

# 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

提供心理健康服务 帮助科学应对压力 构建良好家风氛围

## 大兴各级工会打造职工“心灵港湾”

本报讯(记者 孙艳) 职工组队畅谈生活体验,学习心理知识;体验科学减压,传递正能量;参加亲子DIY活动,增进亲子关系……正值暑期,大兴区各级工会积极关注职工群众心理健康,依托职工心灵驿站开展了丰富多彩的活动。

日前,魏善庄镇总工会在该镇心灵驿站举办“亲密关系与心理健康”主题团辅活动。现场,职工在心理辅导老师引导下组队,结合心理知识与生活体验畅谈感受。活动促进职工们学习了解心理学知识和小技巧,帮助职工经营亲密关系、改进表达方式。据了解,魏善庄镇总工会职工心灵驿站秉持着为职工群众服务的理念,免费为职工提供心理健康服务。心灵驿站每周三可以预约心理咨询,每周五可以预约心理减压,同时不定期开展心理讲座和团体辅导活动,帮助职工群众营造积极健康心态。

大兴经济技术开发区总工会依托心灵驿站,组织34名职工开展“自我压力管理与调适”团辅活动。活动邀请六合心理研究中心老师围绕自我情绪认知、压力和情绪调整等职工重点关注的心理

问题,通过互动游戏、讨论分享等形式,讲解应用心理学专业知识和技能,帮助职工感知情绪状态、了解压力、建立积极正向的思维模式,推动职工科学应对压力与情绪。活动结束后,职工们表示受益良多,不仅身心得到放松,对情绪也有了更清晰的认知,今后会更加有信心以积极向上的状态去热爱生活、快乐工作。

瀛海镇总工会以心灵驿站为载体,邀请北京市心启航公益服务中心心理咨询师,为镇域内31位“12345”接诉即办工作者开展专场心理辅导活动。活动结合心理学理论,以生动、有趣的互动活动为载体,将知识技巧融入体验式学习中。老师带领职工从最受关注、最有直观感受的情绪入手,学习理解隐藏在情绪背后的真实需求,引导大家认识情绪、了解情绪功能、学会健康地表达情绪,掌握舒缓情绪和解压的实用方法与技巧。职工们收获良多,纷纷表示会把学到的情绪与压力管理技巧运用到日常生活中,用阳光心态传递正能量。

近日,西红门镇总工会工作

人员来到惠泽幼儿园,开展“心灵陪伴——未成年人保护宣讲”及“提升职工幸福感——情绪管理”职工心理培训活动,40余名职工参加活动。该镇总工会相关负责人表示,通过此次培训,让职工深刻了解未成年人保护法,深入学习了如何提升安全防范意识、保障儿童身心健康、呵护孩子心灵等知识。下一步,该镇总工会将不断拓展教职工排解压力渠道,让教职工有效进行情绪管理,提高他们的幸福感。

正值暑期,礼贤镇总工会举办了一场亲子DIY发条钟表模型拼装活动,15组职工家庭参加活动。活动中,孩子们亲手拼装钟表,充分发挥想象力,展现学习热情,在认识钟表的同时建立时间观念,培养良好作息习惯。同时,职工们也积极参与,为孩子们出谋划策,增进亲子间的合作与交流。该镇总工会相关负责人表示,在开学前,镇总工会将持续开展暑期亲子DIY活动,丰富辖区职工家庭的精神文化生活,同时帮助孩子们充分培养创新精神和审美能力,进一步增进亲子关系,构建良好的家风和家教氛围。

## 怀柔区总工会赴青海省杂多县总工会开展对口支援

本报讯(记者 崔欣) 近日,怀柔区人大常委会副主任、区总工会主席周福刚一行到青海省玉树州杂多县总工会,开展对口支援调研对接工作。

调研期间,双方签订了《北京市怀柔区总工会青海省玉树州杂多县总工会2023年度对口支援协议书》,同时围绕区(县)级工会加强年专项工作、产业工人队伍建设改革等工作进行深入交流,相互借鉴经验,携手共同提高。怀柔区总工会向杂多县总工会捐助资金,用于乡镇工会规范化建设、职工文化生活品质提升等工作;捐赠图书4000册,充实到杂多县10个社区职工书屋,帮

助完成基层工会职工之家改造建设计划。同时,爱心企业北京罗麦科技有限公司工会也向杂多县总工会捐助资金,用于开展“送温暖”活动及关心关爱职工工作。

此外,周福刚还带队慰问了在青海的挂职干部职工,传递工会组织关爱。他详细了解挂职干部职工的工作和生活状况后,勉励他们珍惜机遇、提升能力素质、奉献雪域高原,留下业绩、留下口碑、留下感情。

下一步,怀柔区总工会将进一步立足工会职能,提高政治站位,自觉融入党和政府中心大局,为推动全区支援合作各项工作再上新台阶贡献工会力量。

## 和平街街道总工会组织职工赛安全知识

本报讯(记者 刘欣欣) 近日,朝阳区和平街街道总工会举办2023年“安康杯”职工知识竞赛,辖区36名一线职工组队参加。

据了解,此次竞赛以安全知识竞答为主题,分为必答、选答和抢答三个环节。参赛选手经过前期集中学习、精心准备,对各类安全法规和安全知识全面掌握。在必答和选答环节,选手们各个发挥稳定,对答如流。抢答环节比赛进入白热化,各队争先按下抢答器,争取答题机会。

据介绍,7月至8月期间,和

平街街道总工会在辖区企业中广泛开展安全知识宣传,敦促企业明确责任和义务,做好安全生产隐患排查和预警预报,充分发挥工会组织在安全生产工作中的群众监督作用,切实维护广大职工的安全健康。

该街道总工会相关负责人表示,希望通过本次“安康杯”知识竞赛活动的开展,向辖区企业普及公共安全应急知识,进一步强化生产经营单位安全生产意识和职业健康主体责任落实,引导广大职工群体提升安全保障能力和职业健康意识。

## 昌平区总工会走进回天地区宣传垃圾分类

本报讯(记者 周美玉) 近日,昌平区总工会志愿服务队走进回天地区智慧社区开展垃圾分类宣传活动。

活动中,工会工作人员通过向居民发放宣传彩页、垃圾袋,开展趣味游戏等方式进行宣传。活动设置巧手分垃圾、分类套圈、小手绘环保互动游戏,并通过“可回收垃圾、厨余垃圾、有害垃圾、其他垃圾”四类垃圾的讲解,指导

居民如何正确投放垃圾,使大家对生活垃圾分类的必要性和重要性以及操作方法有进一步的了解。

昌平区总工会党组书记、常务副主席王冰表示,垃圾分类不仅是一项环保工程,更是一种文明习惯的养成。昌平区总工会将继续做好垃圾分类走进社区活动,持续开展垃圾分类宣传工作,让“绿色、低碳、环保”的生活理念在社区传播开来。



海淀工会会员有了专享“爱心冰柜”

近日,海淀工会会员专享免费“共享冰柜”启动仪式在海淀工人文化宫举行。海淀区工会会员、快递小哥、网约送餐员、网约车司机、保安员等均可到海淀工人文化宫,现场使用北京工会12351APP扫描活动二维码,即可免费领取矿泉水。该区总工会相关负责人表示,为更好服务职工,聚焦新就业形态劳动者实际需求,区总工会将持续总结“共享冰柜”送清凉模式,打造提升职工生活品质服务品牌。 本报记者 赵思远 摄影报道

## 中建二局安装公司工会资助农民工子女圆大学梦

本报讯(记者 马超) “再过几天大学就要开学了,心里既兴奋又期待,多亏了‘彩虹益路’助学行动,让我离大学梦想更近一步。”近日,中建二局2023年“彩虹益路”助学活动在甘肃康乐县一中举行,来自甘肃康乐县农民工家庭的马楠等20名准大学生收到了价值5000元的笔记本电脑及助学礼。

“我报考的车辆工程专业要求电脑制图,可家庭收入只够缴

纳学费,笔记本电脑就成了奢望。”马楠表示,多亏了中建二局安装公司发起的“彩虹益路”助学行动解了他的燃眉之急。

近年来,中建二局安装公司工会加大对农民工群体的关注力度,帮扶困难农民工家庭走出困境。从2017年起,“彩虹益路”助学行动已连续开展了7年,让192名困难学生受益,他们大部分来自农民工家庭。目前,帮扶支出累计达到230余万元。该公司工会还积

极组织职工向甘肃康乐县捐款,投入356万元开展“安心”系列帮扶行动,帮扶农民工家庭留守儿童、修建乡村道路、开展助农直播、捐赠图书路灯……越来越多的爱心力量不断汇聚。

中建二局安装公司党委副书记、纪委书记、工会主席李蔓妮表示,大学生是国家未来发展的中坚力量,开展“彩虹益路”助学活动,资助帮扶困难大学生,也是用实际行动助力乡村振兴。



青年职工“充电蓄能”

记者近日从通州商业资产运营集团有限公司工会了解到,该集团资产管理部组织各基层单位青年骨干职工开展业务培训,内容涵盖房屋租赁、修缮工程实施经验等,以更好助力副中心经济发展,增强国有企业核心竞争力。 本报记者 周美玉 通讯员 高岩 摄影报道