共青团云南省委

# 共青团云南省委关于开展2022年中高考减压及“青春自护·有你有我”青少年自护教育活动的通知

各州（市）团委:

为深化12355品牌建设，切实为广大青少年办实事，根据工作安排，将继续做好中高考减压和2022年暑假、寒假青少年自护教育活动，现将有关事项通知如下。

## 一、开展“轻松备考·12355与你同行”活动

充分发挥12355青少年服务台的心理专业优势，为面临中高考的学生及家长提供缓解心理压力、轻松备考等方面的咨询服务，定于5—7月集中开展以“轻松备考·12355与你同行”为主题的中高考减压行动。

（一）以服务台联系的心理专家为主，依托服务青少年的实体阵地，主动对接教育部门，走进学校、社区等场所，开展针对中、高考年级考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；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，帮助考生备考。

（二）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。

（三）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、以及受新冠肺炎疫情影响的青少年考生的服务力度。

（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，线上各州（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、开展“青春自护·有你有我”青少年自护教育活动**

针对青少年人身安全事故高发的情况，进一步增强青少年，尤其是困境儿童、留守儿童等重点群体自护意识和能力，聚焦防不法侵害教育、防意外伤害教育、自然灾害自救教育、心理健康教育、网络素养教育、卫生健康教育六大领域开展10类专项活动，引导青少年提高自我保护意识以及保护自身安全、维护自身权益的能力。

（一）“青春自护·防拐卖专项活动”。建议重点针对留守少年儿童，帮助他们学习识别诱拐诱骗手段、遭遇拐卖后自救方法以及国家相关法律规定等，帮助其提高防拐意识和发现报告能力。

（二）“青春自护·防校园欺凌专项活动”。建议重点针

对在校中小学生开展。帮助学生认识哪些行为属于校园欺凌，校园欺凌会造成哪些危害、产生哪些法律后果，当遭遇校园欺凌、暴力时该如何应对等内容，提高学生辨别是非和自我保护、自我防范的能力。

（三）“青春自护·防网络沉迷专项活动”。建议重点针对 14—17 岁未成年人，面向外来务工人员子女、留守儿童开展。围绕网络安全意识教育、网络防沉迷尤其是防游戏沉迷，通过反面案例警示教育、正面网络使用教育等，引导青少年健康上网。

（四）“青春自护·网络安全专项活动”。建议重点在电信网络诈骗案高发地区开展。帮助青少年了解个人隐私泄露、 网络校园贷、网络诈骗等常见网络安全风险，提升甄别和防范能力。

（五）“青春自护·新冠肺炎疫情防控专项活动”。建议全面覆盖。强化青少年的防护意识和自觉，帮助其掌握基本的防护手段。

（六）“青春自护·防溺水专项活动”。建议重点在沿江地区、河湖较多的内陆地区以及野泳事故高发地区开展。加强防溺水安全知识和急救方法的教育宣讲，强化青少年及其监护人防溺水的自觉性和识别险情、遇险逃生能力，防范和减少溺

水事故发生。

（七）“青春自护·交通出行安全专项活动”。结合交通事故和交通违法行为，对青少年进行安全警示教育，鼓励青少年带头遵守交通法律法规，安全出行。

（八）“青春自护·青春期心理调适专项活动”。围绕青少年在成长过程中面临的学业压力、集体融入、社会交往、家庭经济等现实问题开展。帮助青少年了解身心成长规律，提升情绪调节能力，提高抗压受挫能力，增强生命意义感，塑造积极健康的心理品质。

（九）“青春自护·用电防火专项活动”。建议重点针对留守儿童以及假期独自居家的青少年开展。开展用电防火安全教育，提高青少年消防安全意识和火灾自防自救能力。

（十）“青春自护·地质灾害应急避险专项活动”。着重开展地震、泥石流、雪崩等地质灾害发生时自救实战演练，帮助青少年掌握必备的应急知识和技能。

## 三、工作要求

（一）高度重视，精心组织。各州（市）团委应给予指导，全年常态化围绕六大领域开展自护教育活动，结合本地实际，可从十类专项重点选择部分项目精心设计开展活动。要加强纵向动员和横向联动，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）形式多样，加大宣传。结合当地实际，可利用12355综合服务站、青少年维权岗、权益示范项目、“为了明天”等渠道，通过青少年喜欢的形式进行宣传，扩大宣传覆盖面，切实帮助青少年提升自护意识和自护能力。

（三）重视成果，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。请各州（市）团委认真总结工作情况，并于**2022年8月23日前将活动情况及相关数据**报送至团省委权益部（邮箱：yntswqyb@163.com）。

共青团云南省委

2022年5月10日

（联系人及电话：马英杰，0871—63995451）