

# 河北区总工会组织心理健康活动 “破冰”之后大家把心事说开了

近日,在河北区总工会组织下,振德里社区与金辰园社区联合开展了一场公益服务活动。30余名企业职工、外卖骑手、快递小哥围坐在一起,在交流中释放压力、放松心情。



外卖骑手参加“破冰游戏”

“破冰游戏”很快打破了陌生人之间的拘谨。有人第一次说出“昨天被投诉了,心里一直憋得慌”,也有人分享“连续加班后,看谁都像坏人”。专业讲师没有空讲大道理,而是带着大家做正念呼吸、情景模拟,学习如何应对职场冲突,还现场教了几

种情绪急救小技巧。让参与者觉得实用的,是活动把“心理疏导”和“法治维权”结合起来。工会工作人员现场讲解劳动权益保障和纠纷化解渠道。“不光教我们怎么调节情绪,还告诉我们遇到欠薪、工伤该找谁、怎么办。”一位企业职工

在活动后说。此次活动让大家既学到了科学减压、情绪管理的方法,也了解了维权渠道。一位外卖骑手临走时说:“以前觉得工会离我们挺远,今天发现,娘家人就在身边。”

文/摄影 记者 张晨

## 踢脚板“翘角”有人管

“家门口”便民服务队走进养老活动中心

近日,红桥区苑街道“家门口”便民服务队走进国和园小区老吾老活动中心,对室内松动、破损的踢脚板进行了细致修缮。这支便民服务队长期扎根社区,一直为居民提供各类小修小补服务。

随着春日气温回升,前往国和园小区老吾老活动中心下棋、聊天、参加活动的老人越来越多。可就在几天前,不少老人进门时还得格外留神——活动中心内多块踢脚板已经松动、开裂,甚至翘起一角。“尤其那几块松动的,”正坐在靠墙椅子上看

报的张叔叔摘下老花镜,指了指,“从这儿过,可得小心点,别被绊着。”

变化,始于一次细致的观察。不久前,“家门口”便民服务队的志愿者在活动中心开展便民服务时,听到老人们闲聊中提起这件烦心事。一次搀扶老人起身时,志愿者又发现一块翘起的踢脚板存在安全隐患。“这问题得赶紧解决。”服务队队长陈永东当即表示。次日,几名志愿者便带着工具来到活动中心,沿着墙面逐块检查,用手轻轻晃动,将破损、松

动的踢脚板一一做好标记,准备后续修缮。

修缮当天,“家门口”便民服务队的志愿者弯腰忙碌,拆下破损踢脚板、加固松动部位。经过一天的施工,原本斑驳破损、存在隐患的踢脚板焕然一新,变得更加牢固。“修得好,又结实又耐用,”王凤珍阿姨看着修缮后的踢脚板说,“服务队总是想着我们居民,经常来为我们修修补补!”一次及时修缮,也让老人们心里更踏实了。

记者 董欣妍

## 共用管道“闹脾气” 居民商户合力修

河北区华屏里社区最近上演了一场“管道抢修记”。不知从何时起,楼道里开始漫水,底商地面也湿了一片。居民进出时踩得一脚污水,商户老板看着渗水的墙角也摸不着头脑。到底是哪家的管子出了问题,一时没人说得清。

社区网格员孙铭慧接到居民反映后,立即展开排查,并协调供热、自来水公司工作人员到场共同查找原因。经过现场查看,问题终于查明:漏水点来自居民和底商共用的下水管,因接口松动、管道变形导致污水外溢。找到症结后,孙铭慧又及时向居民和商户说明排查情况及维修方案,并发动有维修经验的居民、商户一起想办法。

社区居民尚师傅懂维修,拎着工具赶来帮忙,很快将松动的接口重新拧紧。底商老板崔师傅也找来材料,将变形的管道垫高固定。快递小哥刘师傅对这栋楼情况熟悉,一边查看现场,一边提出建议,帮着减少了维修中的反复。几个人分工配合,不到半天就把漏水问题解决了。楼道恢复干爽,底商经营回归正常,居民生活也恢复了正常。

记者 张晨

## 普及消防知识 学会逃生自救

为进一步提升社区消防安全管理水平,增强居民应急处置能力,近日,南开区学府街道天大六村社区与天大四季村社区分别联合南开区消防救援二大队、街道公共安全办,在各自辖区内开展消防安全培训暨应急演练活动。两场活动吸引了社区工作人员、物业人员、巡逻队队员及居民代表参加,不少老年居民也积极报名参与。

活动中,消防员结合社区实际,重点讲解家庭用电、用气、用火安全,以及火灾隐患排查、逃生自救等实用知识,并组织观看警示教育片,以真实案例强化大家的安全防范意识。针对老年居民较多的特点,消防员用通俗易懂的语言耐心讲解,让老年朋友听得明白、记得牢。

随后,全体人员在社区场地开展实操演练。消防员现场示范逃生面罩佩戴方法和灭火器“提、拔、握、压”使用方法,并一对一指导大家操作。不少老人主动上前练习,从生疏到熟练,逐步掌握了灭火基本技能,居民们也纷纷上手体验,切实提升了应急处置能力。

记者 史嵩

# 今晚报

## 分类广告



微信扫码办理

本栏目不承担因错漏刊出所产生的相关责任及费用

本广告仅为信息提供方和采用方搭建交流渠道,所有广告信息均为刊登客户自行提供,采纳、交易前请谨慎核实信息提供方相关证件真实性,押金、保证金、报名费等费用均与本报无关! 征婚交友需谨慎,切勿向对方汇款。本广告不作为承担法律责任的依据!

《今晚报》分类广告由天津悦新蜂文化传播有限公司独家代理

信息覆盖广/广告费用低/发行渠道优/刊登更便捷

咨询电话

# 13302008816

### 遗失★声明

★天津市滨海新区半月讲云致远培训学校有限公司遗失中华人民共和国民办学校办学许可证副本,编号:教民12011670006379号,声明作废。

★李博遗失和平区气象台路57.59号59门506室房产证一本,原房本号:0079327,声明作废。

★潘洪凯于2026年04月12日不慎遗失身份证,证号:1201112001\*\*\*\*0515,本人已申领新证,原证已失效,特此声明。自身份证丢失之日起不承担任何被人冒用而引发的一切法律责任,特此声明。

★刘炳章,身份证号120103194112080317遗失天津市和平区贵阳路文善楼3-1-301-304室房屋租赁合同,房屋编号01060416000100910,合同编号0187756,特此声明。

### 指定承租人刊登公告

本人魏玉琴,身份证号码:12010419481201152X,同意死亡后,将坐落于南开区三潭东里08-05-23号708-710号住宅房屋指定过户给王雷,身份证号码:120104197807091522。

### 指定承租人刊登公告

本人王友善,身份证号120106194803291518同意死亡后,指定将坐落于红桥区礼貌楼191门101号房屋指定过户给王立欢,身份证号120106197509241521。

### 减资公告

天津翰迦商业管理有限公司申请减资,统一社会信用代码91120101MA06G0P41E,拟将注册资本由500万元人民币减少至50万元人民币,请债权人自公告发布之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求,特此公告。

### 遗失★声明

★天津市西青区玛歌庄园业主大会于2018年12月遗失公章一枚,特此声明作废。

### 招租信息

北辰区北辰大厦3号楼首层、10层、11层、12层、13层、15层、17层、21层、24层办公室,4-5号楼裙楼底商;北辰区瑞景商业二层商铺;北辰区二机米楼一处住宅;北辰区井田公寓一处底商;河北区中宜里底商,现对外招租。电话:15922101048。天津市北辰区建设开发有限公司2026年4月14日

### 指定承租人刊登公告

本人闫文湘,身份证号码:120101194811082511,同意死亡后,将坐落于和平区云南路37号,计租面积:(独用)15.21(106居室)住宅房屋指定过户给闫石,身份证号码:120111198005071018。

### 声明

拆迁房屋河北区堤头大街富乡胡同8号,产权人原为王寿康(已故),其继承人之一王淑敏(已故)应依法继承属于其份额,王淑敏之女槐秋玲、槐金玲,对王淑敏所继承该房屋部分份额对应的安置权益进行公示,并寻找戎霞、槐宝生、戎洋、李晓倩协商权益分配方案,声明自登报之日起60日内无人主张权利将作为该房屋权利人享受所公示安置权益的全部权利义务,如登报期间有人主张权利,我们自行协商或通过法律途径解决。联系人:槐金玲,电话15522235101。

### 指定承租人刊登公告

本人孟兆瑞,身份证号:120101194007225016同意本人死亡后,将坐落于天津市河西区紫金山路随园里21门203室住宅房屋指定过户给孟宪明,身份证号:120101197009035017。