附件

2017年“关爱生命，呵护心灵”5.25大学生心理健康文化月活动安排

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 日期 | 项目 | 简介 |
| 5月6、13日 | 阳光漫跑活动（东莞校区） | 运动可以有效改善情绪状态，运动可以增强生命活力。通过该活动传递生命在于运动的理念，倡导大学生适量运动，关注身体健康。 |
| 5月 9-10日 | “瓶中话，瓶中画”活动（广州校区） | 当代大学生，怀着对梦想和青春的美好憧憬，也会因为各个方面的压力疲惫不堪，变得不再谈笑风生、渐渐的沉默。但青春的心，需要去释放，通过该活动，帮助学生释放压力，认识自我，再度成长。 |
| 5月17日 | “暖心一抱，蜗牛慢递”活动（广州校区） | 本活动旨在给同学提供一个表达自己情感的平台以及传递正能，丰富同学们的课余生活，放松身心，让心中充满爱，传播着微笑面对生活的精神力量。 |
| 5月18日 | “5.25”心理游园活动（广州校区） | 希望将心理健康的知识和理念通过活泼、互动、参与、体验的方式传递给更多人。 |
| 5月20日 | 默契比拼活动（东莞校区） | 亲情、友情、爱情三大情感与人的一生缠绕在一起。爱情与友情对大学生的影响更为突出，默契比拼活动 是需要两人为一组参加的，可以是好友也能是情侣，只有顺利通过层层关卡的默契考验，才有机会获得拼图碎片，最终完成一幅完整的拼图。此活动意在拉近距离、加深情谊。 |
| 5月25日 | 心理健康开放日（东莞校区） | 主要包括五个板块的活动内容：1．心理游戏小摊位；2．心理知识宣传；3．开放式心理咨询服务；4．“生命树”海报展示（活动回顾）；5. 心理漫画优秀作品展示 |