

利政办秘〔2025〕4号

利辛县人民政府办公室

关于举办第十届“万步有约”健走 激励大赛（利辛赛区）的通知

各乡镇人民政府，县政府各部门、各直属机构：

为深入贯彻“健康中国”战略，不断推进“健康利辛”建设，号召利辛社会各界群众科学健走，强身健体，提升利辛人民健康水平，经县政府同意，决定举办利辛县第十届“万步有约”健走激励大赛（利辛赛区）。现将赛事有关事项通知如下：

一、活动背景

2015年，中国疾控中心慢病中心在全国组织开展中国职业人群“健走激励”干预研究项目，探索出行之有效的“健走激励”慢性病干预模式。自2016年起，在国家卫生健康委的指导下，

中国疾控中心慢病中心在全国范围内连续组织九届“万步有约”健走激励大赛，累计覆盖 31 省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团的 1750 个县区，助力超过 300 万人养成了“日行万步，科学健走”的健康生活习惯，营造了全民健走、全民健康的积极氛围。2025 年，中国疾控中心慢病中心将开展第十届“万步有约”健走激励大赛，继续探索构建适合我国国情的长效慢性病防控机制，为开创中国慢性病防控工作新局面提供有力依据。

二、活动目的

通过举办“万步有约”系列活动，倡导绿色出行，践行健康生活方式，发挥示范引领作用，促进全县人民形成健康的行为和生活方式。

三、活动主题

万步有约，健康利辛。

四、组织机构

主办单位：利辛县人民政府

承办单位：利辛县卫生健康委员会、利辛县文化旅游体育局、利辛县新时代文明实践中心

五、大赛赛制

第十届“万步有约”健走激励大赛分为精英赛与拓展赛。

万步有约精英赛：通过佩戴比赛专用运动处方计步器开展为期 100 天的职业人群健走比赛，推广“中等强度运动”干预技术。精英赛并行设置健康体重大赛，通过体测筛查、体重监测、运动

处方干预等措施推动落实“体重管理年”实施方案。

万步有约拓展赛：响应国家卫健委“体重管理年”行动方案，开展以体重管理为特色的万步有约拓展赛，把人群健走激励促进健康体重适宜技术推广到更大规模的人群。

六、活动时间

报名阶段：2025年4月16日~4月20日

精英赛热身赛：2025年4月21日~4月30日

精英赛正式赛：2025年5月11日~8月18日

拓展赛：2025年5月~10月

七、活动内容

（一）健走比赛

参赛队员通过佩戴比赛专用运动处方计步器，记录每天的健走数据，并将数据上传至大赛网络系统，以健走步数与健走强度累计计算积分，为期100天。

（二）参与式活动

在健走竞赛的同时，各参赛队伍配合开展线上、线下参与式活动，可灵活组织发起。包括：启动仪式、自主激励机制设置、实地健走、万步优秀队长培养、万步有约传播、征文大赛、健康讲座、健康体测和身体指标收集等。

（三）健康体重大赛

健康体重和适量运动是全民健康生活方式行动的重要内容，在健走大赛中，开展健康体重大赛，组委会将提供用于收集身体

指标的检测设备。

（四）本地化区域健走大赛

我县在参加全国赛的基础上，将健走活动与党建宣传、文化旅游等主题结合，自主开展主题赛事，做到接地气、增特色、扩影响。

八、参赛对象与要求

组织若干单位（机关、企事业单位）组队参赛。每支队伍 10～20 人，卫健系统参赛人员比例不超过总人数的 30%。建议新参赛人员比例不低于总人数的 30%。每个单位不少于 10 名在职员工参加。全县参赛总人数 500～600 人左右，参赛单位和参赛队员必须服从大赛组委会管理，积极参加各项活动。

九、参赛说明

已有大赛专用运动处方计步器的参赛人员可直接参赛。没有大赛专用运动处方计步器的参赛人员可通过免费借用和购买两种方式获取计步器参赛。

十、奖项设置

（一）全国大赛设置三大类奖项：健走竞赛类奖项、健走促进类奖项和组委会综合奖。

1. 健走竞赛类奖项

结合精英赛健走比赛和健康体重大赛成绩综合评比健走竞赛奖项。奖项包括：全国健走竞赛省级一、二、三等奖，全国省级优秀奖，全国健走竞赛县区级一、二、三等奖，行业奖和全国

健走竞赛百强县区奖。

2. 健走促进类奖项

结合拓展赛规模、特色健康文化促进活动、启动仪式等方面综合评选。奖项包括：省级健走促进一、二、三等奖，县区健走促进一、二、三等奖，全国百强健走促进县区奖，优秀健走组织单位奖和万步队长奖。

3. 组委会综合奖

结合健走竞赛积分与健走促进积分综合考量，评选第十届大赛金、银、铜牌健走示范区（县区参评）及省内优秀健走示范区。

（二）利辛县自主激励奖项设置见附件 2。

（三）各参赛单位做好组织保障，制度保障，可结合实际，按相关规定设置自主激励机制，用于本单位活动组织、运动装备配备和个人激励奖励。

十一、保障措施

（一）组织保障

成立由县政府分管领导任组长，各参赛单位活动负责人为成员的第十届“万步有约”健走激励大赛利辛赛区组委会（具体名单见附件 1），负责大赛领导和协调工作。

（二）制度保障

1. 管理机制。大赛组委会设竞赛管理办公室，负责县区参赛人员的报名、信息收集和装备申领发放；与全国竞赛管理委员会、省级竞赛管理委员会的联络工作；上传下达比赛相关通知、政策、

赛况等信息；以及当地参赛队员的技术指导、培训、督促管理等工作；对县区内团队赛中出现的问题和争议进行仲裁，对团队赛的开展、奖惩机制等环节的公平、公正进行监督。各参赛团队应指定活动负责人、联络人，建立微信群、qq 群等及时传达大赛组委会信息，按要求参加大赛组委会组织的各项活动。

2. 考核机制。各参赛队员应在每日晚七点前完成比赛任务并上传数据，竞赛管理办公室每日进行监测，对无正当理由不上传数据的队员予以绩效扣分；对未完成比赛任务以及无正当理由不参加必选活动的团队和个人取消年度相应获奖和评优资格。

3. 经费规划。相关经费由组委会统筹安排。活动预算为 23.8 万元， 6 万元用于启动仪式、培训、技术指导、数据上传以及开展实地健走活动等；17.8 万元用于自主激励奖项设置，包括阶段满分奖 16 万元，健走促进单位奖 0.3 万元，优秀队长奖 0.25 万元，优秀征文奖 0.15 万元，体重管理达人奖 0.5 万元，体重管理支持单位奖 0.6 万元。经费开支严格按照相关财务制度落实。

附件：1. 第十届“万步有约”健走激励大赛利辛赛区组委会名单
2. 第十届“万步有约”健走激励大赛利辛赛区自主激励办法

2025 年 4 月 16 日

附件 1

第十届“万步有约”健走激励大赛 利辛赛区组委会名单

组 长：张东洋 县政府副县长

副组长：闫 林 县卫生健康委主任

高宝石 县文化旅游体育局局长

张俊坤 县疾控中心主任

朱小亮 县新时代文明实践促进中心主任

成 员：各参赛单位活动负责人

大赛组委会下设竞赛管理办公室，办公地点设在县卫生健康委，办公室主任由闫林同志兼任，副主任由张俊坤同志兼任。

附件 2

第十届“万步有约”健走激励大赛 利辛赛区自主激励奖项设置

1. 阶段满分团队奖：正式赛 100 天分成 10 个阶段，每个满分团队奖励现金 200 元，满分团队队长另外奖励 50 元。

2. 优秀健走促进单位奖：奖励现金 1000 元，限额 3 个。

3. 优秀队长奖：奖励现金 500 元，限额 5 名。

4. 优秀征文奖：奖励现金 300 元，限额 5 名。

5. 大赛已有激励制度以外的激励机制创新：结合《“体重管理年”活动实施方案》，积极开展争做“体重管理达人”活动等，对比 100 天健走对健康指数的影响，对 BMI、体脂率、血压等指标综合改善较为明显的队员进行奖励和颁发“利辛县体重管理达人”证书。

6. 组织参赛单位设置自主激励机制：鼓励有条件的单位为队员提供减重设备、计步设备、健身服饰、健走经费等，对结合《“体重管理年”活动实施方案》，积极营造体重管理社会支持性环境，推动职业人群体重管理，设置科学、合理、适当自主激励措施的单位进行奖励和颁发“利辛县体重管理支持单位”证书。

7. 实地健走和拓展赛自主激励机制另行制定。

抄送：县委各部门，县人大常委会办公室，县政协办公室，县监委，
县法院，县检察院，县人武部。

利辛县人民政府办公室

2025 年 4 月 16 日印发
