



“工”创品质生活

“象工Fun开嗨”跑出向心力

象山县总工会创新构建“海洋+文体”职工服务生态圈



职工及子女参加缤纷海洋欢乐跑活动。

记者李凡 通讯员钱怡群报道 日前,宁波松兰山滨海旅游度假区的春日海风中激荡着活力与热情,一场融合了运动激情与山海诗意的创新实践正如火如荼上演。象山县总工会在此启动的“象工Fun开嗨”职工大舞台暨缤纷海洋欢乐跑活动,以“海洋运动+才艺展示+婚恋服务”三大主题为核心,拉开“海陆双驱、多维赋能”职工文化服务体系建设的

序幕。

山海联动
激活海洋文化基因

作为首发项目的缤纷海洋欢乐跑,以松兰山东沙滩“青年与海”绿道为起点、象山亚帆中心为终点,6公里的黄金海岸线为现场500余名职工串联起了北纬30度最美海岸线滨海风光。活动设计还巧妙地融入地方特色,赛道途经亚帆中心

等文旅地标,将职工运动与在地文化体验深度融合。

“平时工作忙,难得有机会与孩子共同挑战自我,这场奔跑既是对体能的突破,更是亲情的深度联结。”企业职工林女士带着13岁的女儿完成了欢乐跑全程,在运动中增强了亲情互动。

95后江西籍职工李女士与“象工晚七点”夜校羽毛球课相识的球友组团参赛,一群志趣相投的年轻人,通过工会组织的文体活动,建立起了跨地域的社交网络。“工会不再是传统印象中的‘模糊存在’,而是真正为年轻人打造归属感的服务平台。”李女士的感言,折射出工会服务模式从被动响应到主动创新的蜕变。

多维赋能
构建职工成长生态圈

“‘象工Fun开嗨’是继去年爆款项目‘象工晚七点’夜校后的服务升级版。”象山县总工会相关负责人介绍,本次活动将以欢乐跑为起点,后续逐渐推出职工达人秀舞台、

“海鸥之约”婚恋服务等特色项目,形成“运动社交+文化社交”的创新生态。

值得关注的是,达人秀舞台与象山影视城合作设立职工文创孵化基地,为车间能手、科研人员等群体提供跨界展示平台,这种打破职业刻板印象的设计,既释放职工潜能,又为在地文化产业注入新鲜血液。

更深层的改革体现在人才培养机制中。通过“劳模工匠学院”下基层开展技术宣讲、组织前沿技术研讨,象山工会正构建覆盖技能提升、文化滋养、社交拓展的立体化服务体系。“我们期待看见焊工站上脱口秀舞台、程序员秀出水墨丹青,每个职工都能找到发光发热的舞台。”象山县总工会相关负责人说。

产城共融
擘画共同富裕新图景

以欢乐跑带动沿线民宿、渔家乐消费,通过职工文创项目与影视产业联动开辟商业新路径,凭借劳模工匠技术宣

讲架起产学研用桥梁助力企业技术攻关……这种“工会搭台、职工唱戏、企业受益”的良性循环,实现了职工服务与地方发展的同频共振,蕴含着“小活动撬动大产业”的战略智慧。

这场以海洋为底色的职工文化创新,标志着象山县产业工人队伍建设改革进入深水区。通过构建“海洋特色+文体服务”矩阵,工会组织正以文化软实力重塑职工精神面貌:既有面朝大海奔跑迸发的生命力,也有舞台才华展示培育的自信力,更有技术攻坚磨砺的创新力。

随着“海鸥之约”交友服务、“职工文创孵化基地”等项目的陆续落地,象山县总工会的创新实践将持续释放“乘数效应”。在这里,广大职工不仅拥有文体活动的愉悦体验,更有人生出彩的机会;在地方发展的蓝图中,文化赋能带来的不仅是产业增值,更有人才生态的优化升级。这场始于春日海滩的活力,正在绘就产城人融合发展的新图景。

解锁沟通密码

湖州市总工会启动

“提升职工生活品质大讲堂”

本报讯 记者寿慧桢报道 “积极倾听时身体要前倾15度,这是让孩子感受关注的关键角度。”近日,湖州市总工会启动“提升职工生活品质大讲堂”年度系列活动,首场沙龙讲座——“慧沟通·不阻碍——心理学视角下的亲子沟通策略”在湖州市总工会职工服务中心工会驿站开讲。

现场,40余位职工家长在家庭教育专家庞辉的指导下,沉浸式演练与子女的沟通技巧。家庭教育专家现场剖析12岁以下年龄段孩子的心理特征,指导家长运用“积极倾听三步法”和“非暴力表达技巧”,帮助建立良性互动机制。

去年年底针对全市职工幸福指数调研中,超20%受访职工存在家庭关系紧张、职场沟通障碍等困扰。为此,今年湖州市总工会精准

聚焦需求,推出覆盖职工亲子关系、夫妻相处、同事沟通、职场维权等六大场景的“提升职工生活品质大讲堂”系列活动,全年共规划12期专题课程。

“课程设计必须要像分级诊疗一样精准。”湖州市总工会职工服务中心主任吴建国介绍,该系列活动建立三大机制:一是“案例情景剧+专家解说”双模块教学,将典型冲突场景搬上课堂;二是搭建“线上直播+社群辅导”持续学习平台,课程视频点击量已突破2000余人次;三是创设学分激励机制,年度积分可兑换家庭教育指导手册等特色礼包。值得一提的是,配套设置的三维“沟通能力量指数”测评系统(课前问卷、课堂演练、课后跟踪),受到职工广泛好评。数据显示,首期课程后83%参与者实现家庭对话质量提升。

杭州上城这场音乐会很燃

外卖小哥
争当“街头歌王”

本报讯 记者吴晓静 通讯员戴菁报道 独舞串烧、流行金曲、越剧表演……近日,一场别开生面的街头音乐会在杭州上城举办。活动上,12组参赛选手都是来自各行各业的职工,他们中有外卖小哥、都市白领、草根达人、劳模工匠等。

这场“‘埠一样’早春街头音乐会”是上城区献礼中华全国总工会成立100周年系列活动之一,由杭州市上城区总工会、上城区文广旅体局、彭埠街道党工委、彭埠街道办事处主办。

“音乐是我的‘第二份外卖’,送餐时顺带送欢乐!”外卖小哥刘凤叶的登场引发全场欢呼。这位“骑行歌者”曾在首届彭埠街头音乐会一鸣惊人,今年再度以原创歌曲传递温暖。他的故事十分励志、充满正能量,正是上城区总工会通过搭建舞台、提供资源,让普通人也能绽放才华。“感谢工会对我们这些外卖行业职工的关心关爱,我真的感受到了温暖!现在音乐已经成为我生活的一部分。”刘凤叶感慨道。

活动现场还发布了“新就业群体暖心服务十条”举措,涵盖技能提升、健康关

怀、文体活动等10项内容。快递员李师傅举着刚领取的“暖心拼图”说:“现在,我们不仅有了医疗保障,还能参加工会和街道办的文化班,心里踏实多了!”这些举措的背后,是上城区对新就业形态劳动者群体的全方位服务保障,通过技能培训提升获得感、健康关怀提升安全感,让该群体真正融入城市肌理。

一旁,非遗体验、手作咖啡、文创IP摊位、“春日之声”歌词打卡墙等活动体验精彩纷呈。下班后的职工们喝着咖啡,体验着手作美食,欣赏着音乐会的美妙歌声,在轻松的氛围里放松心情,疗愈身心,大家直呼惬意。

据悉,这样的音乐会将开展5场,接下来每周都有一场。同时,每场都将设置驻唱歌手,让观众感受火热音乐竞技氛围的同时,享受不同形式的文化生活体验。

接下来,上城区总工会还将结合“五一”国际劳动节开展包括“看见最美劳动者”上城区劳动者摄影征集活动、“专注的劳动者都是发光体”上城区职工阅读交流示范活动在内的庆祝100周年“红五月”系列活动。

工位旁的“精神快充”

杭州萧山职工有了专属“班味和解计划”

本报讯 记者吴晓静 通讯员褚梦圆报道 中午时分,位于杭州市萧山区的先临三维科技股份有限公司的食堂传出阵阵歌声,忙碌了一上午的职工们陆续走出食堂,准备在沿河小公园享受短暂的休息时光。不过与往常不同的是,近日这里多了一些别样的热闹——一场快闪式的“班味和解”互动体验正在进行。

这是萧山区工人文化宫推出的全新品牌“班味和解计划”,旨在为职工工间提供精准便利、新颖多样的沉浸式体验,让大家在短暂的休息中拥有触手可及的欢乐和幸福,从而以更饱满积极的状态重新投入工作,营造和谐、友爱、愉悦的工作氛围。

踏入活动现场,仿佛置身于欢乐的嘉年华。职工K歌区传来阵阵欢声笑语,萧山区工人文化宫的声乐老师带领职工们热情高歌;拍照区吸引众多职工打卡,他们用手机

记录精彩瞬间;沙包游戏区充满竞技的乐趣,随着沙包在空中划出一道道弧线,现场欢呼声此起彼伏;绘画区宛如一片宁静的创作天地,大家沉醉于绘画带来的自在享受。

整个活动现场氛围轻松愉快,反响热烈。职工们纷纷表示,虽然只有一个半小时的时间,但这样的活动让他们在工作之余感受到片刻的放松与温暖,在咫尺之间完成了一次高效的“精神快充”。

活动现场还举办了“首届职工俱乐部文化节”,组建了摄影、篮球、户外、国风、音乐、舞蹈等13个职工俱乐部。今后,这些俱乐部将成为一条条纽带,进一步促进职工之间的交流与互动。

今年,“班味和解计划”一经推出就受到基层工会的热烈响应。接下来,萧山区工人文化宫将走进10家企业,为职工们提供工位半径内的文化补给,努力构建更有亲和力的和谐劳动关系。



职工K歌区欢笑声不断。

以爱为笔 共绘“她”精彩

金华市总工会“三大行动”构筑女职工立体化服务体系

记者羊荣江 通讯员申春、卢奕仿报道 近日,一场以“悦会春日”为主题的青年职工交友联谊活动在金华市金东区岭下镇白鹭营地拉开帷幕。100位来自制造、教育、医疗等行业的单身青年职工,通过参加互动游戏、自助烧烤等环节寻觅缘分。

这场充满温情、浪漫的交友联谊活动,是金华市总工会女职工维权服务月系列行动的一个生动缩影。

3月以来,金华市总工会紧扣“汇聚‘她’力量·奋力谱‘新’篇”主题,以“法治护航”“健康巡航”“技能续航”三大行动为抓手,为女职工构筑权益保障、健康守护、职业发展的立体化服务体系。

法治护航
撑起权益保障“一片天”

日前,金华市绿源电动车

有限公司厂区内人头攒动,一场由金华市总工会、金华经济技术开发区总工会和市妇幼保健院联合开展的“情系女职工护航半边天”主题活动,为900余名一线女职工送上暖心服务。

“怀孕期间可以享受哪些特殊权益?”“在街边店买衣服,回家后发现买贵了,怎么维权?”“替人担保结果自己被列入黑名单怎么办?”……在“法律咨询角”,女职工们争相咨询法律问题。来自浙江泽大律师事务所的律师团队针对问题一一解答,并提供切实可行的解决方案。而一旁的“心理疏导站”里,心理咨询师夏丁玲正帮助女职工疏解郁结,释放压力。“不少姐妹抱怨爱人对家庭贡献少,我们给她们做心理疏导,并引导她们多沟通。还有一些姐妹倾诉职场性别歧视的困扰,我们通过案例模

拟教她们依法维权。”夏丁玲说。

与此同时,工作人员在现场发放《中华人民共和国劳动法》《中华人民共和国工会法》等与劳动者权益紧密相关的法律法规宣传资料,重点聚焦职工权益、网络安全及婚姻安全三大领域开展普法宣传。

健康巡航
织密生命守护“一张网”

日前,金华市妇幼保健院体检中心早早就排起了长队。从事家政行业的胡女士完成了宫颈癌筛查。这场面向女性新就业形态劳动者的专项筛查行动,是金华市总工会“健康巡航”的重要一环。200余名来自货运、快递、家政行业的女职工,在3月分批完成乳腺超声、HPV检测等8项检查。

“筛查异常者将被纳入跟

踪系统,工会提供医疗补贴和心理援助。”金华市总工会相关负责人介绍。

此外,金华市总工会还与市妇幼保健院联合开展多场义诊活动,为广大女职工构筑“健康防线”。

技能续航
点燃职业发展“一束光”

日前,金华市总工会职工学校组织部分基层工会的女职工开展DeepSeek公文写作与政务PPT制作实操培训。“培训老师从基础原理讲起,由浅入深,令我受益匪浅!”来自金华市顺丰速运有限公司的管理人员曹巧霞说。

技能提升的舞台从工作延展至生活。依托职工学校,金华市总工会开展“订单式服务”,推出涵盖插花、茶艺、化妆、心理健康等内容等多项培训课程。特别为新就业形态劳

动者举办的插花培训,不仅丰富了女职工们的业余生活,还让她们感受到工会的贴心关怀,激励着她们以更饱满的热情投身工作。

“每天像陀螺一样转不停,今天终于能静下心来创造美好。”美团女骑手冉敏捧着亲手制作的插花作品,眼中闪着光。这位日均配送70单的“单王”妈妈,想把自己的插花作品送给儿子,告诉他生活不止眼前的忙碌,还有诗和远方。

“我们要做的是‘精准滴灌’,让每位女性都能找到成长坐标。”金华市总工会党组成员、副主席李蓓表示。

女职工维权服务月期间,一组数据彰显工会温度:金华市总工会累计开展普法、义诊等活动13场;开展职工免费培训近100期,惠及职工5000人次;发放普法资料近1万份,惠及2万余人次。



外卖小哥刘凤叶登场引发全场欢呼。