



## 2016首都职工健步走活动



□本报记者 周世杰周美玉 孙妍 摄影报道

昨天上午8点,“健步121 绿色好生活”2016年首都职工健步走(朝阳站)暨北京市民健康走跑系列活动在奥林匹克公园举行。随着发令枪一声鸣响,来自全市各行各业的3000多名职工开始了近10公里的健步里程。市人大常委会副主任、市总工会主席牛有成,市总工会、市体育局、朝阳区委、区政府相关领导参加了此次活动。

参加健步走的3000多名职工有劳动模范代表、使用“健步121”手机APP排名靠前的“健步达人”代表等。“首都职工健步走活动”形象大使,北京电视台主持人曹一楠、陆放走在了健步走队伍前方。通过亲身参与健步走活动,用自己的行动践行绿色出行理念。途中,健步爱好者不仅能够欣赏初春美景,还能根据主办方在沿途留下的二维码,完成健步任务。

2015年3月,为方便职工随时随地参加健步走,引导职工绿色出行,市总工会自主开发了“健步121”手机APP,经过一年的时间,此款APP已经被全市广大职工广泛使用。据统计,一年

来,全市几十万职工积极参与了线上、线下的健步走活动。

海淀区环境卫生服务工会的何女士是“健步121”手机APP的忠实“粉丝”,“自从下载这个软件后,每天都走8公里左右。好朋友之间也会互相比较、互相敦促。”何女士说:“用了这个软件半年以来,感觉身体素质好了很多,生活规律了,睡眠也好了,工作效率也提高很多。”来自朝阳区八里庄街道的全国劳模李高峰也是一位“健步达人”,“坚持长走有很多好处,10公里走下来神清气爽,一点儿不会觉得累。”李高峰说。

今后,市总工会还将以“健步121”手机APP为载体和辅助工具,采取职工“线上、线下”健步走活动互相配合的形式,在全市工会组织和职工中深入开展健步走活动,并通过不断完善和丰富“健步121”手机APP的服务功能,为全市广大职工和市民健步走活动提供更多、更好的支持服务,广大职工通过积极参加健步走活动,在不断提高自身健康水平的同时,为北京增添更多的蓝天做出贡献。

