

阳光“心”行动 守护伴成长

咸宁系列心理健康讲座为中考减压

本报讯(记者庞赟 通讯员刘颖)中考在即,连日来,团市委依托市未成年人心理健康辅导站,联合咸宁市心理学会开展“阳光‘心’行动 守护伴成长”系列中考减压心理健康讲座。

咸安区实验学校举办“中考前减压:赋能青春,从容应考”主题讲座。讲座围绕“认识中考压力”“压力管理策略”“积极心态培养”等五大模块展开,通过案例解析压力双刃剑效应,现场演示呼吸调节法、渐进式肌肉放松训练等技巧,并与400余名初三学生互动答疑,帮助学生科学缓解考前压力。

在通城县沙堆中学九年级学生考前

心理调试讲座上,讲课老师现场通过解析压力的积极意义,指导学生运用“SMART原则”拆解复习目标,传授“五指呼吸法”“蝴蝶拍”等即时放松技巧,并通过“我能行”等积极语言暗示增强信心。活动最后,全体学生在《致少年追光者》寄语中齐声宣誓,以更从容的状态迎接应试。

在咸宁市第五初级中学,80多名家长参与到“做孩子情绪的稳定器”讲座中来。讲课老师深入浅出地分析了家长焦虑的社会比较压力、自我投射负担等根源,指出过度唠叨、横向比较等家庭教育误区,倡导“非暴力沟通”理念和“黄金陪

伴距离”,指导家长构建稳定家庭情绪支持保障,以科学方式陪伴孩子备考。

赤壁市第一初级中学开展“中考减压赋能成长”专题讲座,近500名学生参与。讲座以MBTI性格测试分组互动,通过“雨中人绘画”体验可视化压力应对方式,开展“魔性笑声挑战”释放情绪,帮助学生在轻松氛围中认识压力、掌握科学减压方法,以积极心态应对中考挑战。

截至目前,中考减压心理健康讲座共开展6场,服务学生及家长1500余人次,帮助学生舒缓考前压力,科学调适心理,树立良好应试心态,同时引导家长构建稳定家庭情绪支持保障。

市市场监管局

守护儿童用品安全

本报讯(记者吴青朋 通讯员袁涛)近日,市市场监管局开展以“守护儿童安全,远离产品伤害——儿童用品安全行”为主题的儿童用品安全进校园、企业、医院、幼儿园、社区等“六进”系列活动,加强儿童用品安全知识普及,规范儿童用品市场秩序,为儿童健康成长筑牢安全防线。

在咸宁东方外国语学校,市市场监管局综合执法支队针对学生群体特点,精心准备“儿童服装选购”“儿童玩具选购”“开学季消费安全提示”等特色宣传资料,并组成答疑团队,面对面解答学生的问题,如辨别劣质文具、危险玩具等。

在企业,执法人员指导企业开展缺陷产品召回工作,介绍消费品召回制度的背景和意义,解读《消费品召回管理暂行规定》。通过现场查看质量管理体系、生产线、查阅质量检测报告等方式,督促企业严格落实质量安全主体责任,确保生产的产品符合国家标准。同时,针对企业在生产过程中遇到的质量控制难题,执法人员现场提供专业指导,帮助企业提升产品质量。

在医院,执法人员向医护人员和就诊的家长发放婴幼儿用品安全宣传资料,讲解婴幼儿用品安全知识,提高家长对婴幼儿用品安全的关注度。

在幼儿园,执法人员通过趣味游戏和互动活动,向孩子们传授简单的安全知识,引导孩子们从小养成安全使用儿童用品的习惯。

在社区,执法人员以情景模拟的形式宣讲儿童用品安全知识,向居民普及与生活密切相关的儿童用品安全知识。

咸宁护工提技强能

310余名学员免费培训15天

本报讯(记者李思源 通讯员王智斌)6月9日,2025年度“咸宁护工 提技强能”养老护理员培训班在湖北新产业技师学院正式开班。来自全市各地的310余名学员在这里接受为期15天的免费专业技能培训。

本次培训由市人力资源和社会保障局主办,湖北新产业技师学院承办,面向全市城乡劳动者开放报名。不论是农村转移就业劳动力、城镇下岗职工,还是未就业的初高中毕业生,只要身体健康、热

爱养老事业,均可报名参加。培训课程设置紧密结合养老护理工作实际需求,涵盖养老护理基础、生活照料、康复护理等多个实用科目。

“我一直渴望从事养老护理工作,这次培训给了我实现梦想的机会。”学员代表王惠在开班仪式上激动地表示,“我一定会珍惜这次学习机会,努力掌握专业技能,将来为老人们提供优质服务。”

市人社局相关负责人介绍,举办此次培训班是加强我市养老服务人才队伍

建设的重要举措。通过系统化、专业化的培训,将有效提升养老护理员的专业技能和服务水平,让老年人享受到更加优质的养老服务。

培训期间,湖北新产业技师学院还将联合咸宁优护供应链公司组织就业推介活动,帮助学员实现高质量就业。

培训结束后,学员将参加养老护理员职业技能等级认定考核,合格者可获得培训证书和职业技能等级证书,为今后从事养老护理工作奠定坚实基础。

市直机关篮球赛开赛

6月12日晚,“发展体育运动 增强人民体质”题词73周年全民健身主题活动全国(湖北)主会场2025年咸宁市市直机关男子篮球联赛(乙级组)在咸宁全民健身中心拉开帷幕。

本届篮球联赛共有16支球队、230名职工参赛。赛事紧扣职工主体、机关文化、健康活力、城市形象等内容,丰富职工文化生活,倡导引领市民群众开展体育健身活动,促进全民健身运动开展。

(记者毛亚轩)



咸宁市首届工伤预防网上知识竞赛

为加强工伤预防全媒体宣传,扩大工伤保险政策法规及工伤预防知识普及率,不断增强用人单位和广大职工工伤预防意识,促进用人单位切实做好工伤预防工作,降低工伤事故伤害和职业病的发生率,保障职工的生命安全和身体健康,促进社会和谐稳定,特举办咸宁市首届工伤预防网上知识竞赛,诚邀您参加!

活动由咸宁市人力资源和社会保障局主办,咸宁日报社承办。

活动时间:2025年6月10日-6月16日17:00

PK
竞赛模式



一等奖 5份
每人获得价值
3000元平板电脑



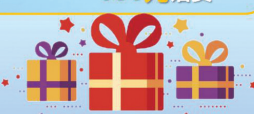
二等奖 30份
每人获得价值
300元话费



三等奖 80份
每人获得价值
100元话费



扫一扫二维码
即刻参与



安全无小事,
工伤重预防!
快来参加吧~

115份奖品等您拿

