



## 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。

