

重庆市护理学会文件

渝护办【2026】016号

重庆市护理学会 关于第一阶段征集科普视频活动的通知

各会员单位：

为全方位展现护理行业风采、普及专业康养科普知识、传递护理行业正能量，丰富护理文化传播载体，进一步提升护理行业社会影响力，重庆市护理学会现面向各会员单位开展护理科普视频征集活动。本次征集作品将择优推荐至重庆晨报等平台展示传播。

本次征集围绕近日节气养生、护理毕业季、护理职业风采三大核心主题开展，欢迎各单位积极组织护理人员踊跃投稿，以镜头记录护理温度、传播专业力量、讲述白衣行业故事。现将具体征集事宜通知如下：

一、征稿主题及内容方向

（一）节气康养科普主题（以夏至为例）

1. 护士专属夏季防暑养护课堂：针对夏季高温高发的中暑、空调病、湿热体质等问题，以科普视频形式，直观演示居家防暑、日常养生、体质调理的实操方法，内容简单易懂、可直接借鉴。

2. 夏至养生三宜忌科普：围绕夏至饮食、作息、祛湿三大养生核心，结合护理专业知识讲解科学养生要点，适配全年龄段大众学习参考。

3. 夏日身心康养小妙招：聚焦夏季燥热心烦、情绪浮躁、睡眠不佳等常见问题，分享护理专业的情绪调节、身心舒缓、静心康养实用技巧，服务大众日常健康管理。

（二）盛夏毕业季·逐光白衣主题

1. 从学子到白衣，护理新人成长纪实：以视频形式记录护理专业毕业生离校、岗前培训、步入临床的蜕变过程，展现新一代护理人的成长与初心。

2. 白衣前辈毕业季寄语：由资深护理工作者录制寄语科普视频，传承护理职业初心与行业精神，为应届护理毕业生赋能鼓劲。

3. 以青春赴使命，以白衣护苍生：聚焦青年护理从业者，通过镜头展现青年护士的职业理想、责任担当，彰显新生代护理力量。

4. 护理新人入行科普指南：以干货科普形式，讲解新护士岗位适应、临床实操避坑、职业心态调整等实用入行知识，助力新人快速成长。

(三) 职业风采·白衣担当主题

1. 护理十二时辰——坚守的白衣日常：采用延时拍摄、纪实跟拍形式，完整记录护士一日岗位工作，真实展现护理岗位日常与坚守担当。

2. 护理硬核科普：打破大众认知误区：针对大众常见的护理误区、居家康养盲点、日常照护疑点进行专业科普，普及权威、实用的护理健康知识。

3. 解读白衣担当，诠释护理使命：结合行业规范与专业标准，科普护理职业价值、岗位职责与行业使命，拉近大众与护理行业的距离。

4. 多科室白衣风采展示：分别拍摄急诊、儿科、老年科、手术室等不同科室护理工作场景，展现不同岗位护理人的专业坚守与医者初心。

二、视频作品要求

(一) 原创合规

所有投稿视频须为原创作品，严禁抄袭、搬运、剪辑他人素材、洗稿等行为，文责自负。视频内容不得包含虚假、低俗、广告、违规及违背公序良俗内容。投稿作品即视为授权重庆市护理学会无偿用于公益科普、平台展播、行业宣传，不另付稿酬。

(二) 贴合主题



视频内容围绕本次三大征集主题，贴合护理专业特色，内容真实鲜活、积极正向，兼具专业性、通俗性、科普性、传播性，适合大众观看与新媒体传播。

（三）画面规范

1. 视频格式：统一为 MP4 通用格式；
2. 视频画质：分辨率 1080P 及以上，画面清晰、镜头稳定、无杂乱水印；
3. 音频字幕：声音清晰无杂音，全程配标准简体中文字幕；
4. 视频时长：控制在 3—5 分钟为宜，内容精炼、重点突出。

（四）内容规范

视频画面干净整洁、着装规范、形象端正，内容逻辑清晰、科普准确，无常识错误、无口误纰漏，符合医疗卫生科普宣传规范。

三、投稿说明

（一）征集对象

各会员单位及全体护理从业者

（二）报送要求

1. 截止时间：2026 年 7 月 30 日 17:00 前（逾期不予收录）
2. 报送邮箱：63606736@163.com
3. 报送材料：投稿视频文件+100 字以内作品简介，简介需

写明作品主题、科普亮点，所有投稿材料须经本单位护理部审核盖章。

4. 命名格式：单位名称+视频主题+作者姓名+联系电话

（三）录用展示

学会将组织专人对投稿视频开展筛选审核，遴选优质科普作品，择优在重庆市护理学会官方平台、重庆晨报等官方宣传渠道推送展播，普及护理科普知识，展示护理从业者风采，提升各参赛单位及作者个人行业知名度。

四、工作要求

请各会员单位重视本次作品征稿活动，积极动员护理人员参与投稿，挖掘身边优质素材、讲好护理故事，积极传播护理专业价值与行业正能量，共同打造积极向上、温暖专业的护理行业文化氛围。

各单位须落实前置审核责任，严格做好投稿内容把关，所有报送作品均需完成护理部盖章流程后方可提交。

