

上师姐妹花，健康走起来！

——致全校女教职工的倡议书

全体女教职工们、姐妹们：

为了贯彻落实党的“十九大”关于实施健康中国的战略，响应国家建设美丽中国、广泛开展全民健身运动的号召，树立绿色生活、低碳出行的理念，展示师大女教职工聪慧时尚、自信坚韧、创新进取的美丽风采，促进师大女教职工的身心健康，我们倡议：

走起来，走近魅力自然。无论您在教学科研还是管理服务岗位，室内多半是您逗留最久的地方，伏案、久坐多半是您日常的姿态。我们建议您走近自然，听一听风与树叶的动人对话，看一看花开花落的美好景致。

走起来，走出绿色生态。健走不仅是一种运动方式，更是一种生活态度。让我们少开一天车，多走一站路，以最环保的出行方式，为上海的天更蓝、水更清，为美丽中国建设作出自己的贡献。

走起来，走向健康快乐。健走的益处众所周知，让我们迈开脚步、甩开臂膀，把健康和快乐的自主权牢牢地掌握在自己的手中，在行走中提高运动能力、抗病能力，在锻炼中提神醒脑、疏解压力，在汗水中塑造曼妙身姿、优雅气质。

每天锻炼一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子。我健康，我美丽，我快乐。走起来吧，姐妹们！

校妇委会、工会

校女教授女干部联谊会

校优秀女青年教师联谊会

2017年11月10日