**三明学院学生工作部(处)文件**

####

关于开展2020年“世界精神卫生日”宣传月活动的通知

各二级学院：

 为推进“三明三康”心理育人活动，加强人文关怀和心理疏导，着力培育师生理性平和、积极向上的健康心态，加强心理健康知识宣传，经研究，决定开展2020年“世界精神卫生日”宣传月活动。现将有关事项通知如下：

**一、活动主题**

弘扬抗疫精神，护佑心理健康

**二、活动对象**

全校师生

**三、活动时间**

2020年10月10日-10月30日

**四、主要活动项目**

（一）现场心理义诊

（二）心理沙龙一：辅导员心理沙龙

（三）心理沙龙二：电影赏析

（四）《解开抑郁的神秘面纱》现场讲座

（五）“一起运动吧”21天运动打卡

**五、活动要求**

1、请各学院高度重视，广泛宣传心理科普知识，提升学生心理知识的知晓率。

2、请各学院围绕“弘扬抗疫精神，护佑心理健康”主题，结合本院实际和学生特点，因需设项开展宣传。

3、请各学院充分利用各种宣传渠道，加强对活动的宣传报道力度。

**附件：**2020年“世界精神卫生日”宣传月活动方案

 学生工作部（处）

 2020年10月8日

|  |
| --- |
| 三明学院学生工作部（处） 2020年10月8日印发 |

附件

2020年“世界精神卫生日”宣传月活动方案

**（一）现场心理义诊活动**

 活动对象：全体在校师生

活动地点：南区篮球场（南区第一食堂前）

活动时间：10月15日15:00-18：00

 内容：量表心理测试、房树人绘画、现场活动宣传资料分发等。

**（二）心理沙龙一：辅导员心理沙龙活动**

活动对象：全体辅导员

活动地点：南区活动中心2楼会议室

活动时间：10月23日9:00-11:00

活动内容：请辅导员准备学生个案，进行现场工作经验交流。

**（三）心理沙龙二：心理成长协会电影赏析**

活动对象：心理成长协会会员

活动地点：理工一318

活动时间:10月23日19:00-21:00

活动内容：《肖申克的救赎》

**（四）《解开抑郁的神秘面纱》现场讲座**

活动对象：班级心理委员

活动时间：10月21日15:00-16:30

活动地点:图书馆学术报告厅

**（五）“一起运动吧”21天运动打卡活动**

 活动对象：全体在校生

 活动时间：10月10日至10月31日

活动步骤：

1、通过微信客户端对每日步行数进行截图打卡，在活动时间内，每次活动步行数超过10000步为达标。

2、依托易班、微博等新媒体平台发起“一起运动吧”网络打卡活动。网络打卡活动采取积分累进制，根据学生参与情况进行积分计算。打卡活动规则如下：每天完成一天打卡，加积分1分，获得易班@100网薪。累计积分14分、18分、21分分别给予鼓励性奖励。活动链接https://q.yiban.cn/app/index/appid/722432