



3月26日，来自西城区各行各业的500余名职工代表齐聚金融街主题公园广场，携手走过现场设立的印有“激情健步走·绿色新生活”的拱形门，这不仅预示着在区总工会的号召下，500余名职工开始迈入绿色环保、全民健身的新生活，同时也拉开了区总工会组织开展的为期8个月的激情健步走活动的序幕。

健步走活动不仅是对积极参与科学、健康的健身活动的一次号召，更是西城区各行业职工精神风貌的展示。

绿色新生活从这一刻开始

——西城区总工会激情健步走活动正式启动

绿色新生活从这一刻开始

近几年来，区总工会不断加强职工文体工作，极大地满足了职工群众日益增长的精神文化和体育活动需求。今年，区总工会在全区广大职工中组织开展“激情健步走·绿色新生活”健步走活动，旨在倡导绿色、低碳环保的生活方式，进一步激发广大职工群众的健身热情，充分展示西城区职工良好的精神面貌。

3月26日，由区总工会主办，区直机关工会和金融街街道总工会协办的“激情健步走·绿色新生活”活动启动仪式在金融街主题公园广场举行。该活动面向全区广大职工群众开展，将持续到11月结束，中间历时8个月。

活动现场，市总工会副主席潘建新，区领导陈宁、俞强、沙秀华等出席活动。区总工会党组书记、主席李会增主持启动仪式。

副区长陈宁首先代表区委、区政府向活动的举办表示热烈祝贺。她表示，近年来，区总工会围绕大力开展职工文体活动，丰富和保障职工精神文化生活，努力提高职工生活质量等方面做了大量工作，各类面向职工的文化体育活动蓬勃开展，形式多样、多彩的职工活动得到了各基层工会和广大职工群众的积极参与和欢迎。

她指出，今年，区总工会以提高职工文化修养，提升身体素质为目标，以满足职工需求为根本，在全区各级工会组织中开展“激情健步走·绿色新生活”健步走活动，目的就是倡导绿色科学、低碳环保的理念，倡导健康文明、乐观向上的生活方式。

她要求，要将“激情健步走·绿色新生活”健步走作为一个品牌运动项目在西城职工中坚持下去，同时要以此为契机，通过各项体育活动的开展，锻炼广大职工的身体、提高广大职工的生活质量、满足广大职工的精神需求、保持广大职工的良好工作状态，使他们在各自不同的岗位上为西城区率先全面建成小康社会、在建设国际一流和谐宜居之都进程中走在前列，做出各自的新的更大的贡献。

市总工会副主席潘建新宣布西城区2016年“激情健步走·绿色新生活”活动开始，以此拉开西城区职工健步走活动的序幕。

全民健身绿色生活人人参与

在现场，共有来自西城区各个行业的21家单位，500余名职工参与健步走活动启动仪式。此次健步走路线从启动仪式现场出发，沿阜成门南顺城街向北前行，终点至金融街购物广场东侧，全程耗时约30分钟。

什刹海街道工会服务站工作人员马



“激情健步走·绿色新生活”健步走活动开幕仪式

青和同事于函希一直走在队伍的前列。区别于以往在公园开展的健步走活动，此次活动将地点设在金融街地区，也是希望会员职工在自身实践全民健身绿色生活的同时，参观了解西城区经济发展。

“在繁华街巷的步道上和大家一起健步行还是第一次，这里的绿化很不错，感觉很有新意。每个路口都有工作人员指引，这里是工作区，又是休息日行人车辆很少，所以安全方面也不用担心。”马青告诉笔者。为了做好此次健步走活动，区总工会先后与金融街街道总工会、区直机关工会多次沟通，并到活动现场、路线上进行勘查了解情况。

据了解，马青和于函希所在的什刹海街道总工会也对“激情健步走·绿色新生活”的后续活动有了初步规划。“我们规划在七一期间，将重走胜利路等街道工会品牌活动与健步走活动做一个紧密结合，引导什刹海地区会员职工参与全民健身，并通过健步走活动了解学习党的知识。”什刹海街道工会相关负责人表示。

“激情健步走·绿色新生活”活动还将持续8个月，在此期间，各街道、系统和行业工会将组织各式各样和健步走相关的文体活动。

三年达到50%会员职工参与健步走

3月15日，区总工会“激情健步走·绿色新生活”健步走活动筹备会在区总工会四层会议室召开。笔者从会上获悉，区总工会着力打造健步走品牌活动，并将活动常态化，力争三年达到50%持“京卡”会员参与健步走活动。

活动现场还专门设置了4个展架，宣传介绍市总工会“健步121”APP，活动

现场，来自各行业的500余名职工代表还在现场设置的号召绿色生活的横幅上签名留念。

筹备会上，区总工会党组书记、主席李会增要求各单位要通过健步走活动，积极鼓励职工群众加入市总工会搭建的健身锻炼、相互交流、资讯服务为一体的健步走平台“健步121”APP，不断提升“健步121”APP使用率，力争用三年的时间达到50%的持“京卡”职工参与到健步走活动。

据悉，“健步121”APP有别于市场上普通的运动APP，为工会会员提供了专享服务。在功能设计上，为工会会员建立了属于自己的走步圈，实名显示聊天信息，同时提供专属于工会会员的会员奖励，按照排名给予电子E卡、电影券、体质测试、健康体检等奖励。

用手机注册登录“健步121”APP后，软件立刻显示出“开始计步、健康管理、计步排名、公共晒场、新鲜微讯”等多项功能。据介绍，“健步121”的最大特点是全程GPS定位，只有在户外运动才能记录步数，这就从技术手段上杜绝了室内活动产生里程信息，促使大家走到户外去运动。

对于工会会员用户来说，计步页面下方的地图可以显示用户的当前位置、运动轨迹，还可将计步情况上传至云端进行分享，并统计每月、每季度、每年度的计步情况。折线图更是让一个月的走步情况一目了然，偷没偷懒软件都能记着。

此外，“健步121”的最大特点是可以在“走步圈”内发布健走邀请，等待其他会员的响应，邀请消息在会员专享区内完全公开，得到其他会员响应后，可自助建立“走步群”。



西城区副区长陈宁（中）和区总工会主席李会增（左一）参加健步走活动



健步走活动中的职工



华天饮食公司职工参加健步走活动

Let's go!