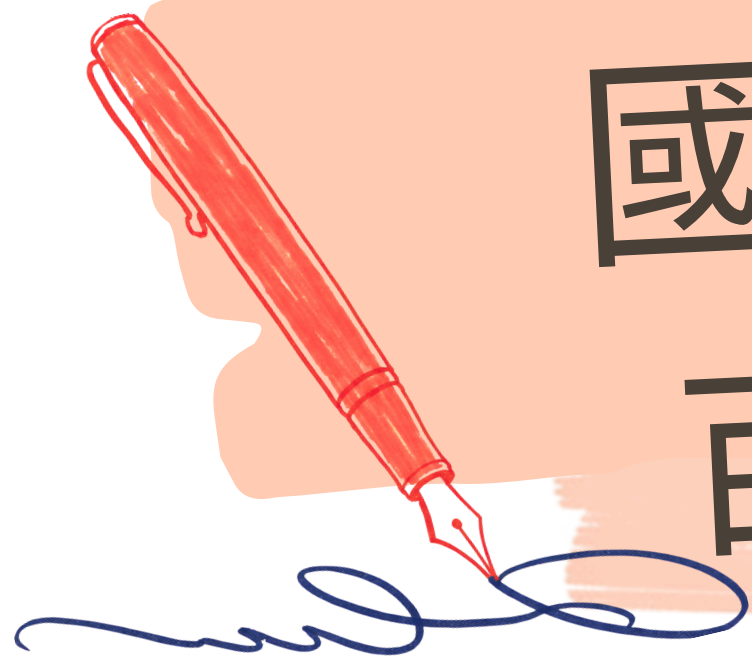


國立東石高級中學

百年校慶系列活動



百年校慶X輔導室
互動微型展
「東高人也太暖了吧！」

徵稿主題

在東高，你曾遇過哪些暖心時刻？邀請大家寫下校園裡互相幫忙的小故事，不論是曾感受到的暖心事蹟或人際互助經驗（如：有人幫忙買早餐、不舒服時同學直接說幫你做掃地工作、下午第一節老師多讓大家睡5分鐘...等。）

一起練習正向聚焦，發現身邊的美好，向校園中的人事物說聲謝謝！

活動宗旨

傳承百年友善校風，凝聚校園向心力：藉由百年校慶之契機，蒐集並具象化東石高中校園內之暖心事蹟，喚起師生對學校之情感連結，進一步深化與傳承本校友善、共好之核心文化。

徵稿與投票期程

徵稿日期：**115年10月26-11月18日**

投票日期：**115年11月25-12月18日**

投稿獎勵

1. 只要撰寫暖心故事並進行投稿，即可到輔導室扭蛋一次，有豐富的精美小禮品等著你。
2. 投票期間備有共鳴貼紙，供參觀師生於深受感動之故事旁黏貼標記。展期結束後，將統計獲迴響最高之前**5**名投稿者，除了頒發獎狀，更有紀念獎品以資鼓勵。
3. 參與投票者，也有投票支持獎勵，展期後由輔導室隨機抽出。

我的東高 暖心小發現

【填寫範例參考】

班級：高二 1 班

座號：12

姓名：王小明

日期：115 年 5 月 20 日

1. 今天在校園中，我感到最暖心的一件事是：

事蹟名稱：	桌上的匿名加油提神飲料與小紙條（考前衝刺的能量補充包）。
主角 / 對象：	導師陳達宏老師 & 同學張志豪。
觸動原因：	段考衝刺期壓力很大，早自習發現桌上有熱咖啡和鼓勵紙條，疲憊瞬間被治癒！

2. 這件事大概在講什麼？（請用 3~5 句話簡要描述經過）

（簡要描述經過範例）：

大考衝刺期，大家的壓力都很沉重，我也因為連續熬夜而情緒低落。沒想到早自習進教室時，看到桌上靜靜放著一份熱飲與加油卡片，上面寫著「你已經很努力了，我們一起加油！」。後來才知道是導師陳達宏老師和志豪悄悄準備給全班的驚喜，給了我很大的繼續堅持的力量！

3. 評估這件事的暖心指數與理由：

暖心指數刻度：不暖 ① ② ③ ④ 【**⑤ 超級暖心！**】

理由：在最焦慮、最辛苦的時刻，被身邊的人溫柔地關心著，給了我繼續堅持下去的勇氣。

4. 分享心中最想對他 / 她（或學校）說的一句話：

「感謝有你們一路相伴與鼓勵，有東高這群溫暖的師友，是我高中三年最幸福的事！」

5. ★ 自我肯定區：

給懂得觀察善意與表達感恩的自己打分數：★★★★★（滿分 5 顆星）

【我的東高暖心小發現】

◆「我的更高暖心小發現」+

班級：__班，	座號：__號，	姓名：____，	日期：115年__月__日，
---------	---------	----------	----------------

班級： _____ 座號： _____ 姓名： _____ 日期： _____ 年 _____ 月 _____ 日

1.今天在校園中,我感到最關心的一件事是:

第 10 章 数据库系统

	4
47	
48	
49	
50	
51	
52	
53	
54	
55	
56	
57	
58	
59	
60	

◆ 養生生活

41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

中国书画函授大学肇庆分校

41	42
43	44
45	46
47	48
49	50
51	52
53	54
55	56
57	58
59	60
61	62
63	64
65	66
67	68
69	70
71	72
73	74
75	76
77	78
79	80
81	82
83	84
85	86
87	88
89	90
91	92
93	94
95	96
97	98
99	100

2. 這件事大概在講什麼？（請用 3-5 句話簡單描述經過）

41	42	43	44
45	46	47	48
49	50	51	52
53	54	55	56
57	58	59	60
61	62	63	64
65	66	67	68
69	70	71	72
73	74	75	76
77	78	79	80
81	82	83	84
85	86	87	88
89	90	91	92
93	94	95	96
97	98	99	100

3. 評估這件事的關心指數：

不暖 ① ② ③ ④ ⑤ 超級暖心！(計畫開團)

由廣古

[illegible]

... 留后一名... (按圖特) 最／至蘇縣縣母... 州... 州...

[illegible]

5. 給兩項表現得最精彩的自己打分數：

（中國國際新聞）

◎ 一、透心小發現名稱與主角

第 1 章 緒論

● 城市

中國海關

（杭州）第一線女裝 出品 陳露 監

附錄 三

廣州中醫藥大學附屬第一醫院 內科 張國浩

田豐全誌

● 第四章 北半部地區

國社聯建國史綱五

自我肯定评分：★★★★（代表我也只能发现跟创造温暖的能力！）

我的溫暖小行動主題：

輔導室溫馨提醒

投稿步驟

1. 徵稿學習單版本可選擇，
請至輔導室領取。
2. 學習單撰寫完畢後請由輔導老師檢查是否遺漏，檢查完成即可至扭蛋機扭出精美小禮品唷~
3. 投稿者會簽署作品展示同意書。