

2022年女职工心理关爱服务周活动落幕

直接参与女职工超35万人次

本报讯(记者张晶)近日,北京市总工会女职工委员会和北京市总工会职工服务中心联合举办的“温情三月,呵护心灵”女职工线上心理关爱服务周活动落下帷幕。该活动以三大类线上公益心理服务为主体,首次尝试互动交流分享式活动模式,营造女职工互帮互助、暖心分享的积极氛围,助力女职工科学调节压力与情绪,树立积极心态与自信,促进身心和谐发展,提升心理健康。据了解,今年服务周期间,直接参与活动的职工超过35万人次。

据悉,此次服务周推出的三大服务项目分别为“自我觉察,

关爱有加——女职工线上心理训练”“女性力量,心心分享——女职工线上心理讲堂”和“心语心愿,贴心呵护——女职工心理咨询热线服务”。其中,“自我觉察,关爱有加——女职工线上心理训练”项目是今年女职工心理关爱服务周活动的创新性项目,6款为女职工量身定制的心理调适动画视频及减压训练指导视频寓教于乐,实用有趣,通过“首都职工心理发展”微信公众平台发布,帮助女职工及时觉察身心状态,进行自我调整与提升。同时,活动引导女职工在留言区积极分享美好感受与训练体会,并为感同身受的留言点

赞。短短几分钟的小视频,激发了广大女职工的共鸣,参与职工纷纷结合自己的生活感悟倾情分享,相互启发,暖心陪伴。截至活动结束,共收到921条分享美好感受的女职工留言,视频推送微信点击量达3.63万余人次。参与活动的女职工表示,不仅观看小视频受到启发,浏览大家的留言更是收获满满,感动颇多,从别人的分享中获得了鼓励和能量。

“女性力量,心心分享——女职工线上心理讲堂”项目以线上直播课的形式开展,甄选女职工关注度高的话题,邀请业界专家教授开展线上心理讲座,

分别围绕“女性的职场角色与发展”“家庭中的沟通秘籍”“职场穿搭的小技巧”三个主题,通过丰富有趣的案例分享和专业详细的知识讲授,深入浅出地带领女职工关注自己、关爱自己,更好的处理工作与生活中可能面临的心理挑战,掌握科学调适的方法,提升内外自信力。截至目前,三场线上心理讲堂直播观看量达18.15万余人次,受到广大女职工和基层工会组织的广泛赞誉。

为满足因各种原因无法观看直播的女职工要求,项目还对心理讲堂进行全程录制,职工登录“首都职工心理发展”微信公众

号或“北京市职工心理体验服务系统”(www.bjzgx.org.cn)“女性关爱”模块即可观看完整录播视频。期间,“首都职工心理发展”微信公众号专题推送浏览量达13.29万余人次,“北京市职工心理体验服务系统”点击量达2.67万余人次。

“心语心愿,贴心呵护——女职工心理咨询热线服务”7×24小时全天候为全市女职工和家属提供免费、便捷、专业的电话心理咨询,帮助她们科学疏导不良情绪,缓解工作与生活中的困扰,维护身心健康。活动期间,心理咨询热线累计接听女职工和家属来电249人次。

平谷区总工会举办“劳动创造幸福”创城全民阅读活动

营造职工爱读书、读好书、善读书的氛围

本报讯(记者马超)近日,平谷区总工会举办“劳动创造幸福”创城全民阅读活动,该区总工会机关党员干部和职工40余人参加活动。

据了解,为做好创建全国文明城市有关工作,营造职工群众爱读书、读好书、善读书的浓厚氛围,该区总工会以读书交流的形式分享自身心得体会。活动内容

包括观看红色教育宣传片、工会干部上台分享读书体会、向职工赠书等环节。活动现场,党员干部职工认真观看红色教育宣传片。随后,5名职工代表分享读书体会,通过每个人的读书实感教育引导机关广大党员干部勤学、善思、笃行。活动最后,平谷区总工会党组书记、常务副主席张艳革向职工代表赠送书籍。

据平谷区总工会相关负责人介绍,通过主题读书活动,不断提

升机关干部队伍的思想政治水平和综合能力素养,同时进一步激发干部职工阅读热情,丰富了干部职工文化生活。下一步,区总工会将发挥“平谷工会”微信公众号和“工会大课堂”作用,利用“线上+线下”职工教育模式,扎实推进“书香工会”建设,积极开展“劳动创造幸福”全民阅读进家庭、进企业、进社区活动,为平谷区创建全国文明城市示范城区贡献力量。



公交客五第三车队工会开展“喜迎二十大 奋进新征程”劳动竞赛 公交职工技能比拼争夺“十佳能手”

本报讯(记者曹海英 通讯员段妍)近日,北京公交客五分公司第三车队工会开展“喜迎二十大 奋进新征程”暨“十比十赛”十佳能手劳动生产竞赛活动,以进一步培养职工主人翁意识,引导全体职工岗位成才、岗位建功,以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

竞赛部署会上,第三车队工会就竞赛方案内容、要求、时间节点进行了安排部署。该车队工会利用条幅、公开栏、班组长会、微信职工群等多种形式对全体职工进行宣讲,动员广大职工

积极参与,并深入班组开展教育培训,确保知晓率达到100%,营造了全员创先争优秀良好氛围。

竞赛活动得到了职工的热烈响应,在启动仪式上,职工们纷纷在横幅上签字表示争当先进的决心。第三车队工会相关负责人表示,下一步,车队工会将进一步明确目标,强化落实,通过“十佳能手”评选活动,调动全体职工的工作积极性,引领职工积极投身到改革发展各项任务中,凝聚全员力量,为车队圆满完成运营生产任务奠定坚实基础。



抗疫一线的工会人

当前,北京正处于疫情防控关键时期。连日来,东城区东花市街道工会服务站的工作人员在辖区全员核酸检测工作中全体上岗,认真完成维护排队秩序、测量体温、扫描健康码、信息录入登记等各项工作,为核酸检测任务的顺利完成发挥了重要作用。

万玉藻 摄影报道

慰问驻点监督员

近日,东城区卫生健康监督所工会慰问了该区集中医学观察隔离点的驻点监督员以及一线卫生监督监督员,并送去了生活必需品、防疫物资等,叮嘱监督员在做好一线防疫工作的同时,切实做好自我防护、注意劳逸结合。

本报记者 盛丽 通讯员 袁悦 摄影报道



中铁二十二局国际分公司女职工开启“迎春之旅”

本报讯(记者石海芹)近日,中铁二十二局集团国际分公司党委、工会联合集团所属华北区域指挥部、总承包指挥部,组织全体女职工前往香山开展“温暖向阳·从容绽放”爬山活动。

活动中,女职工们怀着愉悦的心情,迈着矫健的步伐,开启“迎春之旅”。香山陡峭挺拔,前进的过程辛苦劳累,不断考验着职工的体力和毅力,大家一起加油鼓劲。“我们虽然同在一层楼办公,却从来没有这样近距离地交流过。感谢工会精心组织的集体活动,让我深深感受到在未来拼搏奋进的道路上,大家一起相互帮助、携手同行!”返程途中,职工们相互交流鼓劲。

此次活动激发了女职工“自

尊、自信、自立、自强”的进取精神。该公司工会相关负责人表示,爬山活动的开展在增进女职工沟通交流的同时,也加强了兄弟单位之间的团结合作。同时在推进中铁二十二局集团海外事业的舞台上,女职工们将进一步发挥“半边天”作用,继续绽放芳华。

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