



کانون دانشجویی همیاران  
سلامت روان



دانشگاه صنعتی شریف



دانشگاه گیلان



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
سازمان امور دانشجویان  
دفتر مشاوره و سلامت

# مسابقه ملی سایکو ماسک

## برگزار کنندگان:

دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم تحقیقات و فناوری

اداره مشاوره دانشجویی و مرکز بهداشت و سلامت دانشگاه سمنان

مرکز مشاوره دانشجویی و مرکز بهداشت و درمان دانشگاه صنعتی شریف

کانون دانشجویی همیاران سلامت روان دانشگاه های سمنان و صنعتی شریف

دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم، تحقیقات و فناوری با مشارکت مراکز مشاوره دانشجویی و مرکز بهداشت و سلامت دانشگاه های سمنان و صنعتی شریف و با همکاری کانون های دانشجویی همیاران سلامت روان دو دانشگاه، "مسابقه ملی سایکو ماسک" (Psycho Mask) را با محوریت "سلامت روان و جسم" در موضوعات و قالب های تعیین شده ذیل برگزار می کند:

### **محورهای مسابقه:**

#### **الف- سلامت روان:**

- ۱- مسئولیت اجتماعی
- ۲- خودشفقتی و دگرشفقتی
- ۳- کرونا و خانواده
- ۴- کرونا و اختلالات روانی
- ۵- کرونا و آموزش مجازی
- ۶- کرونا و شادکامی
- ۷- پسا کرونا
- ۸- سواد سلامت روان
- ۹- تاب آوری

#### **ب- سلامت جسم:**

- ۱- خودمراقبتی و دگرمراقبتی
- ۲- قطع زنجیره انتقال و تعاملات اجتماعی
- ۳- کرونا، تغذیه و طب سنتی

۴- مدافعان سلامت

۵- کرونا و محیط زیست

۶- کرونا و زندگی دانشجویی

۷- کرونا، تحرک فیزیکی و ماندن در خانه

۸- شستشو، ضدعفونی؛ ایمنی یا سلامت

۹- شهروندی و بیماری مسری

### قالب های برگزاری مسابقه:

۱- کاریکاتور

۲- کاریکلماتور

۳- پوستر

۴- عکاسی

۵- طراحی

۶- موشن گرافی

۷- تایپوگرافی

۸- پادکست

۹- کلیپ

### الف- شرکت کنندگان:

۱- کلیه دانشجویان شاغل به تحصیل دانشگاه های تحت پوشش وزارت علوم، تحقیقات و

فناوری کشور که پس از ثبت نام و ارسال مدارک (تصویرکارت دانشجویی) مورد تایید قرار

گیرند.

۲- شرکت در مسابقات به صورت فردی و گروهی می باشد.

## ب) دبیرخانه:

محل دبیرخانه در اداره مشاوره دانشجویی دانشگاه سمنان خواهد بود.

## ج) هیات داوران:

\* هیات داوران متشکل از صاحب نظرانی از حوزه های تخصصی زیر خواهد بود:

۱- روانشناس

۲- پزشک

۳- عضو کانون دانشجویی همیاران سلامت روان دو دانشگاه سمنان و صنعتی شریف

۴- صاحب نظر در حوزه هنر

۵- صاحب نظر در حوزه ادبیات

## د) شرایط عمومی ثبت نام:

۱- تعداد افراد ثبت نام کننده گروهی ۳ نفر می باشد.

۲- ارائه تصویر کارت دانشجویی الزامی است.

## ه) روش ارسال آثار:

• آدرس پست الکترونیکی: [moshavereh@semnan.ac.ir](mailto:moshavereh@semnan.ac.ir)

• شماره تلگرام و واتس اپ: ۰۹۰۱۸۹۴۸۲۷۳

## و) راهنمای ارسال آثار:

- ۱- کیفیت آثار ارسالی مربوط به کلیپ، عکس و پوستر باید مناسب باشد.
- ۲- آثار نباید کپی از اثر دیگری باشد، در غیر این صورت رد خواهد شد.
- ۳- فرمت آثار پوستر و عکس jpg باشد و نهایتاً حجم آن ۱۰ مگابایت باشد.
- الف- عکس ها می توانند به صورت تک عکس یا ترکیبی و مربوط به هم باشند.
- ۴- مدت زمان آثار ارسالی برای کلیپ حداکثر ۵ دقیقه باشد.

## توجه:

- ۱- دانشجویان شرکت کننده موظفند همراه با آثار خود نام و نام خانوادگی، شماره همراه، شماره ملی، شماره دانشجویی و آدرس محل سکونت و کد پستی محل سکونت خود را در فرم ثبت نام درج نموده و ارسال نمایند.
- ۲- تمام آثار ارسالی باید دارای "نام" باشند همچنین "محور" اثر توسط صاحب اثر مشخص شود.

## ز) جوایز بخش های مختلف مسابقات:

به نفرات برتر هر قالب جوایز زیر تعلق می گیرد:

نفر اول: ۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال

نفر دوم: ۴/۰۰۰/۰۰۰ ریال

نفر سوم: ۳/۰۰۰/۰۰۰ ریال

## فرم ثبت نام:

انتخاب و داوری آثار: ۱۵ آذر

مهلت دریافت آثار: تا ۳۰ آبان

اعلام نتایج: ۱۶ آذر

### تصویر کارت دانشجویی


دانشجوی گرامی لطفا موارد زیر را تکمیل نمایید.

موضوع اثر:	سلامت جسم:	محور اثر: سلامت روان:
کاریکاتور:	طراحی:	عکس:
پادگست:	کلیپ:	کاریکلماتور:
پوستر:	نایبو گرافی:	موشن گرافی:

## فرم ثبت نام شرکت در مسابقه سایکو ماسک به صورت فردی و گروهی

ردیف	نام و نام خانوادگی دانشجو	شماره دانشجویی	رشته تحصیلی	نام دانشگاه / موسسه	کد ملی	شماره همراه	آدرس	کد پستی

جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانید با کارشناس اداره مشاوره، **سرکار خانم رحمانیان**، از طریق شماره های ذیل تماس حاصل نمایید.

۰۲۳ - ۳۱۵۳۲۵۰۳

روش ارسال آثار: الف - آدرس پست الکترونیکی: [moshavereh@semnan.ac.ir](mailto:moshavereh@semnan.ac.ir) یا تلگرام و واتس اپ : ۰۹۰۱۸۹۴۸۲۷۳