

# 中国营养学会

中营学发〔2025〕9号

## 关于开展2025年全民营养周活动的通知

各省（自治区、直辖市）、市、县营养学会、营养师协会及相关单位：

全民营养周活动是贯彻落实国务院《健康中国行动（2019-2030年）》《国民营养计划（2017-2030年）》的重要举措，自2015年创办以来，已连续成功举办十届。2025年是第十一届全民营养周，也是全民营养周创办十周年，按照国民营养健康指导委员会办公室统一部署，中国营养学会牵头组织落实2025年全民营养周活动，深入推进合理膳食专项行动，提高全民营养意识，提倡健康生活方式。

现将有关事宜通知如下：

### 一、活动时间

2025年5月17-23日

### 二、传播主题和活动口号

2025年传播主题：吃动平衡 健康体重 全民行动

全民营养周口号：健康中国 营养先行

全民营养周标识：永久标识，如下图所示



2025 年全民营养周主要任务为：贯彻落实《健康中国行动（2019-2030 年）》《国民营养计划（2017-2030 年）》，结合《“体重管理年”活动实施方案》，推广普及《中国居民膳食指南（2022）》、《成人肥胖食养指南（2024 年版）》等，倡导吃动平衡、保持健康体重、引导全民参与。鼓励基层卫生工作者（包括营养师和营养指导人员）结合工作需要及患者实际，运用膳食指南、食养指南等辅助预防和改善肥胖及相关慢性病。

2025 年全民营养周活动在传播主题“吃动平衡 健康体重 全民行动”的基础上，强调能量平衡，并结合我国居民不同年龄段的食物消费存在的问题、体重控制常见误区等，鼓励蔬菜、水果和全谷物的摄入，持续宣传“增豆、加奶”，提倡用水产品代替部分畜肉类食品，学会阅读和使用营养标签，坚持科学运动、保持健康体重等一系列关键信息。

### 三、主要活动安排

#### （一）国家层面

##### 1. 工具包制作和开发

围绕 2025 年全民营养周传播主题，设计制作主题标识和知识传播工具包。将于近期通过中国营养学会官网和微信公众号“中国营养界”“中国好营养”向社会公布知识传播工具包，提供优质科普短视频、折页、海报、图文等资源，供全国各地全民营养周参与单位下载使用。

##### 2. 2025 年全民营养周主场启动仪式

2025 年全民营养周暨“5·20”中国学生营养日主场启

启动仪式拟于5月中旬举行。届时将邀请国民营养健康指导委员会、国家食物与营养咨询委员会等相关负责同志，以及学术机构、社会团体、行业、企业、新闻媒体等各界代表、各地营养师代表出席。

启动仪式的目的是向全国居民解读2025年全民营养周和“5·20”中国学生营养日传播主题及关键信息，推广普及中国居民膳食指南核心内容，动员社会各界参与吃动平衡、健康体重活动，争做健康中国人。

### 3. 组织发动主题传播活动

以号召社会各界和大众参与为目标，做好策划和社会动员。开展多种以“吃动平衡 健康体重 全民行动”为传播主题的线上线下活动，包括组织召开第七届全国营养科普大会，举办系列科学公开课和专题公益宣讲，通过吃动平衡教育活动、评选健康达人、膳食搭配比赛、晒晒我的餐盘、我的健康我做主等方式吸引群众参与，推动合理膳食——居民早餐营养健康模式等项目落地，共同促进居民营养健康状况的改善。

#### （二）地方层面

各地学会组织可参照国家层面活动方案，围绕本次全民营养周和“5·20”中国学生营养日传播主题，组织动员广大营养健康科技工作者、营养师、营养指导员等发挥主力军作用，自定形式，开展丰富多彩、形式多样、群众互动性强的线上线下传播活动，形成重大活动科学引领、各地活动各显特色、社会各界积极参与、多种媒体广泛传播、科普活动

遍及城乡的良好氛围，提升全民营养周的社会影响力和全民参与度。

#### 四、实施要求

##### （一）加强组织领导，统一联动

建议各级营养学会、营养师协会及相关单位制定本省全民营养周活动计划，使用统一的全民营养周标识、口号和2025年传播主题标识和宣传语，带动全社会共同参与和促进营养健康科普宣教活动，形成上下统一联动的宣传氛围。

##### （二）专家学者引领，科学宣教

充分发挥营养专家学者、营养师、疾控人员、医务人员、营养宣传志愿者等专业和行业队伍作用，推广预防超重肥胖的预防、减重和肥胖的治疗方法等，并带动更多居民参与其中，不断提升各年龄组健康体重知识的知晓率、体重控制措施的行动率。

##### （三）推动大众参与，形式多样

开展丰富多彩、形式多样、群众互动性强的传播活动，积极创新方式方法，强化精准传播与参与互动，大力推动健康中国-合理膳食行动落实。

#### 五、活动总结

为了更好地总结2025年全民营养周教育活动情况，2025年7月1日起，各活动举办单位可通过中国营养学会官网全民营养周专栏（[www.cnsoc.org](http://www.cnsoc.org)）报送本省、本单位活动总结。

#### 六、联系方式

联系人：虞老师、孙老师

电 话：010-83554781-805/808

邮 箱：nnw@cnsoc.org

