

附件

系列活动一：“战‘疫’情，不虚度”运动分享活动

一、活动时间：2020年3月9日至3月19日

二、参与对象：全校学生

三、活动要求：

1、鼓励宅在家里的同学们都运动起来，以健康的氛围影响同学和朋友，传递乐观向上的精神力量。通过拍摄在家锻炼的运动小视频“秀”出自己的特长。

2、参与者需提前扫码加“大学生心理健康协会”为QQ好友。



3、参与者在QQ空间分享自己的运动视频，并@大学生心理健康协会。

5、届时，校心协将作品收集、整合后，发布在“校心协QQ空间”和“徐工院心理驿站”微信公众号，并从参与者中随机抽取若干名幸运同学送出奖品。

系列活动二：小口罩，大创造——口罩DIY大赛

一、活动时间：2020年3月16日至4月5日

二、参与对象：全校学生

三、活动要求：

1、内容要体现疫情状态下自己积极向上的态度应对当下的学习和生活。

2、制作属于自己风格的口罩，可选用各种材料制作，也可进行口罩涂鸦。口罩制作完成后，拍下照片，将作品名字或主题水印在照片上，并发送至2208401551@qq.com邮箱，并备注学院、班级、姓名、联系方式。

3、口罩设计须原创亲手制作，抄袭者将取消参赛资格。

4、本次大赛将评选出一、二、三等奖若干。获奖作品将在“心协QQ空间”及“徐工院心理驿站”微信公众号推出，获奖者颁发获奖证书及精美奖品。

系列活动三：“疫情之后，梦你之想——我想对TA说”分享活动

一、活动时间：2020年3月20日至3月30日

二、参与对象：全校学生

三、活动要求：

1、参与者需提前扫码加“大学生心理健康协会”为QQ好友。



2、参与者在 QQ 空间写下自己疫情结束后最想做的事、最想见的人和最想对 TA 说的话，以说说的形式发布出来，并@大学生心理健康协会。

3、届时，校心协会收集并整合成视频发布在 QQ 空间和“徐工院心理驿站”微信公众号，并从中随机抽取若干名幸运同学送出奖品。

系列活动四：“逆境携行，你我同心”小视频制作大赛

一、活动时间：2020 年 3 月 30 日至 5 月 5 日

二、参与对象：全校学生

三、活动要求：

1、视频内容为疫情期间的所见所闻所想，可以是最真实的内心活动、鼓励的话语，也可以是关于疫情防控的小知识科普。

2、视频内容不得偏题，要有正能量，视频时长不超过三分钟。参赛者将作品发送至 2810297506@qq.com 邮箱，并备注学院、班级、姓名、联系方式。

3、视频内容须为原创，不得从网上直接搬运视频。

4、本次大赛将评选出一、二、三等奖若干。获奖作品将在“徐工院心理驿站”微信公众号推出，获奖者颁发获奖证书及精美奖品。

系列活动五：不“疫”样海报大赛

一、活动时间：2020 年 3 月 30 日至 5 月 5 日

二、参与对象：全校学生

三、活动要求：

1、通过手绘或电脑设计的形式制作一张海报。以当前抗疫为主题，图文并茂，文字要和海报主题一致，形式不限，内容积极向上。

2、电脑设计尺寸为 0.8m×1.8m，手绘画稿尺寸为 A3。作品右下角注明学院、班级、姓名、联系方式。参赛者将作品（电脑设计以图片格式、手绘作品以照片形式）发至 1343470839@qq.com 邮箱。

4、作品需为原创，抄袭者将取消参赛资格。

4、手绘作品请保留好纸质稿，开学后交至大学生健康教育中心（城南：公寓 1 号楼 1 楼；中心：大学生活动中心 108）。

5、本次大赛将评选出一、二、三等奖若干。获奖作品开学后将以海报的形式在校园内展出，获奖者颁发获奖证书及精美奖品。

系列活动六：“疫”表情，抗疫情——表情包设计大赛

一、活动时间：2020 年 4 月 13 日至 4 月 30 日

二、参与对象：全校学生

三、活动要求：

1、病毒蔓延如水火无情，但笑容更能传递你我，关照身边的家人、朋友甚至是陌生人，发送一个自己设计的专属表情包，向他们传递正能量。

2、参赛选手发挥自己的想象力，设计出以“逆境携行，你我同心”为主题的富有趣味性的表情包，可手绘，也可以电脑绘制打印，可单张可多个（即一连串表情），同时配以文字，须为原创，抄袭视为弃权。

3、参赛作品使用 A4 纸，右下角需注明作者学院、班级、姓名、联系方式。完成后将作品拍照发送至 907515093@qq.com 邮箱。

4、本次大赛将评选出一、二、三等奖若干。获奖作品将在“心协 QQ 空间”及“徐工院心理驿站”微信公众号推出，获奖者颁发获奖证书及精美奖品。

5、作品请保留好纸质稿，开学后交至大学生健康教育中心（城南：公寓 1 号楼 1 楼；中心：大学生活动中心 108）。

系列活动七：心理委员专题培训

为促进大学生之间的朋辈心理互助，充分发挥三级心理健康教育网络信息联动，尤其是班级心理委员的朋辈作用，大学生健康教育中心将开展心理委员专题培训，提高心理委员识别周围同学心理危机预警信号的能力，掌握相关应急处置方法。具体培训时间开学后另行通知。