**心理健康月系列活动之十二丢掉烦恼活动**

**心理月健康系列活动“丢掉烦恼”新闻稿**

**——翔宇航空产业学院**

2024年5月15日晚，由我校心理健康教育与咨询中心主办，翔宇航空产业学院承办了本次“投篮”为主题的活动，本次活动在操场举办，并邀请全体学生参与。

这次活动提供了良好的游戏环境，投篮活动让许多同学都跃跃欲试，同时我们设置的奖品也激发了同学们的参与兴趣。游戏开始进行，同学们通过在便利贴上写下自己的烦恼获得一个小球，进行投篮，丢进垃圾桶可获得一次抽奖机会获得不同的奖品，没有套中也能获得参与奖，即使临近黄昏，也可以看见非常多的同学踊跃参加，在活动现场，正在参与游戏的同学们摩拳擦掌，各个使出浑身解数，投篮方法层出不穷，姿势也是五花八门，在一旁排队等待和围观的同学们一边欢呼着，一边交流着投篮心得，活动氛围十分热烈，时常响起阵阵喝彩声。小小的垃圾桶装满了同学们的“烦恼垃圾”，不仅让大家都沉浸在投篮的快乐氛围中，而且这也使得本次活动取得圆满成功。

本次活动旨在丰富在笑学生的精神文化疏解同学的学习压力，为营造一种生动活泼，积极向上的氛围。

