附件4

健康体重征文大赛实施方案

为促进参赛人员交流互动，分享健康生活方式知识和技能，活动期间举办健康体重征文大赛，参赛人员可登录平台参与投稿和投票。本比赛限于参加健康体重大众赛和体重管理精英赛的参赛人员。

一、活动时间

征集时间：2025年7月28日-2025年9月15日

投票时间：2025年9月15日-2025年9月25日

公布时间：2025年9-10月

二、活动主题、内容

以“健康体重，全民行动”为主题，投稿需围绕健康体重、健康生活方式、科学健身、三减三健等内容。

三、参赛作品投稿、投票要求

（一）征文题目自拟，文章体裁、形式不限，要求内容积极向上，文字通顺流畅，逻辑清晰。

（二）一个ID有5次投稿机会，即参赛人员使用一个ID可以提供5个参赛作品。

（三）作品中如含有其它网站名称、水印、网址等涉及广告宣传嫌疑，或违反国家法律法规的内容，平台将予以删除。

（四）登录活动平台，进入征文大赛页面，点击“投稿”，编辑个人作品可进行投稿。

（五）登录活动平台，进入征文大赛页面，即可为欣赏的作品投票。每人每天可为5篇作品投票，每篇作品限投1票。

四、奖项评定

征文大赛结束后，根据投票排名及专家评审结果，最终评选出20名获奖作品并给予奖励。