

春回大地、万物复苏。为让女职工在忙碌的工作之余，充分感受到来自“娘家人”的温暖和关怀，进一步提升她们的幸福感和归属感，丰台区总工会女职工委员会精心筹备，带领全区各级工会组织开展了形式多样、丰富多彩的庆祝活动，引领全区广大女职工以实际行动诠释“自尊、自信、自立、自强”精神，彰显新时代女性“柔肩担重任，巾帼绽芳华”的独特风采。

三月芳菲至 巾帼谱华章

——丰台区总工会开展情暖女职工系列活动纪实

□本报记者 余翠平 通讯员 郑爽

巾帼风采树榜样 争做最美奋斗者

“未来，我们将以巾帼劳模工匠为标杆，立足本职，以更加饱满的热情为辖区经济社会发展贡献巾帼力量。”女职工们表示。3月伊始，丰台区总工会女职工委员会组织全区女职工观看了以“奋斗圆梦 巾帼荣光”为主题的2025年庆“三八”首都巾帼劳模工匠风采展示活动。在观后感中女职工们表示：“我们切实感受到了女职工也能在自己的岗位上创造出一片天地。我们不仅从这些动人事迹中汲取了力量，未来更会向榜样学习，向优秀靠拢，为国家发展和社会进步而建功立业。”

伴随着一曲“咱们工人有力量”，丰台区气象局工会以“学习劳模精神、劳动精神、工匠精神”为主题的道德讲堂活动拉开了序幕，女职工们共同学习劳模的先进事迹，感受劳模攻坚克难、勤耕不辍的精神。

中国建筑土木建设有限公司华北分公司工会开展了“巾帼月”主题宣传活动，以巾帼文明标兵为学习对象，制作海报多渠道展示巾帼风采。同时，该公司工会还组织开展了巾帼故事分享会等活动，挖掘不同岗位女职工特色亮点，引领女职工建功立业。该公司微信公众号专门开设了“巾帼风采展播”专栏，形成“处处见典型、时时受鼓舞”的宣传效应。

丰台区委卫生健康工委则举办了以“争做巾帼先锋 共筑健康丰台”为主题的庆“三八”国际劳动妇女节大会，设置先锋之光、力量之光、智慧之光三个篇章，全面展示全系统女职工时代风采，宣传女职工榜样力量，助推区域卫生健康事业高质量发展。

身心健康同关注 法润巾帼护权益

“这样的健康讲座对我们来说太实用了，希望工会以后多多举办类似的讲座。”为促进女职工健康生活方式的养成，实现身心和谐与全面发展，丰台区税务局工会邀请北京安贞医院内科主任田锐教授为全局女职工进行了《心肌梗死的自救与预防》的健康知识讲座，为女职工现场普及心肌梗死的常见症状，指导帮助大家学会科学预防和有效自救。右安门街道总工会则邀请中医专家围绕春季气候特点，讲解实用养生知识，指导女职工通过合理膳食、规律作息、适量户外运动等方式增强体质、预防春季常见病，并在活动结束后增设中医诊脉环节，帮助女职工调理身体。

丰台区医保局工会、太平桥街道总工会以女职工心理关爱服务周活动为契机，开设了线上女职工幸福大讲堂、大咖在线说、心理咨询服务和线上心理体检等多项活动，全方位、多角度覆盖了亲子关系、自我认知、个人成长等多个维度，针对女职工普遍关注的热点话题为其提供专业、科学、免费、私密的贴心服务，帮助广大女职工缓解工作和生活中的情绪压力，促进家庭和谐幸福。马家堡街道总工会精心策划了一场温馨而意义深远的“三八”心愿寄语活动，通过装点创意十足的“寄语墙”和打卡背景墙，吸引了众多女职工积极参与其中。大家纷纷在精美的卡片上写下自己对人生的深刻感悟、心愿与梦想，以及对家人、挚友的美好祝福。一张张承载着美好愿望的卡片贴在墙上，形成了一道充满温情与希望的风景区。西罗园街道总工会开展了女职工“两癌”知识宣传活动，发放了“两癌”知识宣传手册，让女职工们通过学习，加强对“两癌”防治知识的了解，提升健康意识。

法律知识是女性自我保护不可或缺的强大盾牌，为了捍卫女职工的合法权益，提升女职工的法律认知与自我保护能力，花乡街道总工会、新村街道总工会、宛平街道总工会、和义街道总工会、大红门街道总工会纷纷开展了普法宣传活动。专门邀请律师团队进行法律咨询、维权科普讲座，深入解读《中华人民共和国妇女权益保障法》《女职工劳动保护特别规定》和《反家庭暴力法》等相关法律法规，同时还分享了关于劳动就业、职业发展、生育保护、婚姻家庭等方面的实用知识，引导女职工们学会依法维权，运用法律手段来捍卫自身的尊严与合法权益，让法律之光保驾护航，照亮每一位女职工的前行之路。

北宫镇总工会将“全民国家安全教育日”的宣传活动与“三八”国际劳动妇女节相融合，携手镇司法所，特邀长辛店法庭的法官为女职工们上了一堂别开生面的国家安全教育课。通过精心准备的宣传手册以及生动的案例讲解，详细解读了《国家安全法》相关法律法规，深入浅出地阐述了国家安全的内涵与外延，让抽象的法律条文变得通俗易懂。女职工们纷纷表示：“以前总觉得国家安全离我们很远，今天听了讲解才知道，其实我们每个人的言行都有可能影响到国家安全。今后，我一定会更加注意自己的行为，积极向身边的人宣传国家安全知识。”

志愿精神广弘扬 倡导文明新风尚

丰台区消防救援支队工会组织“巾帼服务队”化身



丰台街道总工会开展“礼赞芳华 巾帼荣光”女职工朗诵会

科普先锋，以饱满的热情和专业素养，为居民送上“安全+科普”志愿宣传活动，为“三八”国际劳动妇女节增添了别样色彩。女指战员们通过消防器材体验、家庭隐患排查游戏等互动项目，带领居民学习灭火器使用、逃生绳结技巧等实用知识。现场还设置多块科普展板，发放应急手册500余份，用“看得见、摸得着”的方式筑牢安全防线。“没想到逃生绳结有这么多门道，今天真是涨知识了。”参与活动的李阿姨连连点赞。该“巾帼服务队”队长表示：“我们将持续走进更多社区，把消防科普融入日常生活，让安全成为居民最温暖的‘铠甲’。”

丰台区明颐宏医院工会开展了“巾帼健康直通车”志愿服务义诊活动，组建了一支由医术精湛、温柔细心的女医生、女护士组成的医疗志愿团队，为周边社区居民，尤其是女性朋友提供便捷的健康检查并科普相关健康知识，用实际行动诠释了医者仁心的真谛，将关心与关爱化作实实在在的医疗服务，送到社区居民身边。

丰台街道总工会开展了以《志愿三月 绽放“工”力量》为主题的职工沟通会，以“志愿+服务”形式更有效地开展“双沟通”工作，将志愿服务带到职工身边，提升职工对志愿服务的认同感，引导职工主动参与各类志愿服务活动。

中国建筑土木建设有限公司华北分公司工会组织开展爱心捐赠活动，以公益善举诠释巾帼温度。女职工们积极响应，捐赠衣物、书籍等物品高达80余公斤。该公司工会还特地为参与捐赠的女职工精心准备了花朵盆栽，记录下这份温情与美好。

铿锵玫瑰秀巧手 手作传承匠人心

“插花时要高低错落，就像我们的生命既有绽放的热烈，也有含苞的期待一样。”六里桥街道总工会和玉泉营街道总工会的女职工们在插花活动中，一边听着老师讲解花材养护知识和造型设计，一边用她们的手巧将各种颜色的鲜花交错布置，巧妙融合。王佐镇总工会则带领女职工们利用具有独特药用价值的荞麦壳、艾叶、观音茶梗、薰衣草、薄荷、侧柏壳等物料按照精心搭配的比例，制作出散发阵阵香气的药枕，既有助于睡眠，又兼具保健功效。

成寿寺街道总工会以“绿色生活、心灵减压”为理念，通过将水草、砂石、金鱼等元素融入精致的玻璃瓶之中，打造“一景一世界”的海底花园微景观。职工小张感慨道：“平时工作节奏快，很少有机会能静下心来

动手做点什么。这次活动让我沉浸其中，感受到了手工创作的乐趣，看到自己亲手完成的作品，特别有成就感。”

太平桥街道总工会的女职工们匠心独运制作出别具一格的花艺相框，有的用唐代服饰人偶、永生花、红色纱幔及暖黄灯带制作了“唐宫盛世”；有的用鲜艳的红玫瑰配上多彩小花、白色棉絮和红色丝带打造了“花开富贵”；还有的呈现了“千里江山”，青绿服饰人偶翩翩起舞，永生花与苔藓、珠串流苏点缀其间，宛如山水画卷徐徐展开。“大家一起动手，遇到问题互相帮忙，创意在交流中不断涌现。在这次活动中，大家也加深了对彼此的了解，拉近了距离。”职工小孙说道。

以漆为媒，以扇为载，长辛店街道总工会制作独具特色的漂漆折扇，将东方美学的精髓展现得淋漓尽致。女职工们将扇面放入水中，然后缓缓搅动，使色彩跃然于扇面之上，绘就出一幅独一無二的图案。这把融合了自然韵味的漆扇，以其独特的魅力和深邃的文化底蕴，深深吸引了在场的每一个人。丰台区人力资源和社会保障局工会组织女职工们精心挑选染色鹅毛、耐心涂抹粘贴，用心调整形状，一枚枚美轮美奂的仿点翠胸针焕然一新。参与本次活动的女职工表示：“沉浸式体验让工匠精神传承可触可感，这些凝聚着匠人智慧的瑰宝，激励我们在新时代新征程中赓续文脉、勇毅前行。”

一束束象征着美丽和坚韧的鲜花，一张张承载着祝福的贺卡，以及一份份凝聚心意的小礼物……中关村科技园丰台园总工会将这些春天的美好送到园区约6000名辛勤耕耘于科技前沿的女职工手中，让在科技创新浪潮中乘风破浪的女职工，能切身体会到来自工会的深切关怀与浓浓暖意，使她们在紧张忙碌的工作间隙体会到被珍视与尊重的美好，收到一份生活的“小确幸”。

丽泽金融商务区管委会工会成功举办了“三八”嘉年华活动，活动现场设置了艺术摄影、量子健康检测、DIY手工、春日市集四大主题体验区域。女职工们怀揣对生活美学的热忱，在镜头前绽放自信而灿烂的笑容；感受科技赋能健康的新奇体验；一件件手工作品在指尖灵活流转；漫步在热闹非凡的市集，欣赏琳琅满目的文创好物……这场集艺术、科技、匠心于一体的春日嘉年华，让现场洋溢着欢乐的美好氛围。

凝聚巾帼之力，奋进崭新征程。未来，丰台区总工会女职工委员会将继续带领全区广大女职工在各自岗位上绽放最美丽华，以自信坚韧、斗志昂扬的姿态，为推动区域经济高质量发展贡献更多巾帼智慧与力量，在新时代的春风里书写更多的精彩篇章。



丰台区消防救援支队“巾帼服务队”为社区居民科普消防安全知识



太平桥街道总工会开展花艺相框制作活动



王佐镇总工会开展养生药枕制作，活动前还带领女职工们一起做颈椎操



西罗园街道总工会举办“美丽三八，情系巾帼”商场信息员专场女职工沟通会



大红门街道总工会组织观看“奋斗圆梦 巾帼荣光”庆“三八”首都巾帼劳模工匠风采展示活动直播



丽泽金融商务区管委会工会举办“丽泽巾帼共话未来”系列活动



云岗街道总工会组织制作小夜灯



玉泉营街道总工会开展插花活动



花乡街道总工会开展多肉组盆活动