

深入学习贯彻党的二十大精神 奋力开拓首都工会工作新局面

市总工会开展“亲子关系”主题系列心理服务活动

教育和心理领域专家将通过网络课堂为职工授课

本报讯（记者 张晶）从今天起，市总工会将面向全市职工开展“心理关怀，工会有爱：养育阳光健康的孩子”系列心理服务活动，通过网络课堂等形式，为职工心理素质提升创造条件，帮助职工化解心理问题，缓解情绪焦虑，促进职家平衡，帮助职工全身心投入工作。

此次活动由市总工会职工服务中心承办，从6月9日持续至7月21日，期间每周五（端午节假期除外）15点，“知心姐姐”、

中国少儿新闻出版总社首席教育专家卢勤，北京师范大学心理学博士宋振韶，北京回龙观医院主任医师李献云等教育、心理领域的资深专家，将准时走进网络课堂为职工授课。

每期讲座设定一个主题，包括：《温暖的家：孩子一生的勇气》《教育焦虑：父母该如何破解》《亲子沟通：走进孩子的内心世界》《危机预防：观察孩子的情绪》《智慧父母：养育心理阳光的孩子》《家校协同：好的

生活才是好的教育》等，通过对亲子关系中的重点、难点问题讲解，引导职工建立和谐亲子关系，提高家庭幸福感。

近年来，市总工会高度重视职工心理健康工作，推出多项举措助力职工工作、生活和谐稳定发展。市总工会职工服务中心相关负责人介绍，家庭关系是否和谐直接关系到职工的工作状态，此前，市总工会连续多年举办职场心理健康等主题培训，今年，以“亲子关系”为主题开展培

训，希望能为职工带来家庭教育、亲子沟通方面的有益启发。今后，该中心将结合职工实际需要积极组织不同主题的培训，为职工提供更有针对性和时效性的服务。

在开设网络课堂的同时，市总工会还充分发挥职工心灵驿站的作用。据了解，全市各级职工心灵驿站均定期免费向职工开放，为职工持续提供亲子关系、婚姻家庭、职家平衡等方面的心理服务。同时，做好职工需求调

查，开展有针对性的亲子和家庭教育专题培训，为职工科学育儿传授专业知识，并通过开展个体心理咨询，为有需求的职工解决心理困扰提供专业指导。

此外，有需求的职工还可以拨打北京市职工心理咨询热线（4000151123/4000251123），获取7×24小时免费预约式心理咨询服务，或通过“首都职工心理发展”微信公众号预约线下一对一免费心理咨询，获取专业心理帮助。

朝阳工会“暖心伴考”服务考生和家长

本报讯（记者 刘欣欣）高考大幕已经拉开，为期4天的时间里，朝阳区职工志愿“暖心伴考”服务站陪伴着在考场外等候的家长和老师，为他们送上应急便利、座椅休憩、防暑防雨、记录“温情瞬间”等多项服务。

早上7点，在北京市第八十中学（望京校区）考点设立的“暖心伴考”职工志愿服务点前，东湖街道的职工志愿者们早早前来搭建架、分物料、维持现场秩序。在朝阳区总工会的领导下，东湖街道总工会协同街道相关部门，联合北京银行、麦田房产等多家企业开展“暖心伴考”职工志愿服务行动，共召集了30名职工志愿者，为家长提供小马扎、饮用水、雨衣、鞋套、扇子等防

暑降温用品。

“您可以喝点水，休息休息，东湖街道总工会‘暖心伴考’将与大家一起度过。”考场外，志愿者们为考生家长送去饮用水，并与其进行交流，舒缓家长紧张的情绪。同时，工会工作人员还向辖区职工发放“入会宝典”，介绍工会的相关服务。今年，朝阳区总工会积极协调辖区内爱心企业资源，链家、真功夫、中粮万威客等10余家企业参与了此次暖心伴考活动。全区共设置8个“暖心伴考”服务站，全方位为考生及家长提供便利贴心的服务。

“暖心伴考”作为朝阳职工志愿服务品牌项目，多年来，朝阳区总工会不断总结优势做法，

升级服务内容、拓宽服务思路，进一步整合爱心企业力量，努力打造让职工群众记得住、信得过、叫得响的“工”字服务品牌。朝阳区总工会相关负责人介绍，今年的“家长伴考包”以实用、解压、祝福为出发点，涵盖双肩包、花露水、一次性雨衣、口罩、便携马扎、减压玩具等贴心伴考物品。包中还准备了2023“暖心伴考”祝福卡，扫描祝福卡上二维码，关注首都职工志愿服务微信公众号，可体验线上暖心伴考志愿服务。在公众号下方点击“暖心伴考——奋楫扬帆”按钮，可以观看伴考视频，帮助家长了解在考试前、考试中、考试后如何科学地和孩子对话，给孩子坚定的支持和陪伴。



昌平工会“蓝马甲”为考生和家长送上“暖心包”

本报讯（记者 周美玉）陪伴不断，暖心不减。高考期间，昌平区总工会“蓝马甲”志愿者倾力奉献，为考生及家长送去暖心物资。

昌平区总工会职工志愿服务总队在昌平一中设立“暖心伴考”职工志愿服务点，为考生及家长提供休息座椅、饮用水、常用医疗药物、防暑降温用品、爱心图书、解压玩具以及心理疏导等服务，并延续“考场外家长寄语”“书写纸情情深”“记录温暖瞬间”等特色服务。因昌平二中位置受限，无法设立伴考点，昌平区总工会职工志愿服务队为昌平二中本部及回龙观校区共计

送去180箱饮用水和100件雨衣。

据了解，昌平区总工会和城南街道提前摸排辖区有考生的家庭，为考生、家长和伴考工作人员送去“考生家长伴考包”和“工作人员暖心包”。“伴考包”里包含小扇子、清凉护眼贴、解压玩具等物品，“暖心包”则包含感恩卡、雨衣等物品。

昌平区总工会相关负责人表示，“暖心伴考”志愿服务是市、区总工会的重要服务品牌，昌平区总工会广泛发动各级工会组织，充分发挥先锋带头作用，凝聚广大职工积极参与各类志愿服务活动，持续为职工办实事、办好事。

密云区总工会整合社会资源为高考护航

本报讯（记者 王路曼）北京师范大学密云实验中学考场外，身着旗袍的考生家长手捧鲜花等待着考生。职工志愿者们拿起相机，用照片记录难忘瞬间。“希望孩子们都能发挥出最好水平，金榜题名。”坐在密云区总工会提供的休息区内，家长李江兰为工会的暖心服务点赞。

6月7日一大早，密云区总工会“暖心伴考”职工志愿服务活动在北京师范大学密云实验中学考点外拉开序幕。密云区总工会整合多方社会资源，现场为考生家长提供解暑纳凉、心理辅导等多项暖心服务。

密云区总工会在考场外撑起遮阳棚，放好小板凳，在为校外等候的考生家长提供歇脚场所的

同时，还免费提供饮用水、扇子、雨衣、应急药品、考试用品、卫生用品等服务。现场，一张“伴考地图”放置在显眼位置，地图上清晰标注着距考点最近的公共卫生间、职工暖心驿站、商店、药店等场所。近20名首都职工志愿者现场为考生家长提供指路、咨询，协助维持考场周边交通秩序等服务。

“今年‘暖心伴考’活动得到了密云区明鑫社区服务中心、密云区果园街道同心圆心理服务中心、北京金渔阳区区域电动小客车出租有限公司、北京香喷喷餐饮管理有限公司等社会力量的大力支持，让职工志愿服务形成强大合力，更好地为广大考生及家长服务。”密云区总工会相关负

责人介绍，活动现场的拍照留念、心理辅导及部分饮用水和解暑茶，均来自社会各方面赞助。

一名焦急等待的考生家长驻足在心理咨询台前，与心理辅导老师和现场工作人员交流，“孩子高考，我比他还要紧张和焦虑。”面对家长的咨询，心理辅导老师通过专业服务，帮助家长缓解心理压力，并现场给予科学的意见和建议，引导家长与孩子建立健康积极的亲子关系。该服务得到现场家长的一致好评。

此外，密云区总工会还联合北京金渔阳区区域电动小客车出租有限公司，在高考期间免费为考生提供接送服务，将有近百辆贴有“暖心送考”标识的出租车上路服务考生。

德胜街道工会“伴考服务”为考生和家长排忧解难

本报讯（记者 陈曦 通讯员 于兰）高考大幕拉开。6月7日，西城区德胜街道总工会职工志愿服务队员们准时来到北师大二附中开展为期4天的“伴考服务”，为考生及家长排忧解难，为高考保驾护航。

高考首日，德胜街道总工会联合街道公安、交通、城管、保安、团委、环卫等多部门组成的保障人员近50人在北师大二附中学校门前联合服务。德胜街道总工会职工志愿服务队在不妨碍道路交通、遵守高考考点要求的前提下，在校门外设立了“暖心伴考”服务站，职工志愿者和该街道城管人员早早来到考点，支起遮阳伞、摆好桌子和折叠椅，

放好矿泉水、小药箱、宣传材料等，在北师大二附中高考考点“上岗”。当天，德胜街道总工会主席陈曦、副主席贾晓光带领10名职工志愿队员参加“伴考服务”，全力保障高考顺利进行。

据德胜街道总工会相关负责人介绍，职工志愿服务队陪伴考生和家长已是第5年，街道总工会和服务站全体工作人员全部参与到活动中。通过站点服务，帮助考生家长理性应对子女高考，缓解送考、伴考的紧张情绪，折叠椅、纸扇、矿泉水、报纸、图书、小药箱、应急服务等物品，切实解决了考生家长在考场外无处休息的问题。

怀柔职工志愿服务队全程陪伴考生和家长

本报讯（记者 崔欣 通讯员 宋雅欣）高考大幕拉开，为更好服务怀柔区莘莘学子及家长，6月7日至10日，怀柔区总工会“暖心伴考”职工志愿服务队将全程陪伴，为广大考生和家长做好服务保障工作。

据了解，为服务考生及家

长，怀柔区总工会组建职工“暖心伴考”志愿服务队，高考期间，每天提前到达怀柔一中考点，做好上岗服务前的各项准备工作。队员们为考生和家长发放伴考包，以实用、解压、祝福为出发点为考生及家长提供休憩、消暑、减压类等伴考物资，展现

了职工志愿工作精准性。

据悉，今年，怀柔区总工会“暖心伴考”志愿服务队共出动50余名志愿者，共设寄存服务、爱心座椅、便利服务、移动书屋、医疗应急、心理疏导及综合服务等内容，预计服务怀柔区考生及家长近8000人次。