

营口文旅摄影、散文、书画、短视频大赛征稿启事

为了推动我市文旅市场持续繁荣,展示营口文旅好形象、传播营口文旅好声音、讲述营口文旅好故事,形成一批文旅优质传播作品,为2025年全市文化旅游高质量发展开好局、起好步、聚好力,营口市文化旅游和广播电视局与营口新闻传媒中心共同举办年度文旅摄影大赛、年度文旅散文大赛、文旅书画大赛和文旅短视频大赛。

年度文旅摄影大赛

用镜头捕捉光影,让瞬间成为永恒。走进多姿多彩的2025年,我们诚邀您用镜头记录在营口旅行中的点点滴滴,无论是壮美的自然景观,还是温馨的人间烟火,请用您的独特视角和深刻感悟,展现这一年营口文旅的独特魅力。

- 一、大赛主题**
聚焦2025 定格美好瞬间
- 二、大赛时间**
2025年1月至12月底。
- 三、参赛对象**
无论专业摄影师还是摄影爱好者,只要热爱摄影,敢于创新,愿为家乡文旅事业贡献力量,都欢迎您的参与。
- 四、作品要求**
题材不限,风景、人像、建筑、

动物、静物均可,鼓励挖掘营口文旅新视角和新题材。

- 五、投稿方式**
1. 凡发表在《营口日报》“文旅”版的署名摄影作品,均被大赛组委会确定为参赛作品。
2. 其他参赛者可提交命名作品5至10幅,将个人姓名、单位、联系电话,发送至指定邮箱:939852751@qq.com,邮件注明“年度文旅摄影大赛”。
- 六、其他事项**
1. 投稿作品需为原创,不得抄袭或侵犯他人权益。
2. 主办单位有权对参赛作品进行宣传、展示、出版等,不另付稿酬。
3. 参赛者需同意并遵守本征

稿启事的各项规定。

- 七、评选方式**
由专业摄影人、影评专家等组成评审团,对参赛作品进行评选,评选标准包括构图创意、拍摄手法、摄影技巧等。
- 八、奖项设置**
本次大赛设一等奖、二等奖、三等奖及优秀奖等奖项,获奖者将获得由大赛组委会颁发的奖金及证书,营口新闻传媒中心将组织全媒体记者对获奖者进行专访,获奖作品将在《营口日报》及“营天下APP”上予以展示。
- 九、联系方式**
营口新闻传媒中心专刊部
联系电话:0417—3595121

年度文旅散文大赛

为进一步加强营口文旅宣传,提升营口文旅的知名度和美誉度,现面向全社会征集营口文旅散文作品。

- 一、大赛主题**
游遍营口遇见美
- 二、征文体裁**
散文
- 三、大赛时间**
2025年1月至12月底。
- 四、征文对象**
职业作家、文学爱好者均可参赛。
- 五、征文要求**
1. 凡发表在《营口日报》“文旅”版的署名散文作品,均被大赛

组委会确定为参赛作品。

2. 未公开发表的与营口文旅相关的原创命题作品,字数1500字左右,附作者简介、通信地址和联系电话。
3. 投稿邮箱:939852751@qq.com。邮件注明“年度文旅散文大赛”。纸质投稿请投至营口新闻传媒中心专刊部,信封主题注明“年度文旅散文大赛”。
4. 若发现作品抄袭或之前公开发表过,取消评奖资格,并自行承担后果。
- 六、评选方式**
由我市职业作家及相关专家等组成评审团,对参赛作品进行

评选。

- 七、奖项设置**
本次大赛设一等奖、二等奖、三等奖及优秀奖等奖项,获奖者将获得由大赛组委会颁发的奖金及证书,营口新闻传媒中心将组织全媒体记者对获奖者进行专访,获奖作品将在《营口日报》及“营天下APP”上予以展示。
- 八、联系方式**
营口新闻传媒中心专刊部
联系电话:0417—3595121

文旅书画大赛

为传播中华优秀传统文化,从艺术高度更好地宣传营口的美丽风景和厚重文化,助推营口文旅持续发展,实现以文促旅、以旅彰文,现面向全社会征集营口文旅书画作品。

- 一、大赛主题**
文旅融合 书画传情
- 二、大赛时间**
即日起至2025年2月28日。
- 三、征稿对象**
职业书画家、书画爱好者均可参赛。
- 四、征稿要求**
1. 参赛者需在大赛规定时间内,将参赛作品拍照后,发送至邮箱 ykssxxqg@163.com,邮件主题注明“文旅书画大赛”。注明姓名、工作单位、联系电话,分辨率至少达4000×3000以上。
2. 经大赛组委会初审后,把入选作品原件送至营口新闻传媒中

心总编室,信封注明“年度文旅书画大赛”。也可邮寄,邮编115000,截止时间以当地邮戳为准。

3. 入选书法作品书体不限,4尺斗方或对开,无需装裱,草书、篆书作品须附释文,古今与文旅相关的诗词、联赋、文章等内容均可。欢迎书写与营口文旅相关及自创的与营口文旅相关的诗词、联赋、文章等。
4. 入选绘画作品仅限于国画,4尺斗方或对开,无需装裱。与营口文旅相关的内容均可。
5. 入选书画作品限每人3件以内,每件作品背面右下角用铅笔正楷注明姓名、工作单位、联系电话及详细通讯地址。
- 五、其他事项**
1. 书画作品须本人独立完成,严禁代笔、临摹等违规行为,凡发现违规行为,取消参赛资格。
2. 主办单位有权对参赛作品

进行宣传、展示、出版等。

3. 获奖作品由主办方收藏并颁发收藏证书。
4. 参赛者需同意并遵守本征稿启事的各项规定。
- 六、评选方式**
由专业书画家、相关专家等组成评审团,对参赛作品进行评选。
- 七、奖项设置**
本次大赛设一等奖、二等奖、三等奖及优秀奖等奖项,获奖者将获得由大赛组委会颁发的奖金及证书,营口新闻传媒中心将组织全媒体记者对获奖者进行专访,获奖作品将在《营口日报》及“营天下APP”上予以展示。
- 八、联系方式**
营口新闻传媒中心总编室
联系电话:0417—3338078

文旅短视频大赛

为推动营口文旅持续繁荣,通过接地气、有生气、聚人气的短视频方式,展现营口优秀文化、自然风光、民俗风情、市井烟火、美食美物,吸引广大网民和游客走进营口、体验营口、宣传营口,现面向全社会征集文旅短视频作品。

- 一、大赛主题**
2025营口的第一缕春光
- 二、大赛时间**
即日起至2025年2月14日。
- 三、参赛对象**
1. 各级文旅部门、博物馆、文化馆、景区、酒店、滑雪场等文旅行业机构;2. 新闻媒体、网络平台及文化传媒企业等各类短视频创作机构;3. 网红达人、网络主播、摄影摄像师等个人创作者。
- 四、参赛方式**
参赛者将与营口文旅相关的参赛短视频传至邮箱 ykssxxqg@163.com,邮件标题“2025营口的第

一缕春光+作品名称”,并注明创作者姓名、单位及联系方式。

- 五、作品要求**
1. 参赛作品须保证内容积极健康,传播正能量,符合《网络短视频内容审核标准细则》等相关要求。
2. 视频须具备完整图像、声音、字幕,原则上时长不超过5分钟,分辨率要求1920×1080或以上,横屏,格式可为MP4、MOV、AVI等常见格式。画面清晰干净,不带角标、台标、水印或标识。
- 六、其他事项**
1. 参赛作品必须是创作者本人的原创作品,不得抄袭或侵犯他人知识产权,任何因作品版权产生的纠纷、争议和法律责任,由参赛者本人承担。
2. 以团队形式参赛的,作者限5人以内。团队作品应指定一名主创成员报名,不得重复报送。
3. 主办单位有权对参赛作品

进行后续传播或剪辑传播。

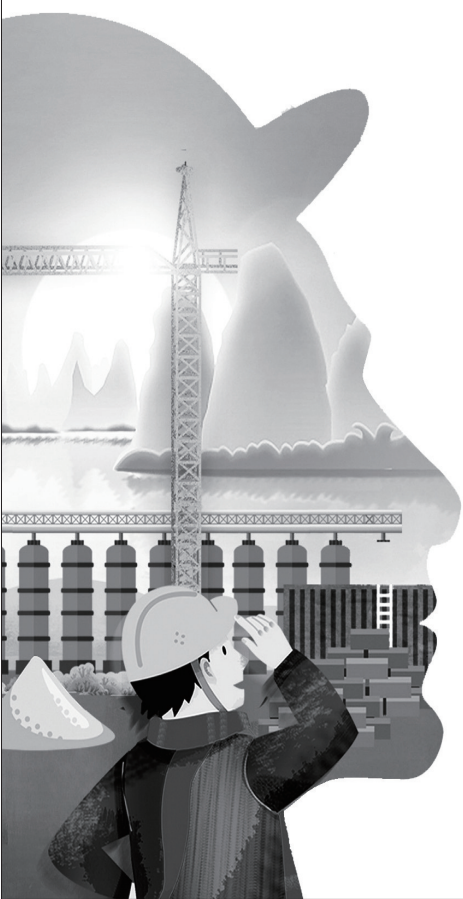
4. 参赛者需同意并遵守本征稿启事的各项规定。
- 七、评选方式**
由专业人士、相关专家等组成评审团,对参赛短视频作品进行评选。
- 八、奖项设置**
本次大赛设一等奖、二等奖、三等奖及优秀奖等奖项,获奖者将获得由大赛组委会颁发的奖金及证书,营口新闻传媒中心将组织全媒体记者对获奖者进行专访,获奖作品将在营口新闻传媒中心主要新媒体平台及“营天下APP”上予以展示。
- 九、联系方式**
营口新闻传媒中心总编室
联系电话:0417—3338078

营口市文化旅游和广播电视局
营口新闻传媒中心
2025年1月20日

寒假期间 孩子的饮食、运动、睡眠小贴士

- 规律进餐 合理搭配**
寒假期间,儿童青少年应严格遵循一日三餐定时定量原则,确保两餐间隔4—6小时,避免暴饮暴食。
- 控制摄入 管理体重**
根据年龄和活动量合理控制食物摄入量,防止能量过剩导致体重增加,做好体重管理。
- 管控零食 健康优选**
严格控制零食摄入,优先选择水果、坚果、奶类、豆制品等。购买零食时,仔细查看营养标签,避开高油、高盐、高糖食品。
- 户外活动 强身健体**
寒假期间,白天可安排1小时左右的户外锻炼。天气适宜时,选择散步、跑步、跳绳、球类运动等,锻炼时,做好保暖措施,防止着凉感冒。白天进行户外活动可促进钙吸收、增加骨骼密度、提升心肺功能和增强体质,同时远离电子设备,减少用眼时间,保护视力、预防近视。
- 充足睡眠 规律作息**
充足睡眠对青少年儿童的生长发育和身心健康至关重要。小学生每天应保证10小时睡眠,初中生不少于9小时,高中生不少于8小时。
- 科学用眼 劳逸结合**
合理安排学习与休闲时间,避免过度劳累。学习过程中,要注意用眼卫生,严格遵循“20—20—20”原则,即每连续用眼20分钟,应抬头远眺20英尺(约6米)外的物体20秒以上,让眼睛得到充分休息。

(营口市卫生健康事务中心)



工伤保险伴你同行

营口市人力资源和社会保障局 营口市社会保障中心



培育法治文化

创建法治营口

