心海导航——心理健康知识普及活动

2024年大学生心理健康季

通过举办系列讲座、普及心理健康知识，并通过举办知识竞赛提高大学生学习心理知识的积极性，激发大学生学习心理知识的兴趣，将所学心理健康知识应用于实践，不断提升自身心理素质，不断塑造保持健康积极心态。

1. **活动安排**

心理健康系列讲座：线上腾讯会议展开系列讲座。

心理健康知识竞赛：线上进行。

**二、活动内容**

心理健康系列讲座等待微信公众号平台发布讲座通知，届时可以通过腾讯会议线上参与讲座。

心理健康知识竞赛活动个人赛道：5月7日发布竞赛初赛试卷二维码或问卷星链接。北京市各高校在校生通过自主扫描二维码或问卷星链接参与竞赛，需准确填写个人信息后（应按照试卷内容规范填写，完整、准确地填写个人信息，个人信息不完整或有误者视为放弃参赛），进入答题界面。5月15日0点截止初赛答题。

**后续会发布心理健康系列讲座和心理健康知识竞赛活动具体消息。**