



心理志愿者为考生家长讲解减压方法



劳模志愿者爱心送考



职工志愿者为考生家长送上“伴考包”

六月蝉鸣启盛夏，提笔逐梦赴韶华。2026年中高考期间，万千学子提笔奔赴青春战场，无数职工家庭牵挂家中考生，备考、候考的壓力萦绕在职工心头。为切实解决职工家庭后顾之忧，丰台区总工会持续深耕“暖心伴考”工会志愿服务品牌，集结丰台、五里店、方庄、东高地、长辛店、云岗和卢沟桥7个街道志愿服务队的210名职工志愿者、劳模代表及爱心单位力量，在该区14个中高考伴考服务点位开展“物资保障+专业助力+温情关怀”一站式暖心伴考服务，全方位护航莘莘学子圆梦考场。

“工会蓝”，盛夏考场外动人的风景线

——丰台区总工会开展2026年“暖心伴考”志愿服务活动纪实

□本报记者 余翠平 通讯员 郑爽

提前统筹精细部署 织密服务“保障网”

优质暖心的服务，离不开前期周密的统筹部署。丰台区总工会坚持早谋划、早筹备、早落实，以标准化、精细化服务推进伴考各项保障工作落地见效。结合区域考点分布，精心绘制伴考地图，将考点周边的服务设施和工会驿站一一标注，方便考生和家长快速定位所需资源。

各志愿服务队统一在考点外搭建遮阳棚、摆放休息座椅，身着蓝T恤的职工志愿者们每日提前两小时到岗、整装待命，热情提供咨询引导、中医诊疗等多元化服务。现场除了免费提供矿泉水、扇子、雨衣、卫生用品外，还配备了包含藿香正气水、创可贴、清凉贴等常用药品的应急小药箱，以及2B铅笔、黑色签字笔等考试文具，以便及时应对高温不适、文具短缺等突发状况，细致周到的服务收获考生及家长连连点赞。

值得一提的是，长辛店街道职工志愿服务队推行双点位联动服务模式，在考点设立志愿服务点位的基础上，联动考点周边的牛肉面店打造“清凉驿站”，开辟室内清凉候考休息区，为考生、陪考家长及一线执勤人员提供全天候休憩空间，让服务更有温度、更具实效。

劳模引领爱心送考 握稳护航“方向盘”

劳动模范带头示范，是今年丰台区“暖心伴考”服务的亮眼特色。全国五一劳动奖章获得者王建生带领的北方共产党员阳光车队深度参与志愿服务，10辆印有爱心送考标识的出租车整齐停靠在北京市第十八中学考点外，随时待命提供应急送考保障。



职工志愿者为考生家长送上应急考试套装

“过去我们是点对点服务，现在升级成为应急保障，我们希望以安全、准时、暖心的服务，为考生赴考路保驾护航。”北方共产党员阳光车队负责人、北京市劳模慕文勇介绍道。从“精准对接”到“全天守护”，劳模志愿者们用方向盘丈量责任，用每一次准时抵达，为学子赶考路注入稳稳的安心与力量。

候考间隙，不少家长主动和劳模司机交流，称赞车队贴心周到。一位职工感慨：平日里劳模们立足岗位发光发热，考试期间主动站出来护航考生，看得见的榜样力量，也让孩子感受到奉献与担当的意义。

心理疏导专业赋能 注入从容“心”力量

“工会提供的心理疏导服务极大地缓解了我们家长和孩子的考前紧张状态，让孩子可以轻松上阵，发挥出更好水平，太实用了。”家长们纷纷感慨。考生考

前紧张、家长焦虑是备考阶段普遍存在的问题。为帮助考生调整应试心态、引导家长掌握科学陪伴方式，北京市总工会心理志愿服务总队丰台区分队7名专业心理志愿者，进驻北京市第十二中学、首都师范大学附属丽泽中学、北京市第十中学三个高考考点，以专业、细致、温暖的服务，为考生和家长筑牢考前心理“安全屏障”。

志愿者们主动向大家发放考前减压放松小妙招手册，普及科学情绪调节方法，耐心讲解亲子高效沟通、考前陪伴的实用策略。同时，通过沉浸式互动体验，引导家长掌握正确助考方式，学会调节自身情绪，以平和、从容的心态陪伴孩子迎战中高考。

应急响应争分夺秒 铺就暖心“应急路”

“我的身份证遗失了，马上就考试了，怎么办？麻烦你们帮我想想办法吧。”考场上分秒必

争，考场外的应急救援同样与时间赛跑。高考首日清晨，一名考生临近入场时发现身份证遗失，手足无措、焦急落泪。正在点位值守的东高地街道总工会副主席曾赢琪第一时间上前安抚情绪，耐心劝导考生稳住心态，同时立刻对接现场执勤民警，协调开辟临时核验专区。从身份信息核对、现场照片采集到临时身份证明开具，整个流程全程绿色通道，不足十分钟便全部办结。

拿到临时证件的考生终于平复了心情，连连说着“谢谢”，顺利进入考场参加考试。高考期间，东高地街道志愿服务队共协助两名考生办理临时身份证明，帮助一名考生寻回身份证。一次次争分夺秒的接力，跑出了工会志愿者的应急速度，也跑出了“工会蓝”的守护温度。

走心祝福创意满满 传递考场“好彩头”

“感谢工会工作人员，把各

种充满创意的美好祝福送给我们，给我们留下了美好的回忆。”今年各志愿服务队巧思频出，将美好祝愿融入特色互动体验，让候考时光充满仪式感与暖意。

方庄街道职工志愿服务队将心想事“橙”、“蕉”出高分、“苹”步青云等饱含祝福寓意的水果一字排开，为即将奔赴考场的学子们送上“橙”意满满的鼓励。卢沟桥街道职工志愿服务队精心打造了一面王老吉祝福墙，红罐层叠错落的造型搭配上“金榜题名”“前程似锦”的励志主题标语，吸引考生和家长们驻足打卡留念。

云岗街道职工志愿服务队设置“暖心寄语”互动区，不仅提供精美印章及祝福卡片供家长和孩子书写心愿，还布置了打卡门，帮助考生们定格奋斗瞬间，将青春记忆永久珍藏。丰台街道职工志愿服务队创新推出多巴胺手作工坊，以趣味手作、色彩创作、指尖造物的方式，帮助等候的家长舒缓情绪、治愈身心，在缤纷创意中收获愉悦。

五里店街道职工志愿服务队则准备了“未来可期”“逢考必过”字样的小小纪念徽章和向日葵香皂花束，既是一份暖心小礼物，更是一份美好期许，祝愿每位学子不负韶华、得偿所愿。

“我们用贴心服务传递工会温暖，用责任担当守护学子梦想。”丰台区总工会相关负责人说，“暖心伴考”服务是工会落实职工关爱、践行“娘家人”初心使命的重要载体，遍布考点的“工会蓝”，已然成为盛夏考场外动人的风景线。

一直以来，工会的守护从未止步，志愿的温情持续传递。未来，丰台区总工会将持续优化常态化职工关爱服务体系，不断延伸工会服务触角，打磨升级“暖心伴考”志愿服务品牌，始终与广大职工同心同行，以持续不断的暖心服务，守护每一份奋斗与梦想。