

# 件件实事暖民心 点滴服务显担当

办实事  
解民忧

在服务群众的“最后一公里”，总有一群“娘家人”和基层党组织奔走在前，把群众的“烦心事”办成“舒心事”，用实际行动践行以人民为中心的发展思想：普洱市总工会深耕职工心理健康服务领域，把暖心的心理关怀送进企业、送到职工身边；澜沧县总工会以“工会+N”联动机制，在48小时内化解跨省务工人员欠薪纠纷，跑出了维权服务的“加速度”……一件件实事，是打通服务群众“最后一公里”的生动实践，我们只有始终把群众的“柴米油盐”放在心上，把“急难愁盼”抓在手上，才能把工作做到群众心坎上。

## 深耕职工心理服务 筑牢幸福“心防线”

——普洱市总工会多维发力守护职工心理健康

□记者 何流文/图



职场竞争的压力、日常生活的琐碎等，是当下广大职工普遍面临的身心困扰，长期累积的心理压力极易影响生活质量与工作状态。为全方位守护职工身心健康、精准回应职工心理诉求，历经两年深耕细作、持续探索创新，普洱市总工会稳步搭建专业化、常态化、全覆盖的职工心理服务体系，持续培育心理服务骨干力量，不断推动心理服务活动走深走实。

强化服务体系建设  
做实职工关爱服务

两年来，普洱市职工心理辅导员培训工作扎实落地、硕果累累。2025年，全市共开设4个基础班、2个骨干班，实现各系类、各单位全覆盖，共吸引207名职工踊跃报名参加，最终40人顺利通过考核，成为持证上岗的专业职工心理辅导员。今年以来，又有187名来自各行各业的职工积极参加培训，为普洱职工心理服务队伍注入源源不断的新生力量。

经过两年多的深耕细作与探索实践，普洱市总工会逐步搭建起“专业机构+辅导员+志愿者”三级暖心心理服务体系，推动心理关怀工作向常态化、专业化、全覆盖方向发展。截至目前，全市已累计开展心理疏导、健康讲座、团体辅导等暖心服务活动152场次，惠及职工3.57万人次，切实将关怀送到万千职工的心坎上，不断提升职工群众的幸福感、获得感和安全感。

创新培育模式  
打造精品课程

普洱市总工会始终立足职工工作、生活实际，构建起“课堂授课+阵地服务+专题宣讲”的多元培育体系，倾听职工心声、化解心理焦虑、舒缓工作和生活压力，以暖心、走心的全方位心理服务守护职工身心健康，切实当好职工信赖的“娘家人”。

在开展普洱市职工心理辅导员培训中，市总工会创新采用“沉浸式体验+工具训练+考核认证”三位一体的培育模式，兼顾理论积淀与实践操练，让心理培育工作真正体现全方位、接地气、有实效。同时，开设普洱惠工课堂，邀请心理讲师普及心理健康知识；打造专属心理咨询室，耐心为职工疏导情绪、排忧解难，用点点滴滴守护大家的身心健康；举办职工心理健康大讲堂，把专业的心理知识送到各行各业一线，通过普及心理健康常识、分享科学减压方法与情绪调节技巧，帮助广大职工树立积极健康的心态。

目前，市总工会已通过搭建多元化心理服务阵地，让每一位参训学员学有所获、学有所用，以全方位服务模式，持续筑牢职工心理健康防线。

培育骨干力量  
以初心赋能温暖同行

依托职工心理辅导员培训班这一平台，市总工会不仅融合了专业心理咨询力量，更培育出一批优秀的心理服务骨干。2025年，5名优秀结业学员牵头组建“五朵小金花”讲师团，每周轮流在市总工会

开展公益讲座，现场为广大职工答疑解惑、传授心理调节方法，帮助大家有效化解家庭矛盾、舒缓职场情绪。

滇西应用技术大学普洱茶学院教师马付婕，是“五朵小金花”讲师团的核心成员之一。2025年，她参加普洱市职工心理辅导员培训班并顺利结业，自此爱上心理学、投身心理服务工作。线下，她奔走于工会讲堂与社区邻里间，免费分享家庭教育知识、提供心理咨询服务，用心化解邻里矛盾与亲子关系困扰；在日常教学中，她巧妙将心理疏导技巧融入课堂，帮助学生释放学业压力，引导大家以轻松积极的心态投入学习。

“要先装满一桶水，才能一碗一碗地分出去。”这是优秀学员游燕始终坚守的初心。作为普洱市委党校的工会主席，她深知想要温暖他人、治愈自己，首先要不断充盈自己、提升专业能力。为了给职工提供更专业、更优质的心理服务，她主动报名参加第二期培训，并以助教身份参与第二期的培训教学，在复盘实践中沉淀知识、锤炼能力，持续提升专业素养，只为以更扎实的能力守护更多职工的心理健康。

两年来，一场场培训播撒心理健康的种子，一次次服务传递工会“娘家人”的温度。接下来，普洱市总工会将持续优化完善心理服务体系，以更细腻的关怀、更专业的服务、更温暖的举措，陪伴全市职工笃定前行、向阳生长，为普洱市经济社会高质量发展注入源源不断的“心动力”。

## 澜沧县:运用“工会+”联动机制

当6名来自外省的务工人员走进澜沧拉祜族自治县总工会的大门时，他们或许并未想到，这场让他们焦头烂额的欠薪难题，会在不到48小时内圆满解决。

近日，澜沧县总工会通过启动“工会+N”多元联动机制，成功化解了一起跨省务工劳动争议。这起案件不仅关乎数万元的“血汗钱”，更成为全面推行新时代“枫桥经验”工会实践的一个鲜活例证。

对峙：  
17000元差距下的“死结”

事情的起因并不复杂。这6名务工人员在当地某通信基站项目仅施工3天后，便因项目方资金周转和材料供应问题被迫停工。事后，他们多次与项目方沟通复工及薪资结算事宜，却屡屡被“踢皮球”。

无奈之下，他们找到了工会。然而，调解之初便遭遇了巨大阻力：务工人员主张的误工费、食宿费、往返运费等合计2.7万元，而用

工责任方仅认可极少部分的计件工资，双方金额分歧高达1.7万余元。双方情绪对立严重，常规的面对面调解根本无法进行，仿佛一个解不开的“死结”。

破局：  
“工会+N”联动的“关键一招”

面对僵局，澜沧县总工会没有单打独斗，而是迅速启动了“工会+人社+企业+律师”的联动处置机制，这成为打破僵局的关键。

源头施压，让企业有“责任心”。工会直接邀请项目所属总公司负责人到场，压实了主体责任，从根源上解决了现场管理方“推诿扯皮”的问题。

专业支撑，让调解有“底气”。驻会公益律师逐条梳理法律关系，明确各方责任，让法理明了。人社部门工作人员现场解读用工薪酬标准，让政策清晰。

情理交融，让调解有“温度”。针对尖锐的对立情绪，工作人员创新采用“背靠背”调解方式。一边

## 快速帮助跨省务工者解“薪”愁

安抚务工人员情绪，引导其依法维权；一边向用工方阐明跨省务工人员的不易，解读法律风险和违法失信的代价。

闭环：当场兑付的“定心丸”

经过数小时的多轮疏导协商，双方终于达成和解。令人欣慰的是，在工会的督促下，用工责任方当场一次性支付了6名务工人员的工资及停工损失补偿16000元。

从接访到化解，全程用时不足48小时，真正实现了纠纷“快接、快调、快结”，让务工人员“带着诉求来、拿着补偿走”。这不仅是一次成功的调解，更是对“案结事了人和”标准的生动践行。

启示：  
从“灭火”到“防火”的治理智慧

这起案件虽小，其背后折射出的治理逻辑却颇具深意。首先，速度是化解矛盾的生命

线。劳动争议等不起，拖不得。澜沧县总工会“接诉即办、马上处置”的快速响应机制，有效避免了“小事拖大、大事拖炸”。

其次，单一部门的力量是有限的，但“工会+N”的合力是无限的。将工会的协调能力、人社的行政监管、律师的法律服务、企业的社会责任整合在一起，变“单兵作战”为“协同共治”，是提升维权效能的关键。

更深层的启示在于，源头治理才是长治久安之策。此次纠纷的根源在于项目用工管理粗放、手续不全。正如澜沧县总工会所强调的，必须坚持治标与治本并重，常态化推进用工普法、隐患排查和风险预警，才能真正筑牢和谐劳动关系的基础。

当6名务工人员诉求得以解决时，他们握住的不仅是一份劳动报酬，更是对“有劳动争议，可以找工会”这份信任的回应。澜沧县总工会用48小时的“加速度”，跑出了为民办实事的“温度”，也架起了一座跨越省界的“连心桥”。

(来源:中国日报网)

## 勐大镇:办好“小事情”撬动乡村治理“大民生”

本报讯(通讯员 严心梅 周天宏 文/图) 近期,镇兴彝族哈尼族拉祜族自治县勐大镇聚焦民生“微痛点”,以各村党组织为核心,从群众“急难愁盼”的小事入手,推动一批过去“不好说、不好办”的烦心事得到解决,乡村面貌焕然一新。

“以前生活污水无处排放,直接排到路边,夏天臭气熏天,雨天污水横流,出门都难下脚。”文开村五组小组长周灿东说起过去的环境问题感触颇深。作为影响全村人居环境的“老大难”,文开村党总支经过实地调研、多方商议后,结合村组居住分散的特点,确定了“小三格+大三格”分散式污水处理方案。项目涉及5个村民小组共52户村民,村里先开动员会讲清政策,随后,党总支成员分片包干,挨家挨户上门讲解、协调施工,最终实现每户生活污水全收集、全处理。

桂花甲村的洪许大沟是流经9个村民小组的灌溉主渠,由于年久



失修,沟壁坍塌、渠内淤积严重,沿线农田灌溉受到极大影响。村党总支摸清情况后,第一时间将修复工程列为重点工作,迅速组织清淤整治。“这是给我们自己修‘饭碗渠’,我们当然要出力。”外村村民

小组小组长杨明顺说。施工期间,村“两委”班子带头上阵,村民们积极投工投劳,累计出工200余人次。工程完工后,水渠排灌功能全面恢复,为沿线261户718人的农田灌溉提供了坚实保障。

同样围绕“水问题”办实事的还有库达村。该村原有灌溉水渠渗漏严重,影响了农业生产。在村党总支的号召下,村民们自发组织施工队伍,将老旧的水渠改建为坚固的“三面光”渠道。如今,水流能顺畅直达田间,农业生产用水稳定性大幅提升,村民们再也不用为浇地犯愁。

文雷村则把着力点放在改善出行条件上,村“两委”班子带头拿起工具,清理主路堆积的杂草,修整坑洼路面。针对偏远的村民小组,村“两委”广泛发动群众,小组长带领村民“看见就做,拿起就干”,自发投工投劳参与环境整治。

办好一桩“小事情”,就是打通一个乡村治理的“神经末梢”,架起一座连接民心的“连心桥”。下一步,勐大镇将完善工作机制,总结实践经验,鼓励各村以“两委”班子为牵头主体,主动排查问题,切实解决民生实事,持续提升群众的获得感、幸福感、安全感。

## 普洱学院2026届3469名学子毕业

本报讯(记者 杨柳青) 近日,普洱学院举办以“奋楫扬帆,赓续华章”为主题的2026届毕业典礼暨学位授予仪式,送别3469名毕业生奔赴人生新征程。

仪式流程简洁庄重,依次完成奏唱国歌、宣读毕业生和优秀学生代表发言、师生代表发言、学子献礼等环节。

仪式上,普洱学院领导勉励青年学子要树立远大志向,在攻坚克难的实践中锤炼过硬本领,牢固树立

立正确的世界观、人生观、价值观,坚定理想信念、涵养高尚品德、磨砺坚韧意志,自觉把个人理想追求融入国家发展、民族复兴大局,脚踏实地、奋勇向前。要厚植家国情怀、铸牢中华民族共同体意识,做胸怀家国的担当者。要坚守实干底色,脚踏实地、笃行不怠,立足基层、扎根一线,争做脚踏实地的奋斗者,让青春在不懈奋斗中绽放绚丽之花。

## 普洱市举行2026年“一张课桌的陪伴”助学捐赠仪式

本报讯(记者 吕禾 通讯员 李金凤 文/图) 近日,普洱市志愿服务联合会、思茅区茶城志愿者协会联合到思茅区六顺镇中心小学开展“一张课桌的陪伴”助学支教志愿服务捐赠仪式。

据介绍,此次活动向六顺镇中心小学捐赠了200套全新课桌椅,补齐教室硬件缺口。下一步,普洱市志愿服务联合会将持续深耕“一张课桌的陪伴”助学支教志愿服务

项目,常态化摸排乡(镇)学校办学硬件需求,动员社会爱心资源下沉乡村校园,汇聚志愿服务微光,助力教育均衡发展。



## 假日期间,安全第一! 这些知识大人孩子都要掌握

为了让孩子们度过一个平安、健康、快乐的假期,在此提醒大家不管是在家里,还是带孩子出游,务必高度重视安全问题。

### 严防溺水

- 假期带孩子去泳池、海边玩耍时,要注意防范溺水危险,家长要切实承担起监护责任,加强对孩子的教育和管理。
- 警惕这些溺水高风险地点:4岁以下儿童的溺水高发地点主要是家中的蓄水容器,如水缸、浴盆等。5至9岁儿童溺水高发地点会涉及水渠、池塘和水库等。10岁以上儿童活动范围更大,主要为池塘、湖泊和江河等。
- 当家长带着孩子游泳戏水时,要做到以下四点:
  - 不冒险:去正规的游泳场所,如游泳池,避免让孩子独自游泳和戏水。
  - 不分心:在孩子玩水时,家长要时刻看护。
  - 不远离:一定要对孩子进行接触式看管,确保孩子在自己的身边和周围。
  - 不大意:提前对孩子做好安全教育,下水前熟悉环境。

### 交通安全

- 教育孩子严格遵守交通规则,走路要走人行道,过马路要走斑马线,并且左右观察,确定安全后再通过。
- 不在马路上嬉戏打闹、不闯红灯、不翻越交通隔离栏。
- 未满12周岁不能骑自行车上路,未满16周岁不能骑电动自行车上路。
- 教育孩子乘坐公共交通工具时,自觉遵守地铁、公交车、长途大巴车等乘车规范,待车停稳后,有序上下车;不乘坐无牌无照的车船,不乘坐超员超载车辆。
- 警惕汽车盲区,告诫孩子停驶的汽车也危险,让孩子牢记“三不”:不在车前跑,不在车后留,不在车边站。
- 开私家车出行,要提前检修车辆,确保车子状况良好;不要让孩子坐副驾驶位,4岁以下儿童须坐儿童安全座椅。
- 家长也要做到开车时系好安全带、不看手机、不酒驾、不疲劳驾驶,安全出行。

### 外出安全

- 外出旅游时,请关闭家中电源总闸、煤气阀和天然气阀,及时清理阳台楼道杂物,做好家庭防火安全工作。
  - 家长带孩子出门时,一定不能让孩子离开自己的视线,务必让孩子牢记父母姓名、住址、电话等信息。
  - 家长带孩子玩游乐设施时,要认真阅读游戏说明,根据孩子的年龄、身高等要求选择适合的游乐设备。
  - 漂流、乘船等水上活动,本身具有一定的危险性,家长一定不能缺席。除了帮助孩子按照相关要求,做好穿救生衣等防护措施,还要注意看好孩子,以防发生突发事件。
  - 选择正规景区,让孩子在安全区域内游玩,避免进入未开发的区域。
  - 带孩子接近大自然的时候,一定要小心蚊虫叮咬。如果带孩子到草地中玩耍,最好穿不露脚丫的裤子和运动鞋,并且给孩子做好防蚊虫措施。
- (来源:“中国教育报”微信公众号)