



# 市职工服务中心为北京地铁900名一线工会小组长提供定制化心理培训 专供地铁职工的“心理健康指南”来了

本报讯 (记者 张晶) 7月5日,北京地铁运营有限公司工会和北京市职工服务中心联合启动了2021年北京地铁运营有限公司工会心理疏导员培训班,未来两个月,将有900名来自北京地铁运营有限公司一线工会小组长,在资深心理学教师的带领下,探索如何用科学的方式释放负面情绪,提升沟通能力,以更加积极的心态面对工作和生活。

“组织900人参加培训,对我们来说还是头一回,这也体现了

了公司工会对一线职工心理健康问题的重视程度。”地铁公司工会相关负责人介绍说,随着北京地铁网络化快速发展,地铁线路不断延伸,客流不断增长,地铁职工所承受的压力也日益增大,部分职工存在急躁、焦虑等不良心理状态,对工作和生活产生了影响。关注职工心理健康,成为近年来北京地铁公司工会的一项重要工作。

据了解,此次培训将从7月5日持续至9月3日,共开展18期,

每期3天。针对此次培训,北京市职工服务中心在培训前通过问卷调查的方式,了解了一线工会工作者面临的实际问题,并结合地铁职工的工作场景和行业特点,与授课教师积极沟通,为他们量身定制了培训内容。本次培训由市总工会职工心理服务专家团队资深讲师进行授课,内容包括《有趣又实用的心理学》《职工心理状态识别与处置》《发现与欣赏》等。

北京地铁运营有限公司工会

相关负责人表示,希望通过培训,能够进一步增强一线工会小组长的情绪管理能力、沟通能力、团队建设能力,进而帮助一线职工解决内心困惑,缓解心理压力,提升职工对职业的认可感和获得感。

案例分析、互动体验、角色扮演……记者在现场看到,每一期培训虽然只有3天时间,但内容生动,干货满满。课堂上,既有理论指导,又有案例解读,老师还不时与大家互动交流,坐在下面的学

员或聚精会神听讲,或专心写笔记,或围绕老师抛出的问题低声讨论,学习氛围异常浓厚。

据北京市职工服务中心相关负责人介绍,今年以来,中心更加注重让授课教师走下讲台、走入学员的授课模式,围绕培训目标,通过集中式宣讲、分组式讨论、案例分析、角色扮演和互动体验等多种形式实施教学,充分调动学员的积极性,变被动学习为主动学习,帮助参训学员提高心理素质,提升心理服务能力。

## 石景山区总工会启动“安康杯”竞赛活动

将开展安全隐患排查、职业病防治、职工安全健康教育等内容

本报讯(记者 张晶)近日,为深入开展“安康杯”竞赛活动,推进企业安全文化建设,石景山区总工会举办2021年度“安康杯”竞赛活动启动仪式暨工会劳动保护业务培训会,全区各基层单位工会干部共50余人参加培训。

据悉,今年该区总工会“安康杯”竞赛活动主题是“强意识 查隐患 促发展 保安康”,旨在通过开展安全隐患排查、职业病防治、职工安全健康教育等内容,推动群众性安全生产和职业健康活动

持续深化,全面提高职工群体的安全保障能力和职业健康意识。

启动仪式上,石景山区总工会相关负责人对2020年度“安康杯”竞赛优胜单位及个人颁发了奖杯和证书,并对2021年度“安康杯”竞赛活动做了动员。要求各级工会要坚决保持底线思维、增强风险意识,充分认识“安康杯”竞赛活动的重要性,精心组织开展好竞赛活动,及时排查化解安全生产隐患,做好安全生产工作。

培训会上,北京工会干部学

校老师讲授了工会劳动保护课程。在老师深入浅出的讲解下,参训工会干部了解了工会的安全生产角色、职业健康安全、工会劳动保护权利与义务等内容。大家纷纷表示,培训会进一步提高了他们的安全防范意识,为今后开展“安康杯”竞赛活动和企业安全生产奠定了基础。

下一步,石景山区各级工会将积极宣传,广泛动员区内企事业单位参与活动,进一步推动全区安全生产形势持续向好。



## 海淀区总工会在竞技比赛中开展党史教育

本报讯(记者 赵思远)近日,海淀区总工会在区职工健康服务中心举办“百年奋斗路·开启新征程”职工健康体能邀请赛,8个直属基层工会代表队在单车骑行和划船机划船两个项目中体验到了竞技乐趣。

据了解,按照比赛要求,参赛队伍由20至50岁的中青年职工、按三男一女及年龄段人数规定混合组队,每队4人,单车骑行和划船机划船两大项目通过总

成绩计算排名。

据区总工会相关负责人介绍,比赛场地虽然设置在室内,但是组委会悉心准备的专业设备突破了环境限制,为参赛队员提供了3D长征赛道的情景重现,通过3D画面重现了强渡大渡河等红军长征的情景,职工在在线下比赛的同时,画面上通过3D动画同步显示职工在长征赛道上的实时比赛数据,实现一边比赛一边进行党史教育。 赵思远 摄

## 通州区总工会走访慰问劳模和困难职工

本报讯(记者 赵思远)近日,通州区人大常委会副主任、区总工会主席尚祖国带领区总工会领导班子分组走访慰问了70周岁以上全国劳模(先进工作者)及困难职工代表,为他们送去了米、面、油、牛奶等慰问品和慰问金。

每到一户,区总工会慰问团都与劳模、困难职工及家属进行亲切交谈,详细了解他们的家庭、生活和身体近况,并表示工会组织一如既往地关心和关爱劳模及困难职工,尽全力为他们排忧解难。希望他们保重身体,继续发挥劳模精神和工人阶级伟大品格,鼓舞和激励年轻一代厚植奋斗理念和劳动情怀。

通州区总工会相关负责人表示,近年来,区总工会把走访慰



问劳模、困难职工作为一项重点工作来抓,坚持把“娘家人”的关心和问候送到他们身边。下一步,区总工会将广泛宣传劳模的先进事迹、优秀品质和奉献精神,落实有关劳模的政策待遇,推动全社会形成尊重劳模、关爱

劳模、学习劳模、争当劳模的良好风尚。同时,区总工会将立足实际制定长期计划,积极采取有效措施,聚焦困难职工解困脱困,构建创新帮扶体系,不断健全完善困难职工的长效帮扶机制。 赵思远 摄

## 青龙湖镇总工会400份“清凉包”送职工

本报讯(记者 闫长禄)近日,房山区青龙湖镇总工会举办了“心系职工送清凉”活动,以进一步做好一线职工防暑降温工作。

据了解,青龙湖镇总工会通过短信、微信等多种渠道向镇域内工会会员宣传如何通过“北京工会12351”手机客户端和12351职工服务网参与抢“清凉包”的活动。“清凉包”内包括风油精、扇子、藿香正气胶囊等夏季

必备物品。职工表示,“清凉包”内配备的都是夏天必备并且实用的东西,非常感谢工会在炎炎夏日送来的一抹清凉。

活动不到2个小时,400份“清凉包”就被“一抢而空”。镇总工会相关负责人表示,活动的开展不仅送去了党的温暖和工会的关怀,也激发了职工的工作积极性和创造性,同时切实维护职工的合法权益,不断增强职工群众的获得感、幸福感和安全感。

## 椿树街道总工会“午间一小时”活动再“起航”

将举行读书会、互动教学、跳操和瑜伽健身指导等90余场活动

本报讯(记者 陈曦)近日,椿树街道总工会“午间一小时”系列活动再次“起航”。据悉,今年,椿树街道总工会的“午间一小时”系列活动将举行包括乐聚读书会、Ukulele互动教学、跳操健身指导、瑜伽健身指导等项目在内的各类培训活动90余场,为区域内职工提供“身边”的文体服务。

“午间一小时”系列活动是椿树街道总工会2019年在以职工需求为导向前提下打造的品牌服务项目。该项系列活动通过发挥社会组织的专业能力,丰富了职工的文化体育生活,减轻了工作压

力,受到企业、职工的一致好评。

椿树街道总工会相关负责人介绍,今年,工会在充分调研职工需求的基础上,按照职工“生物钟”,本着“不打扰企业生产、不影响职工工作”的原则,继续举办“午间一小时”职工文化系列活动和“午间一小时”职工体育健身系列活动。

在“乐聚读书会”主题文化沙龙的活动现场,职工在“悦读引荐人”的带领下,围绕当期主题一起读书、荐书,分享阅读感悟,享受轻松愉悦的读书氛围。在Ukulele互动教学课堂,职工在老

师的指导下,通过入门、进阶两个阶段的系统学习,掌握尤克里里的弹唱技巧。在跳操课堂上,职工在老师的带领下,有节奏地进行肩颈舒缓练习和活跃性舞蹈练习。在瑜伽课堂上,职工可经过三个阶段的学习,完整掌握平衡瑜伽的基本技巧,通过练习改善人体亚健康问题,舒展身体筋骨。

相关负责人表示,今后,椿树街道“午间一小时”项目将进一步立足辖区企业和职工需求,为职工提供更广泛、更全面、更精准的综合服务,提升职工的归属感、获得感和幸福感。

## 兴谷街道机关工会关爱职工送健康

本报讯(记者 马超)近日,平谷区兴谷街道机关工会组织干部职工分别到平谷中医院、区医院、国康体检中心进行“关心职工健康、体检暖人心”主题健康体检活动。

据了解,此次健康体检主要包括内科、外科、五官科、B超、心电图、胸片、血常规、肝肾功能、尿常规及妇科、乳腺、TCT等项目。体检中心对职工进行细致的检查,帮助职工掌握自身身体状况。兴谷街道机关工会相关负责人表示,此次健康体检

的目的是保障职工的身心健康,进一步提升职工对自身健康的认知,做到疾病的“早发现、早诊断、早治疗”。

广告

燕京啤酒  
YANJING BEER

中国探月工程官方合作伙伴  
Official Partner of the China's Lunar Exploration Program

登报咨询电话:63522410