

一堂兼具温度与深度的节日专题课

我市举办「文明吕梁大课堂」第五讲暨宣传文化系统「三八」节专题讲座

本报讯（记者 康桂芳）3月6日，我市举办“文明吕梁大课堂”第五讲暨宣传文化系统“三八”国际妇女节专题讲座，为全市宣传文化系统及精神文明建设专项工作机制成员单位的女性干部职工送上一堂兼具温度与深度的节日专题课。

讲座特邀吕梁学院教师秦琰作专题辅导。秦琰毕业于北京师范大学教育学部教育原理专业，主要从事教师教育、道德教育、家庭教育等研究工作。她结合自身专业研究与实践经验，围绕当前孩子们出现的心理困境、认识情绪背后的心理需求、正确的亲子沟通、与青春期孩子的相处原则四个部分展开讲解，用贴近生活的案例、通俗易懂的语言，帮助大家破解家庭教育中的困惑，提升亲子相处智慧，学习科学有效的情绪管理与家庭经营方法。

讲座紧贴女性工作与生活实际，既普及了心理健康与家庭教育知识，又为广大女性提升生活品质、绽放巾帼风采注入了精神力量。市委史志研究室科长李翠琦听完讲座后分享自己真切感悟：“通过这次讲座，我深刻体会到，好的亲子关系，不是单方面的说教，而是双向的沟通，就是多倾听、少指责，尊重孩子，耐心沟通，用温和的方式建立更亲密、更温暖的亲子关系。”

汾阳市第四高级中学

在传统技艺体验中邂逅美好

本报讯（文/图 记者 王雅妮）春意融融，草木蔓发，在第116个“三八”国际劳动妇女节来临之际，为致敬全校女教职工在教育、管理、服务一线的辛勤耕耘，传递节日的温暖与敬意，3月6日，汾阳市第四高级中学校工会、校女工委联合开展以“芬芳三月·遇见本草”为主题的妇女节庆祝活动。全体女教职工欢聚一堂，在传统技艺体验中邂逅美好，共赴春日雅集。

清晨七点半，该校学校正门暖意融融，该校校领导早早等候在此，为到校的每一位女教职工亲手送上鲜花与节日礼物，让女教职工们入校的第一刻，便收获满满的仪式感与幸福感。上午九点起，女教职工们陆续前往妈咪小屋、仰高书院签到入场，现场悠扬的轻音乐缓缓流淌，精致的蛋糕、新鲜的水果与茶饮整齐摆放，大家在闲适的氛围中彼此交流，尽享美好时光。

随后，本次活动的核心环节“本草雅集”正式开启，中草药香囊手作、非遗漆扇体验两大主题体验区同步开放。女教职工们根据个人兴趣自由选择，沉浸式感受中华传统技艺的独特魅力。在中草药香囊



女教职工正在制作中草药香囊

手作区，该校校医与生物教师现场讲解艾叶、薄荷、丁香、佩兰等药材的功效与配方常识，大家围坐一起，根据安神、提神等不同需求自主调配配方，穿针引线、填充药材，亲手缝制出独一无二的专属香囊，在一草一木间感悟本草之韵，抚慰身心。非遗漆扇体验区里，指导老师为大家讲解大漆工艺的起源与非遗文化价值，大家手持空白宣纸团扇，尝试趣味十足的“漂漆”技

法，滴漆、配色、轻轻搅动，让色彩在扇面自然晕染出灵动别致的纹路，每一把漆扇都独具特色，尽显匠心之美。

此次活动，将传统中医药文化与非遗技艺巧妙融入节日庆祝，既让汾阳四中的女教职工们在忙碌的工作之余，度过一个温馨别致、富有意义的节日，更在沉浸式体验中感受了中华优秀传统文化的深厚底蕴。

吕梁市蓝天救援队

传承非遗文化 凝聚公益力量

本报讯（记者 李艳 通讯员 郭勇丽）春风送暖，巾帼绽芳。“三八”国际妇女节到来之际，为凝聚巾帼志愿力量，展现蓝天救援队风采，深化队伍与乡村振兴一线联动，3月8日下午，吕梁市蓝天救援队工会、女工委组织女队员赴离石区信义镇王村开展“巾帼蓝盾护平安 巧手剪纸绘振兴”主题活动，在乡村振兴的生动实践中，共庆巾帼佳节，传承非遗文化，凝聚公益力量。

在王村新农村示范建设示范点，大家边走边看、边听边悟，近距离感受王村在人居环境改善、产业发展、基层治理等方面的喜人变化与丰硕成果，深刻体会“平安乡村”建设与公益救援联动的重要意义，更坚定了蓝天救援队以志愿力量服务乡村振兴、守

护一方平安的初心。

在非遗传纸体验现场，王村非遗剪纸老艺人从剪纸技巧、图案设计等方面为大家进行细致讲解和手把手指导，红纸翻飞、剪刀游走，女队员们热情高涨、静心创作，将蓝天救援的公益元素、乡村振兴的发展元素融入剪纸作品中，一张张普通的红纸，在大家的巧手中变成了一幅幅寓意美好、各具特色的剪纸佳作。

此次主题活动，不仅丰富了吕梁市蓝天救援队女队员的精神文化生活，更搭建起公益组织与乡村振兴一线的联动桥梁，既展现了蓝天巾帼志愿者坚守公益、勇于担当的“硬核”风采，也彰显了她们热爱生活、传承文化的温柔力量。

情暖「三八」节
志愿送关怀

兴县振兴社区

本报讯（记者 张皓琼）近日，为弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，切实关怀辖区妇女群众，兴县振兴社区积极开展“情暖三八节 志愿伴同行”主题志愿服务活动。志愿者们走进辖区妇女群众家中、社区经营场所等地，通过走访慰问、物资帮扶、健康义诊、安全宣传等方式，传承雷锋精神，传递节日温暖。

活动中，志愿者们逐一走访辖区部分困难妇女家庭，为她们送去床单、保暖衣裳等生活物资。在居民家中，志愿者们与她们促膝交谈，鼓励她们保持积极心态、乐观面对生活。针对部分老人行动不便的情况，志愿者们主动帮忙整理家务、打扫卫生，把关怀落到实处。

志愿者们还在现场开展健康义诊服务，为居民测量血压，讲解日常保健知识，叮嘱大家注意身体，合理膳食。针对春季气温变化大、易发疾病的特点，志愿者们提醒居民做好个人防护，注意防寒保暖。

在送温暖、送健康的同时，志愿者们还结合生活实际，用通俗易懂的语言向居民普及反诈防骗知识，提醒大家提高警惕、守好“钱袋子”，进一步增强安全防范意识和自我保护能力。

振兴社区相关负责人表示，下一步社区将常态化开展关爱妇女、服务群众的志愿服务，让社区的暖心服务常伴左右。



社区妇女制作蛋糕

石楼县东风社区

甜蜜绽放
“焙”感幸福

本报讯（文/图 记者 木二东 通讯员 郑东慧）阳春三月，巾帼绽芳华。为庆祝“三八”国际妇女节，丰富辖区女性居民精神文化生活，近日，石楼县灵泉镇东风社区开展“巾帼芳华，甜蜜绽放”三八妇女节蛋糕DIY主题活动，让辖区女性在亲手制作中感受节日喜悦，收获社区温暖。

活动现场暖意融融，社区早早准备好了蛋糕坯、奶油、新鲜水果等全套烘焙材料，还特邀专业烘焙老师到场指导。“先把奶油均匀抹在蛋糕坯上，再用裱花嘴挤出花纹，水果搭配要注意色彩层次。”老师一边演示一边耐心讲解，居民们围在一旁认真聆听，不时点头记要点。

动手环节一开始，现场瞬间热闹起来。平日里操持家务、忙碌工作的姐妹们，此刻都化身“烘焙达人”，手持抹刀细细涂抹奶油，小心翼翼地摆放草莓、芒果、蓝莓等鲜果。大家互相帮忙、交流心得，有的请教抹面技巧，有的分享创意造型，欢声笑语间，一个个普通的蛋糕坯变成了样式精美、创意十足的专属甜品。

“你看我这个花边挤得怎么样？”“这水果摆得真好看，像艺术品一样！”现场处处是温馨的互动。完成作品后，大家纷纷拿出手机拍照留念，品尝着自己亲手做的蛋糕，脸上洋溢着幸福与满足。

此次蛋糕DIY活动，让东风社区的女性居民度过了一个温馨有趣的三八妇女节。下一步，东风社区将持续聚焦居民需求，开展更多形式多样的便民暖心活动，共建有温度、有情怀的美好社区。



精心构筑“迷你花园”

晋能清洁能源科技股份有限公司

指尖绿意 悦享时光

本报讯（文/图 记者 薛力娜 通讯员 郭娇）为庆祝“三八”国际劳动妇女节，助力女职工身心和谐发展、充实精神文化世界，充分点燃广大女职工投身公司建设的热情与活力，3月5日，晋能清洁能源科技股份有限公司工会精心筹备，开展了一场以“指尖绿意 心间春色”为主题的多肉微景观创意手作活动。

活动邀请专业园艺导师现场授课，普及了多肉植物的形态特征、主要品种、生长特点及日常养护方法，并示范了配土、固根与造景技巧。在导师的指导下，女职工们纷纷化身“巧手园丁”与“绿植设计师”，手持工具精心布局，将小巧的多肉植物细心植入玻璃容器，再巧妙搭配砂石与创意摆件，构

筑起一个个生动有趣、别具一格的“迷你花园”。制作过程充满欢声笑语，大家在专注创作中放松了身心，体验到“疗愈式”手工的独特魅力。

为增强互动性与成就感，活动特别设置了作品展示与互动评选环节，并安排了深入的养护知识分享与问答。一盆盆形态各异、独具匠心的微景观作品精彩呈现，女职工们捧着自己的劳动成果，脸上洋溢着幸福与自豪的笑容。

此次活动不仅是一次愉悦的手工体验，更是一场有效的“绿动疗愈”。它让女职工们缓解了压力，提升了审美素养。更增强了团队凝聚力，充分展现了公司新时代女性职工崇尚美好、积极向上的精神风貌。



专刊