



## உலக மனநல தினம்

### பள்ளிகளுக்கிடையேயான ஓவியப் போட்டி & ரீல் மேக்கிங் போட்டி

அன்புள்ள பள்ளி முதல்வர்/ நிருபர்,

வாழ்த்துக்கள்! "உலக மனநல நாள்" கொண்டாட்டத்தின் ஒரு பகுதியாக, **SKS** மருத்துவமனை மற்றும் முதுகலை மருத்துவ நிறுவனத்தின் ஒரு அங்கமாக அமைந்துள்ள குழந்தைகள் மற்றும் இளம்பருவ மனநலத் துறை மையமான "**Pixie**", பள்ளிகளுக்கிடையேயான "ஓவியப் போட்டி" மற்றும் "ரீல் தயாரிக்கும் போட்டியை" நடத்துகிறது. சேலம் மற்றும் சுற்றியுள்ள பல்வேறு பள்ளி குழந்தைகள் மற்றும் இளம் பருவத்தினரிடையே மனநலம் குறித்த விழிப்புணர்வை ஊக்குவிக்கும் வகையில் இந்த நிகழ்ச்சி ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது. உங்கள் மாணவர்கள் இப்போட்டியில் ஆர்வமுடன் கலந்து கொண்டு பரிசுகளை வெல்லுமாறு கேட்டுக்கொள்கிறோம். நிகழ்வின் விவரங்கள் கீழே இணைக்கப்பட்டுள்ளன.

### ஓவியப் போட்டி:

நாள் : 20.10.2024, ஞாயிறு

நேரம்: காலை 10 மணி

இடம்: TRS கல்யாண மண்டபம், சேலம்

காலம்: 1 மணி நேரம்

### வகை-1

வகுப்பு: VI-VIII

தலைப்பு: "டிஜிட்டல் பாதுகாப்பு"

தலைப்பைப் பற்றிய விளக்கம்: கேஜெட்டுகள் மற்றும் சமூக ஊடகங்களைப் கையாலும்போது பயன்படுத்தப்பட வேண்டிய பல்வேறு பாதுகாப்பு உத்திகளைக் காட்சிப்படுத்துதல்.

## வகை-2

வகுப்பு: IX-XII

தலைப்பு : "மனநலக் களங்கத்தை உடைப்போம்"

தலைப்பைப் பற்றிய விளக்கம்: பள்ளிகளிலும் சமூகத்திலும் மனநலக் களங்கத்தை உடைக்க பல்வேறு வழிகளை வெளிப்படுத்துதல்.

ஒரு பள்ளிக்கு அதிகபட்ச பதிவுகள்: 10 (ஒவ்வொரு வகையிலும் 5 பதிவுகள்)

## வழிமுறைகள்:

1. எந்த வகையான ஓவியம் / வண்ணமும் வரவேற்கப்படுகிறது.
2. வரைவதற்கான பொருட்களை மாணவர்களே கொண்டு வர வேண்டும்.
3. வெள்ளை நிற சார்ட் (Chart) எங்களால் வழங்கப்படும்.

எங்கள் பிரதம விருந்தினர் ஒவ்வொரு பிரிவிலிருந்தும் 3 சிறந்த படைப்புகளைத் தேர்ந்தெடுத்து, "மனநல தினம்" கொண்டாட்ட நாளின் நிகழ்வின் போது மாணவர்களைக் கௌரவிப்பார்.

## பணப் பரிசுகள்: (ஒவ்வொரு வகைக்கும்)

முதல் பரிசு : ₹5000/-

2வது பரிசு : ₹3000/-

3வது பரிசு : ₹2000/-

- அனைத்து பங்கேற்பாளர்களும் தங்கள் பங்கேற்பிற்கான சான்றிதழ்களைப் பெறுவார்கள்.
- பதிவு செய்வதற்கான கடைசி தேதி: அக்டோபர் 13, 2024
- ஏதேனும் சந்தேகங்களுக்கு: திரு. சந்தோஷ், 7418489222-ஐ தொடர்பு கொள்ளவும்

## ரீல் தயாரிக்கும் போட்டி:

தலைப்பு: மனநல களங்கத்தை உடைத்தல்- பள்ளியில் மனநல உரையாடல்களை எவ்வாறு தொடங்குவது?

தகுதியான வகுப்பு: வகுப்பு VI முதல் XII வரை



## பணப் பரிசுகள்:

முதல் பரிசு	: ₹5000/-
2வது பரிசு	: ₹3000/-
3வது பரிசு	: ₹2000/-

## வழிமுறைகள்:

1. காணொளி பங்கேற்பாளரின் அசல் படைப்பாக இருக்க வேண்டும்.
2. காணொளி அதிகபட்சம் 90 வினாடிக்குள் இருக்க வேண்டும்
3. ஒவ்வொரு அணியிலும் அதிகபட்சமாக அதே பள்ளியைச் சேர்ந்த 6 மாணவர்கள் பங்கேற்கலாம்.
4. போட்டியில் பங்கேற்க அனுப்பும் முன் காணொளியின் உண்மைத்தன்மையை பள்ளி முதல்வர் பார்வையிட்டிருக்க வேண்டும்
5. ரீல் வீடியோக்கள் வரம்பு, பதிப்புரிமை, வர்த்தக முத்திரை மற்றும் விளம்பர உரிமைகள் அல்லது தனியுரிமை போன்ற எந்தவொரு மூன்றாம் தரப்பினரின் உரிமைகளையும் மீறக்கூடாது.
6. ரீல் வீடியோக்கள் அனைவருக்கும் ஏற்றதாக இருக்க வேண்டும். அதேபோல் காணொளிகள் வன்முறையாகவும், ஒழுக்கக் கேடானதாகவும், புண்படுத்தும் நோக்கத்துடனும், அநாகரிகமான பொருத்தமற்றதாகவும் இருக்கக் கூடாது.
7. ரீல் வீடியோவில் பள்ளியின் விவரங்கள், இலச்சனை(Logo), வர்த்தக முத்திரை, சேவை முத்திரை, நிறுவனத்தின் புகைப்படம் அல்லது இணையதளத்தின் மற்ற படங்களும் இடம்பெறக்கூடாது.
8. Camcorder/தொலைபேசியின் மூலம் வீடியோவை படமாக்கலாம் குறைந்தபட்ச தீர்மானம் 720p-க்குள் இருக்க வேண்டும்.
9. வீடியோக்கள் தமிழ், ஆங்கிலம் அல்லது இரண்டிலும் இருக்கலாம்.



10. வீடியோக்கள் 13 அக்டோபர் 2024, மாலை 5:00 மணிக்குள் குழு உறுப்பினர்களின் முழுப் பெயர், அவர்களின் வகுப்பு, பள்ளியின் பெயர், ரீல் எடுக்க வழிகாட்டிய ஆசிரியர்களின் பெயர் மற்றும் பங்கேற்பாளர்களின் தொலைபேசி எண் ஆகிய விவரங்களுடன் shinika.r@sksh.ac.in என்ற மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு அனுப்பப்பட வேண்டும்-
11. மின்னஞ்சலின் பொருள்- மனநல வீடியோ - "பள்ளி பெயர்" என்று இருக்க வேண்டும்.
12. தலைமை விருந்தினர்கள் ரீல்களை அதன் படைப்பாற்றல், அசல் தன்மை, காணொளியின் தெளிவு மற்றும் நேர வரம்பிற்குள் செய்தியை திறம்பட தெரிவித்தல் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் வெற்றியாளர்களை தேர்ந்தெடுப்பார்கள்.
13. வெற்றியாளர்கள் அக்டோபர் 20 ஆம் தேதி TRS கல்யாண மண்டபத்தில் நடைபெற உள்ள உலக மனநல தின கொண்டாட்டத்தின் போது அறிவிக்கப்படுவார்கள்.
14. மனநல விழிப்புணர்வை மேம்படுத்துவதற்காக வெற்றியாளர்களின் ஒரு சில படைப்புகள் மற்றும் சில தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ரீல்கள் SKS மருத்துவமனையின் சமூக ஊடக தளத்தின் மூலம் பரப்பப்படும்.

நன்றி மற்றும் அன்பான வணக்கங்கள்,

*Shinika*

**Dr Shinika R MD, DNB, PDF (குழந்தை மனநலம்),**

**துறை தலைவர்**

**குழந்தைகள் மற்றும் இளம்பருவ மனநலத் துறை,**

**SKS மருத்துவமனை & முதுகலை மருத்துவ நிறுவனம்,**

**சேலம்.**