女职工

市总工会推出女职工关爱月系列活动
七大主题 花样宠你

本报讯（记者 杨丽萍）三月春暖，花开烂漫。记者昨日获悉，郑州市总工会近日推出“绽放巾帼风采，共创美好未来”女职工关爱月系列活动，进一步加强对女职工的关心关爱，提升她们的获得感、幸福感和安全感。

据悉，女职工关爱月系列活动涵盖公益课堂、书香阅读、趣味运动会、健康体检、单身联谊、手工DIY等主题。其中，“智慧丽人·悦学讲堂”职工大讲堂将开设茶艺品鉴、非遗剪纸、情绪管理、健康减重、家庭关系构建等课程，帮助女职工提升综合素质；“巾帼英姿·悦动芳华”趣味运动会将通过趣味项目增进女职工友谊与团队协作；“健康丽人·悦享三月”健康关爱活动将为女职工提供心理健康体检、专属体检套餐及健康理疗优惠，全方位关爱女职工身心健康。

此次活动内容丰富、形式多样，充分体现了郑州市总工会对女职工的关怀与支持。广大女职工可关注“郑工e家”微信公众号了解更多活动详情。

女职工关爱月七大主题活动
- “智慧丽人·悦学讲堂”职工大讲堂
- “慧心丽影·成长同行”公益课堂
- “书香巾帼·悦享成长”阅读系列活动
- “巾帼英姿·悦动芳华”趣味运动会
- “春风有信·佳期如妳”单身职工联谊活动
- “健康丽人·悦享三月”健康关爱活动
- “关爱健康·巧手匠心”手工DIY

古韵新风 汉服邂逅“她力量”

来自各行业的优秀女性身着汉服游园踏春

本报讯（记者 刘伟平 朱翔宇 通讯员 韦伟 文/图）当汉服邂逅新时代女性，一场穿越时空的对话在二七区贾鲁水镇展开。昨日，二七区妇联联合侯寨街道举办“汉服雅韵展风采 凝心筑梦新时代”优秀女性代表汉服游园会，20位来自各个行业的优秀女性身着各式汉服，共赴一场古韵悠然的春日之约，展现新时代女性的风采与担当。

游园会现场设置了投壶、射箭、游船等传统游戏项目，大家沉浸其中，悠然自得，体验古人雅趣，感受传统文化的魅力。快递员楚女士感慨：“平时工作服是‘标配’，今天换上汉服，仿佛穿越千年，感受到中华服饰的美。”

这场春日聚会汇集了各个行业的“她力量”：不让须眉的科技工作者、救死扶伤的医护人员、奋力奔跑的外卖骑手、和蔼可亲的教师、风雨无阻的环卫工人、善良质朴的农民、专业娴熟的月嫂、默默奉献的全职妈妈、大爱无疆的巾帼志愿者、乐于奉献的“爱心妈妈”、为民服务的社区工作者、潮向先知的电商从业者、兢兢业业的企业员工等不同行业的女性。

大家分享着自己的职业故事，生动诠释“她力量”的多元价值。全职妈妈付女士表示：“此次活动让我看到女性既能扎根家庭，也能在社会的各个行业发光发热。”

汉服与笑颜相映，古韵与新风共鸣。这场穿越时空的对话，不仅是一次中华传统文化的传承，更奏响了新时代女性自尊、自信、自立、自强的铿锵乐章。

春风十里 芳华绽放“郑”当时
女大学生就业发展指导暨专场招聘会热潮涌动

女大学生就业发展指导暨专场招聘会现场

本报讯（记者 杨丽萍 实习生 沈馨妍/文 记者 徐宗福/图）昨日下午，郑州大学校园里涌动着青春与希望的气息——由市妇联、市委组织部（市委人才办）、市教育局、市人社局、市工信局、郑州人才发展集团共同主办，市女企业家协会承办的“未来她力量·留郑绽芳华”女大学生就业发展指导暨专场招聘会举行，为女大学生们带来了一场就业与成长的盛宴。

本场活动包含就业发展指导和岗位实践锻炼两部分。其中，就业发展指导专题讲座还邀请女企业家导师团围绕职业规划和求职技巧等展开分享，为女大学生破解就业创业难题。“我年轻时从重庆来到河南，正是在郑州的创业实践让我实现了个人梦想。”郑州市女企业家协会会长薛荣结合个人经历，鼓励女大学生砥砺奋进，积极提升职场工作素质，先就业再择业，利用AI技术，把握时代趋势和风口，善用DeepSeek、豆包等AI技术工具辅助个人就业择业选择，提高个人职场竞争力。

市人社局就业办公室相关负责人详细解读了郑州的就业创业政策。郑州人才发展集团相关负责人从人才引进及服务、人力资源服务及管理咨询、创业投资服务等方面着手，为现场的女大学生深入剖析了如何在求职中凸显优势、如何选择与自己最适配的职业行业等。多家企业代表也先后登台推介，结合行业趋势与企业需求，为女大学生提供前瞻性职业规划建议。

“这场活动专门为我们女大学生举行，我觉得非常有意义，几位老师站在我们女大学生的角度，从个人发展、职业规划等方面为我们出谋划策，让我获益匪浅。”大四女生韩蕊阳说。

招聘会现场，70家知名企业提供UI设计师、新媒体运营、数据分析师等众多新兴领域的1000余个岗位，其中绝大多数都与女大学生的专业特长精准匹配。参会企业不仅涵盖本地龙头企业，还有众多“妇字号”优质单位，部分岗位更是贴心标注弹性工作制与清晰的职业晋升通道，吸引了大批女生踊跃投递简历。

据介绍，自2023年9月14日启动以来，“未来她力量·留郑绽芳华”支持女大学生就业创业行动已经走进17所高校，帮助1.5万名女大学生做好职业规划、提升就业技能、积极创新创业，带动500余家企业为全市女大学生提供近万个就业岗位，涌现出一批优秀女大学生创业者。今年，该行动又提档升级为河南省“巾帼引航计划”专项行动。

一起挖野菜 共赴春天之约

本报讯（记者 谢鹏飞 通讯员 张毅）“去俺地里薅，俺地里有面条菜！”昨日清晨，上街区工业路社区的菜园便热闹了起来。欢声笑语中，一群“美女”“大姐”正俯身探寻着鲜嫩的面条菜，春日的生机与活力在这片小小的菜园里肆意流淌。

“姐妹们，这种野菜叶片细长，可得连根拔起，这样才能留住它那股子清香嘞！”居民张大姐熟稔地边示范边讲解。在她的指点下，不一会儿，大家手中的菜篮便装满了绿意。

这场别开生面的春日之约，是为迎接国际劳动妇女节的到来，由工业路社区精心筹备的“把春天‘蒸’给你看”主题活动。它别出心裁地将社区女性居民带出家门，领进田间地头，让大家亲手采撷春日的鲜嫩，开启一场与大自然亲密接触、与传统美食深度对话的奇妙旅程。

采摘完毕，带着满满收获的野菜，大伙儿移步至社区联建单位上街区火车站的厨房。一时间，洗菜、切段、拌面、上屉…… 井然有序又热热闹闹地忙碌开来。翠绿的面条菜、鲜艳的胡萝卜、水灵的茼蒿，在一双双巧手下，即将变幻为舌尖上的春之盛宴。

“这还是我头一回做蒸菜，原本看着普普通通的野菜，裹上点面粉这么一蒸，嚯，竟把春天的原汁原味全锁里头了！”女孩小张难掩兴奋，边忙活边分享着自己的新奇体验。

随着蒸锅热气腾腾而起，氤氲的白汽弥漫整个厨房，不多时，翠玉般的蒸菜新鲜出炉，佐以一碟蒜泥香醋，那诱人的色泽、扑鼻的香气，引得众人纷纷掏出手机定格这一美味瞬间。

责编：赵璇 编辑：潘登 美编：王小羽 校对：姜军