

共青团云南省委

共青团云南省委关于开展2023年 “轻松备考·12355与你同行”活动的通知

各州（市）团委：

为深化12355品牌建设，充分发挥12355青少年服务台服务青少年的桥梁纽带作用，为即将中高考的学生及家长提供考前轻松备考、考后缓解心理压力等方面的咨询服务，团省委结合工作实际，定于2023年3月—7月集中开展以“轻松备考·12355与你同行”为主题的减压行动，现将有关事项通知如下。

一、活动内容

（一）开展中高考减压进校园、进社区活动。以12355青少年服务台联系的心理专家为主，依托服务青少年的实体阵地，主动走进学校和社区，开展针对中、高考学生的团体助考辅导活动和其他减压讲座、心理辅导、团队培训、家长沙龙等活动。同时，可邀请经历过中高考的学长学姐分享学习心得和考试经验，帮助考生轻松备考。

（二）开设“中高考减压专线”。云南昆明“12355”全国区域中心和其他有条件的服务台在5—7月专门开通“中高考减压热线”，组织专业力量，增加接线人员，满足考生、家长咨询需求。针对考前状态不佳且经过热线心理咨询无法缓解的考

生，有条件的服务台可安排心理专家提供一对一的当面咨询服务，帮助考生以最佳的状态迎接中高考。

（三）充分发挥12355综合服务站功能。结合12355服务站点建设工作，以项目运作方式联系社会组织和专业人才，扩大服务对象覆盖面，加大对易地搬迁集中安置点青少年考生、留守儿童、困难家庭学生的服务力度。

（四）有条件的州（市）可通过微博、微信公众号等多种新媒体形式创新开展工作，拓展线上及线下服务领域，州（市）团委要组织专家进驻云青护小程序，做好云南昆明“12355”服务台、云青护微信小程序宣传工作，共享中高考减压专项咨询的专家资源和专业服务。

二、活动步骤

（一）第一阶段（3月中旬—4月下旬）。以线下活动为主，为即将参加中高考考生及家长开展减压讲座、心理辅导、经验分享等活动。

（二）第二阶段（5月上旬—6月中旬）。以热线咨询和线上直播活动为主，重点解答考生及其家长的心理困惑。

（三）第三阶段（6月下旬—7月中旬）。为中高考考生及家长提供考后心理调试和志愿填报指导等活动。

三、工作要求

（一）高度重视，精心组织。各州（市）团委应结合本地实际，做好整体策划、协调、督导工作，创新活动形式，注重服务效果，联系职能部门、社会组织、专家资源形成合力。

（二）加强宣传，及时总结。活动期间，请及时报送动态信息，各州（市）推荐和提供不少于3条活动信息至团省委权益部。

联系人：刘晨辉

联系电话：0871—63995451

电子邮箱：yntswqyb@163.com

