

# 益心医意 脚步不停

## 16家医院200多位医务人员参加公益健步行启动活动

□本报记者 陈坤 摄影 郑波 章立强 洪浩炎

2024年,国家卫健委等16部门联合发文,启动实施“体重管理年”主题活动。同时,全国爱卫办也推出“健康城镇 健康体重”主题活动。

健康中国 医者先行。1月11日上午,由《福建卫生报》社主办的“益心医意 脚步不停”医护公益健步行在福州牛岗山公园活力启动。



### 01 16家医院250余名医务人员参与 活动将持续三年



蒋小平致辞

上午,福州牛岗山公园,在冬日暖阳中逐渐生发出活力。

来自全省16家医院的250余名医务人员齐聚一堂,共同见证了启动仪式。

福建省卫健委医疗应急处处长蒋小平在致辞中说,医务工作者既是健康的守护者,又是健康素养的关键传播者。倡导全省广大医务工作者关注健康、管理体重,正应该从最简单的迈开腿开始。

希望通过一系列的活动,树立更多健康榜样,推动全社会践行三减三健,吃动平衡的健康生活方式。力争通过三年努力,逐渐形成覆盖全人群全生命周期的体重管理良好局面。

《福建卫生报》社副

方式和福利等内容。她说:“卫生报希望发挥媒体的力量,推动医界朋友们更关注健康,把身体呵护好了,才能更好地为护佑百姓生命而战。”

活动现场,福建医科大学附属协和医院的队伍最为庞大,达90人。

该院急诊科护士长林玲热情地说,在急诊科工作16年,见证了太多生离死别,也因此格外了解生命的脆弱。所以,拥有健康,是急诊科全科甚至全院医护的共同愿望。希望通过活动,把健身意识和减重观念渗透到日常工作和生活中,并成为每天的习惯。



林玲代表医务人员发言

为配合三年健步行活动,活动承办支持单位泰康养老福建分公司,为全省医务人员提供了丰厚的福利保障以及专属

奖励。医务人员只需通过健步行小程序积攒步数,即可兑换相应奖励。每月总计送出1000个抽奖名额,全年奖励总价值32万元。在国际护士节与中国医师节期间,还将对健步行排行榜上领先的医院及个人进行额外奖励。



泰康养老福建分公司黄德平总经理揭晓福利与公益捐赠金额

泰康养老还将以医院为单位,捐赠对医务人员的立体保障,并设计了聚沙成塔的延伸公益,将医务人员的健步数转化为助老敬老的“爱心”驱动力,每月配捐。

此外,《福建卫生报》社还将发布医护打卡排行榜单、挖掘运动达人等,发挥媒体力量,倡导全省广大医务工作者积极开展健康体重管理,从而引导全社会践行健康生活方式,形成全省“人人参与,共建共享”的大健康格局。

### 02 援藏医生休整期参加活动 还有不少医护拖家带口来“city walk”

在健身教练带动的热身结束后,医护公益健步行首场线下活动鸣笛启动。



新年伊始,牛岗山公园的步道两边挂着喜气洋洋的红灯笼。医务人员从公园入口出发,沿设定的环形步道行进。

主办方设置了三个打卡点,提供福建特产小食和健康饼干等作为补给,还设置了互动健康小游戏,增加健步趣味性。

活动中,不少医务人员带着伴侣、孩子来参加活动。一位医务人员抽到的互动游戏是“找到一只可爱的小动物并拍下它”。在孩子

们的积极参与下,他们找到公园里的“动物明星”黑天鹅,顺利完成任务。

来自福建医科大学附属第一医院医务部的林清,目前正在参与援藏工作,前两天刚好返榕休假,就抽空参加此次活动。

林清说,医院在平日里就很注重医务人员的健康,会定期开展趣味运动会等活动。医护人员是健康的守门人,更应该是健康的倡导者。今天的活动让医护们参与,更具有示范效应,能带动全社会关注健康,注重锻炼。

“健康中国,医务人员当然要率先响应!”福州大学附属省立医院工会副主席谢秀芳说,工会常常组织健康操、篮球赛、瑜伽等活动,以活动会友,以赛促健,既加深了同事之间的了解和友谊,也传递了健康向上的生活理念。

