机关分工会关于举办2022年7月“庆祝党的生日”

体育锻炼打卡活动的通知

机关各部门工会及工会小组：

       为贯彻落实习近平总书记“落实全民健身国家战略，不断提高人民健康水平”精神，以饱满精神和健康体魄庆祝党的生日，增强机关教职工强身健体意识，形成良好运动习惯，展现机关干部精神风貌，机关分工会决定在2022年7月开展“庆祝党的生日”体育锻炼打卡活动。现将有关事项通知如下：

     一、活动对象

机关分工会会员（会员关系归属于机关分工会）。

       二、活动形式

参加活动者使用智能手表、手环或在手机运动软件记录，在2022年7月1-31日期间坚持体育锻炼，达成以下两个目标之一：

1、运动能量消耗累计不少于6000千卡（含6000千卡），运动形式及运动次数不限；

2、累计跑步里程不少于50公里，平均配速不低于12分钟/公里，运动次数不限。

      三、参加办法

1．机关分工会会员（即在职教职工，会员关系须属于机关分工会）均可报名，报名人数不限，报名请联系所在的部门工会或工会小组。本次活动只接受各部门工会或工会小组统一报名（报名资料请填入附件，各部门工会或工会小组统计用）。

2. 参加者需提供能证明本人活动期间运动能量总消耗或跑步总里程的截图，并按要求发送至所在部门工会或工会小组联系人审核、汇总。

3．请各部门工会或工会小组协助发动本单位教职工积极参加，建议建立各部门工会或工会小组运动打卡群，每日分享，互相鼓励，坚持运动，形成良好运动习惯。

4.8月1日活动结束后，由各部门工会或工会小组负责核对并汇总本单位教职工体育锻炼能量消耗要求的参加者截图（以“单位名称+姓名”格式命名，每位参加活动的教职工一个文件夹或者文件压缩包），并填写附件打卡情况汇总表（电子版）发送到指定工作邮箱zhonglil@mail.sysu.edu.cn。邮件抬头请注明“单位名称+2022年7月“庆祝党的生日”体育锻炼打卡活动记录汇总”。

四、时间安排

运动打卡时间：2022年7月1-31日。

邮件接收截止时间：2022年8月15日。

五、奖励办法

所有报名参加活动的会员，运动能量消耗或跑步里程累计数达到及超过活动要求者将获得机关分工会准备的活动纪念品。

六、注意事项

1．参加者健康状况良好，进行体育锻炼要根据场地状况和自身条件量力而行，风险和责任由参与者自负。

2．运动能量消耗打卡记录是否正常由参与者本人负责检查，因此造成的打卡无效由参与者自负。

3．参与者需对打卡截图的真实性负责，一旦发现舞弊行为，立即取消活动参加资格。

七、活动组织

主办方：机关分工会

      主办方联系人、联系电话：李 玮（020-84110787，13660248312）、 余 菁（020-87331643，18602073609），钟莉莉（020-84111685，13826059796）。

附件：1.机关分工会2022年7月“庆祝党的生日”体育锻炼打

卡活动情况汇总表

2. 机关分工会2022年7月“庆祝党的生日”体育锻炼打

卡活动纪念品签收表（模板）

机关分工会

                2022年6月30日