025 年达到 25%, 形成全社会共同行动, 推广践行健康生活方式的良好氛围。

二、重点任务

(一) 政府主导, 部门协作, 建立多部门联动机制

各县区要充分认识到全民健康生活方式行动是健康池州建设的基础工作, 是贯彻落实《池州市防治慢性病中长期规划(2017-2025 年)》的重要内容, 是动员群众践行自我健康管理的核心策略, 要坚持政府倡导和推动, 要强化公共政策围绕健康着力, 要健全部门联动的工作机制, 要保障行动稳步实施所需的人员、经费、物资等投入。卫生计生部门要创新宣传模式, 大力宣传健康生活方式核心信息, 将集中宣传与经常性宣传相合, 推广健康支持性工具, 建设无烟环境, 培育健康生活方式指导员队伍, 开展健康生活方式指导员“五进”活动(进家庭、进社区、进单位、进学校、进医院)。体育部门要健全群众身边的体育健身组织, 建设群众身边的体育健身设施, 丰富群众身边的体育健身活动, 支持群众身边的体育赛事, 提供群众身边的健身指导,



弘扬群众身边的健身文化，携手卫生计生等相关部门培养运动康复医生、健康指导师等相关人才，推进国民体质监测与医疗体检有机结合，推进体育健身设施与医疗康复设施有机结合，推进全民健身和全民健康深度融合。各级工会、共青团、妇联组织要充分发挥宣传阵地作用，将健康生活方式理念融入当地特色的文体娱乐活动，丰富行动内涵，扩展行动外延，调动群众参与的积极性，积极营造有益于健康的社会氛围。

（二）统筹资源，协调推进，探索行动实施长效模式

各县区要结合当地实际，制定行动具体实施计划，明确年度工作任务和阶段性目标，要将行动内容与各部门有关工作紧密结合，与卫生城市、健康城市、慢性病综合防控示范区和健康促进县（区）等建设工作紧密结合，依托基本公共卫生服务、体育强市建设、全民健身活动、全民健康素养促进行动、健康中国行活动等平台，统一谋划，合力实施。在充分发挥政府公共财政在行动工作中基础作用的同时，积极探索建立行动工作的多渠道筹资机制，保障行动深入、持续开展，鼓励、引导和支持企事业单位、社会各界和个人积极参与，为行动提供公益性支持。要加大大数据、云计算、人工智能、远程健康管理、手机 APP 等新科技、新技术的运用，探索利于普及和便于群众接受的健康管理模式，提高群众自觉维护自身健康的意识。

（三）示范引领，壮大队伍，扩大行动覆盖面

各县区要在总结前期健康支持性环境建设成果与经验的基



基础上，继续开展健康社区、健康单位、健康学校、健康食堂、健康餐厅、健康小屋、健康步道、健康主题公园、健康一条街等健康支持性环境建设，进一步扩大各类健康示范单元总量，逐步提高覆盖范围。要创新开展健康家庭建设活动，将健康生活方式理念向家庭延伸。各县区要加快推进基层计划生育工作人员承担健康教育职能转岗培训，为我市健康生活方式指导员培养注入新生力量。各地要广开门路，把健康家庭的主要成员、社会体育指导员、妇女骨干、工会人员、志愿者等有意愿、有潜力成为健康生活方式指导员的热心群众纳入培训对象，开展健康生活方式知识、技能培训，扩大指导员队伍，连接千家万户，构建动员社会、群防群控的良好工作机制。

（四）多措并举，强化宣教，营造健康社会氛围

倡导“每个人是自己健康第一责任人”的理念。在更多的家庭普及使用健康支持性工具，量化用盐用油用糖，正确引导群众主动减盐减油减糖，合理膳食，科学健身。充分发挥中医药特色优势，大力推广健身气功，如“五禽戏”、“八段锦”等传统中医养生健身法。深入开展控烟限酒教育，促使群众主动寻求戒烟咨询和服务，减少酒精滥用行为。强调培养自尊、自信、自强、自立的心理品质，提升自我情绪调适能力，保持良好心态。扶持建立居民健康自我管理组织，构建自我为主、人际互助、社会支持、政府指导的健康管理模式。要以全民健康生活方式日等各类健康主题日，广泛宣传健康科普知识。充分发挥工会、共青团、



妇联等群众团体的桥梁纽带作用和宣传动员优势，以百姓关注、专业准确、通俗易懂的核心信息为主体，采取日常宣传和集中宣传相结合、主题宣传与科普宣教相辅佐、传统媒体与新媒体共推进的形式，策划打造全民健康生活方式行动品牌，积极传播健康生活方式核心信息，努力营造促进健康生活方式的舆论环境。

三、专项行动

结合当地实际情况，深入开展“三减三健”（减盐、减油、减糖、健康口腔、健康体重、健康骨骼）、适量运动、控烟限酒和心理健康等4个专项行动，稳步实施池州市全民健康生活方式行动。

（一）“三减三健”专项行动

确定重点人群，减盐、减油、减糖行动以餐饮从业人员、儿童青少年、家庭主厨为主，健康口腔行动以儿童青少年和老年人为主，健康体重行动以职业人群和儿童青少年为主，健康骨骼行动以中青年和老年人为主。传播核心信息，提高群众对少盐少油低糖饮食与健康关系认知，帮助群众掌握口腔健康知识与健康技能，倡导天天运动、维持能量平衡、保持健康体重的生活理念，增强群众对骨质疏松的警惕意识和自我管理能力。

通过开展培训、竞赛、评选等活动，引导餐饮企业、集体食堂积极采取控制食盐，油脂和添加糖使用量的措施，减少含糖饮料供应。配合学校及托幼机构健康教育课程设计，完善充实健康饮食、口腔卫生保健、健康体重等相关知识与技能培训内容，开



展健康教育主题活动，鼓励减少含糖饮料和高糖食品的摄入。通过开展“减盐控油在厨房，美味家庭促健康”“聪明识别添加糖”“健康牙齿、一生相伴”“健康骨骼、健康人生”等社区活动，组织群众知识竞赛、健骨运动操比赛等，传授选择健康食品和健康烹饪技巧、口腔保健方法和预防骨质疏松的健康习惯。在职业场所开展健步走、减重比赛等体重控制及骨质疏松预防活动，协助提供个性化健康指导与服务。对基层医务人员和健康生活方式指导员开展相关核心信息培训，提高社区健康指导能力，有条件的县区建立骨质疏松健康管理基地（门诊）。

（二）“适量运动”专项行动

促进体医融合，积极推进在公共卫生机构设立科学健身指导部门，积极倡导通过科学健身运动预防和促进疾病康复的知识和方法，在街道、乡镇开展健康促进服务试点，建立“体医融合”的健康服务模式。不断加强国民体质监测工作，积极推进社会“运动处方”专业体系建设，开展家庭医生开具运动处方工作试点，提倡开展个性化的科学健身指导服务体系，提倡社会各单位将健康指标与工作效率相结合的评价机制。鼓励媒体和社会机构宣传体医融合、科学健身的文化观念，在大众中广泛普及科学健身知识，提高全民健身科学化水平。

（三）“控烟限酒”专项行动

创建无烟环境，禁止公共场所吸烟，开展无烟卫生计生机构、无烟机关、无烟学校、无烟企业等创建活动，发挥领导干部、卫



生计生系统带头作用。以青少年、女性等为重点，发挥医生、教师、公务员、媒体人员的示范力量，围绕减少烟草烟雾危害、推广科学戒烟方法等主题，开展中国烟草控制大众传播、“送烟=送危害”“戒烟大赛”等宣传教育活动，倡导公众养成健康、文明的“无烟”生活方式。推广 12320 和 4008085531 戒烟热线咨询，开展戒烟门诊服务，营造“不吸烟、不敬烟、不送烟”的社会氛围。倡导成年人理性饮酒，广泛宣传过量饮酒的健康危害，以及对家庭、社会可能造成的酒驾、暴力犯罪等负面影响。以儿童青少年为重点人群，在学校广泛开展专项教育活动，宣传饮酒对未成年人体格和智力发育等方面的影响，引导未成年人远离酒精，并向家庭辐射传播酒精危害相关知识。

（四）“心理健康”专项行动

广泛开展心理健康科普宣传，传播心理健康知识，提升全民心理健康素养。引导公民有意识地营造积极心态，调适情绪困扰与心理压力。开展心理健康“四进”活动。“一进单位”，用人单位为员工提供健康宣传、心理评估、教育培训、咨询辅导等服务。“二进学校”，广泛开展“培育积极的心理品质，培养良好的行为习惯”的学生心理健康促进活动。“三进医院”，在诊疗服务中加强人文关怀，普及心理咨询和心理治疗技术，积极发展多学科心理和躯体疾病联络会诊制度，与高等院校、社会心理服务机构建立双向转诊机制。“四进基层”，在专业机构指导下，基层医疗卫生机构为社区居民逐步提供心理评估和心理咨询服



务，依托城乡社区综合服务设施或基层综治中心建立心理咨询（辅导）室或社会工作站，对社区居民开展心理健康知识宣传和服务。

四、保障措施

（一）强化组织领导。各县区要坚持政府主导、部门协作、动员社会、全民参与的工作机制，成立有关部门共同参与的行动领导小组，确定行动办公室，制定符合本地区工作实际的行动计划，将全民健康生活方式行动与有关工作紧密结合，统筹谋划，协调推进。

（二）加强能力建设。各县区要成立专家团队，对辖区实施全民健康生活方式行动提供专业指导，对行动工作队伍进行能力培训，同时定期组织开展工作交流，总结好的经验和做法，并适时在辖区予以推广。

（三）加大投入力度。要将全民健康生活方式行动作为保障群众健康的重要内容，推动各级政府积极将行动经费纳入财政预算，同时探索建立多元化筹资机制，按照国家有关规定，鼓励和引导社会资本参与行动，规范健康服务消费管理，积极应用科技创新成果，支持群众健康消费。

（四）实施联合督导。各县区全民健康生活方式行动开展情况要及时在行动网报系统上报，要将行动的各项指标纳入年度工作目标考核，定期组织多部门联合督导，督促行动落实，确保工作实效。市行动办将对各县区的行动工作开展情况进行督导

检查，通报进展情况，组织召开相关工作培训和交流，总结推广经验，促进全市行动整体目标的实现。

附件：池州市全民健康生活方式行动领导小组



附件：

池州市全民健康生活方式行动领导小组

组长：刘保权 池州市卫生计生委主任

成员：

路文敏 池州市卫生计生委副主任

计长生 池州市教体局副局长

姚国庆 池州市总工会副主席

徐洁芳 共青团池州市委员会副书记

黄河 池州市妇联副主席

领导小组下设全民健康生活方式行动办公室，负责制订年度工作计划，确定每年行动主题，组织做好行动主题日活动等重点工作，组织辖区内示范创建、支持性环境建设等工作内容的考核评估，确保各项任务有效落实。办公室设在池州市疾病预防控制中心，成员如下：

主任：陈胜华 池州市疾控中心主任

成员：

唐建军 科技教育与宣传科科长

朱贤美 池州市卫生计生委疾控科

韩玉洁 池州市教体局体工科

梅先泽 池州市总工会组织宣传部

刘健舟 共青团池州市委员会宣传部

胡雪梅 池州市妇联挂职副主席兼宣传部部长

孙英 池州市疾控中心健教科科长

檀平 池州市疾控中心公共卫生科科长