

上海市护理学会

沪护会〔2026〕12号

关于举办上海市护理学会 第四届“护你健康”护理科普比赛的通知

各医疗机构护理部、上海市护理学会各专委会、各科普教育基地：

为贯彻落实健康中国和创新驱动发展战略，弘扬科学精神，普及健康知识，上海市护理学会将举办第四届“护你健康”护理科普比赛。比赛旨在以赛促建，扩大护理科普作品影响力，创新护理科普形式，培养护理科普人才，打造护理科普阵地，凝练上海护理科普品牌。现将有关事项通知如下：

一、比赛组织安排

1. 比赛时间

2026年4—9月

2. 参赛对象

上海市护理学会团体会员单位护理人员；上海市护理学会各专委会委员单位护理人员；上海市护理学会护理科普教育基地护理人员。

3. 比赛流程

(1) 分批报送作品：即日起至7月13日（详见报送方式）

(2) 初评：2026年7月

(3) 终评：暂定于2026年9月举行，具体事项另行通知。

二、参赛作品要求

1. **内容要求：**围绕健康促进、疾病预防控制、重点人群健康和专科护理等。要求主题明确，体现原创性、科学性、实用性和生动性。

2. 作品类别

(1) 科普图文

(2) 科普视频：①卡通动画类；②演绎类（含情景剧、舞台剧）；③真人讲解类（含脱口秀、Rap秀）；④微电影类

3. 作品要求

(1) 科普图文：须报送原创科普文章，内容选题不限，字数不超过2000字，可辅以图片、漫画等（仅可使用作者的原创图片）。同一图文作品，作者人数上限不超过3人，不设通讯作者。

(2) 科普视频：须报送原创作品。同一视频作品，作者人数上限不超过7人。视频要求具有完整性和真实性。画面要求清晰稳定，无失真，无明显噪波或杂波；无色彩突变，色温无明显偏差；音画同步无杂音，播放中各音频元素（配音、同期、背景音乐、音效等）无明显比例失调；不可添加水印。格式要求：视频画面比例为横屏16:9，竖屏9:16；视频分辨率为1080P；视

频格式：MP4（编码 H.264）；视频大小：200 MB 以内；视频时长：卡通动画类、真人讲解类（含脱口秀、Rap 秀）3 分钟内；演绎类（含情景剧、舞台剧）5 分钟内；微电影类 5~15 分钟内。叙事结构：清晰、流畅、完整，内容前后呼应，思想性、艺术性和观赏性相统一；符合大众普遍的思维逻辑，能够在短时间内认识并理解视频所表达的主旨。

（3）报送作品要求版权清晰，无知识产权纠纷。应对作品拥有独立、完整的著作权；不得使用 AI 生成的文字、配图、视频。允许主办方在著作权人的著作权保护期内，以复制、发行、展览、放映、信息网络传播等方式无偿使用，包括但不限于在上海市护理学会微信订阅号、服务号、视频号、抖音号、头条号、澎湃号、哔哩哔哩号、小红书号、官网等各媒体平台使用。违反国家法律、法规的图文或视频，或是主办方认为存在违反公序良俗、伦理要求的作品，将被取消参赛和展示资格。

（4）报送科普图文、科普视频作品须为原创首发，未曾在其他相关活动或比赛中获得奖项，未曾在各类媒体公开发表。

（5）作品中禁止出现任何单位名称、作者姓名等信息。作品中若涉及任何人员（包括但不限于医护人员、患者及相关家属等）形象、声音、病史等个人信息，必须事先获得作品中出现的每一位人员（包括但不限于医护人员、患者（或其法定监护人）及相关家属）的书面知情同意，且须上传《肖像权使用授权协议书》（请于申报个人端“个人首页”——“通知公告”中下载）以

供核实。此外，作品中须对相关内容进行充分有效的匿名化处理，确保无法识别特定患者身份。如因肖像权、隐私权及个人信息保护等产生的一切纠纷及责任，一律由作者（及其团队）承担。如因此给主办方造成任何损失的，作者（及其团队）将承担相应责任。

三、报送方式

1. 本活动仅接受电子版作品报送。上海市护理学会团体会员单位中，三级医疗机构可报送 3 项作品，二级医疗机构可报送 2 项作品，一级医疗机构可报送 1 项作品。上海市护理学会各专委会可报送 2 项作品。上海市护理学会科普教育基地可报送 2 项作品。

2. 由作者本人登录上海市护理学会项目综合管理平台个人端进行申报，项目名称请填写作品名称。同时上传《第四届“护你健康”护理科普比赛报送作品信息表》（请于个人端“个人首页”——“通知公告”中下载）盖章扫描件，医疗机构和科普教育基地报送须护理部盖章，学会专委会报送须主委签字。**作品提交后请及时提醒医院端管理员进行审核，逾期将不予受理。**

（1）个人端网址：<https://ims.micecube.com/>

登录账号：会员手机号，首次进入平台需通过发送验证码登录，登录后可修改密码。

（2）医院端网址：<https://ims.micecube.com//hos/login/index>

登录账号：医院名称，初始密码：123456，由管理员手机号发送验证码登录。

3. 报送时间

(1) 上海市护理学会团体会员单位、上海市护理学会各专委会和护理科普教育基地，请分别按指定时间段分批报送。各团体会员单位作品报送时间：即日起至2026年5月25日24:00。各专委会、护理科普教育基地作品报送时间：2026年6月15日—7月13日24:00。

(2) 报送材料电子版均不予退还，请自留底稿备份。

四、评选与表彰

本次比赛将评选出优秀作品奖若干，最终获奖名单及奖励办法另行通知。比赛评选出的优秀作品，将纳入上海市护理学会健康科普资源库，并在上海市护理学会相关平台进行推广展示。

五、联系方式

朱晓珺；吴紫薇 021-60196153；62580348

附件1：第四届“护你健康”护理科普比赛报送作品信息表

附件2：肖像权使用授权协议书

上海市护理学会

2026年4月9日