

秦皇岛市总工会办公室文件

秦工办字〔2018〕36号



秦皇岛市总工会办公室 关于印发《关于深入推进“爱心妈妈小屋” 建设活动的实施方案》的通知

各县、区总工会，市属各系统、产业工会，直属基层工会：

为贯彻落实好《河北省女职工劳动保护特别规定》，促进“爱心妈妈小屋”规范有序发展，经市总工会领导同意，制定了《关于深入推进“爱心妈妈小屋”建设活动的实施方案》，现印发给你们，望各级工会按照要求，结合自身实际，抓好贯彻落实。

秦皇岛市总工会办公室

2018年8月29日

秦皇岛市总工会 关于深入推进“爱心妈妈小屋”建设活动的 实 施 方 案

为关心关爱特殊时期女职工，提供温馨、舒适、安全、卫生的休息场所，打造工会“双创双服”亮点品牌，提升女职工的幸福感和归属感，市总工会决定在全市深入推进“爱心妈妈小屋”建设活动，特制定本方案。

一、任务目标

按照“成熟一批、发展一批，因地制宜，因企施策”原则，逐年遴选建设。重点在女职工人数较多，条件较成熟的企事业单位、医院、学校、商场、车站、社区、旅游景点、职工服务中心等场所推进“爱心妈妈小屋”建设。在2017年已建成41家小屋的基础上，2018年拟建35家，2019年底，全市建成“爱心妈妈小屋”110家。

二、基本要求

（一）空间独立。场所安全舒适，既可提供单独的房间，也可在职工之家内设置一个相对独立的空间，或在原有母婴休息室的基础上进行升级改造。

（二）安全舒适。“爱心妈妈小屋”应设在方便女职工使用、空气流通的区域，尽量做到相对安静、温馨舒适，确保私密安全。

（三）统一标识。省总工会统一设计制作，市总工会负责发

放。各单位女工委应在醒目位置悬挂，便于女职工识别。公共场所建立的“爱心妈妈小屋”（商场、车站、医院、社区、旅游景点等），还应设置明显的指示引领牌（参照市总工会样板制作）。

（四）专人管理。应配备专人或建立由受益对象轮值的管理制度，每天清洁打扫并建立使用登记制度。

（五）一屋多用。“爱心妈妈小屋”既是“四期”女职工放松身心、调节情绪的工间休息室，也可作为定期举办保健知识、母婴教育、心理健康等讲座的活动场所。

（六）对外开放。根据省总工会冀工之家等网站平台建设要求，提倡有条件单位将“爱心妈妈小屋”对社会开放，以实现“爱心妈妈小屋”资源共享。

三、配套设施及管理标准

（一）建设分类（根据建立地点）

1. 企业内部：供企业内部有需要的女职工使用
2. 工业园区：供园区内有需要的女职工使用
3. 商务楼宇：供大楼内有需要的女职工使用
4. 公共场所：设立在机场、车站、医院、商场、旅游景区等公共场所内，供有需要的女性使用
5. 机关事业单位内部：设在学校、医院等单位内部，供女教师、女医务人员等人员使用

（二）小屋配置标准（标准级）

1. 面积 10 平米左右

2. 有爱心妈妈小屋铭牌（距离地面高度 1.4—1.8 米位置）
3. 桌椅一套、3 人沙发或供 3 人使用的靠背椅、单人床
4. 电源插座（使用吸奶器等设备）
5. 宣传贴图或海报，管理制度等（墙面布置）
6. 书柜或资料架、母婴教育相关刊物 3 种以上
7. 专用冰箱、微波炉、饮水机
8. 水池（供清洁使用）
9. 爱心礼包：放置洗手液、纸巾等用品。车站、医院、商场、景区等场所应设婴儿尿布台、垃圾桶等
10. 遮挡窗帘或屏风

（三）小屋配备标准（星级）

1. 面积必须在 18 平米以上
2. 爱心妈妈小屋铭牌（距离地面位置 1.4—1.8 米位置）
3. 桌椅一套、3 人沙发或供 3 人使用的靠背椅、双人床
4. 遮挡窗帘或屏风
5. 电源插座（使用吸奶器等设备）
6. 管理制度：分版块上墙张贴公布（温馨提示板块、法律法规板块、特色活动板块）
7. 亲子活动园地：设计富有特色的亲子活动区域或园地
8. 水池（供清洁使用）
9. 爱心礼包：放置妈妈和宝宝护理所需纸巾、洗手液等用品；垃圾桶等

10. 专用冰箱、微波炉、饮水机、电视机（电脑）、储物柜等（车站、医院、商场、旅游景点等场所设婴儿尿布台）
11. 书柜或书架、母婴教育相关刊物等 6 种以上
12. 妈妈课堂：定期举办相关知识健康教育讲座
13. 小屋指示引领牌：公共场所必备（市总工会设计样板）

四、申报流程

1. 在市总工会女工部领取申请表
2. 申请单位按要求填写申请表
3. 市总女工部实地考察
4. 符合规定的申请单位筹建“爱心妈妈小屋”
5. 市总工会女工部负责组织验收
6. 拨款并授牌

五、有关事宜

（一）高度重视，严格标准。各单位要把“爱心妈妈小屋”建设作为依法维护女职工特殊权益、构建和谐劳动关系的一项重要工作来抓，纳入劳动关系和谐企业、职工之家等评选内容，融入新签或续签女职工权益保护专项集体合同、工会普惠化项目。各单位要参照《“爱心妈妈小屋”设置及管理标准》，规范建设和管理。

（二）建章立制，强化监管。一是建立《“爱心妈妈小屋”管理责任制》，确保有人负责，随时监管。二是建立定期监督检查机制，所在单位工会随时对小屋管理明察暗访；市总工会每半

年进行一次抽查；并予以通报。三是建立激励约束机制。每年选树一批市级小屋示范点，创建星级“爱心妈妈小屋”。四是建立经费补助机制。省总、市总对已建小屋予以专项经费补助，使小屋建设“动力足，后劲大”。市总工会每年对小屋的建设管理、资金拨付使用、作用发挥情况进行专项督查。

（三）典型示范，奖励授牌。为提升小屋服务品质，发挥更大功效，市总每年评选一批“十佳星级爱心妈妈小屋”。对社会开放、管理有序、使用规范、服务周到的小屋将被授予“爱心公益示范点”荣誉称号。小屋建设单位要不断开发新的服务内容，形成全市“爱心妈妈小屋”分布图（app方式），为广大女职工提供更加优质、人性化的贴心服务。

（四）专款专用，合规到位。省市总工会对小屋建设单位给予资金补助，专项资金直接下拨建设单位账户，用于小屋硬件设施建设或改造提升，可购置床、桌椅、沙发、冰箱、婴儿尿布台、爱心护理包、环境装饰、遮掩设施等物品。严禁作为工会活动经费和工作经费使用。同时留存好购物发票，以备省市审计检查。

（五）广泛宣传，扩大影响。各单位要充分利用工会网站、微信等平台加强宣传，扩大小屋社会影响力，将其打造成关爱女职工的特色品牌，服务女职工的示范阵地。

新建小屋经市总初审、实地考察合格后，统一汇总上报省总，申报工作每年4月和9月两个时段进行。对已建成的小屋经常进行“回头看”。对长期闲置、无人管理、作用发挥不好的，责令

整改，情节严重的将收回专项资金和授牌，并取消所在单位女工组织市级以上评先资格。

联系人：市总工会女工部 杨金荣 张潇月

联系电话：3031217

电子邮箱：qghnqb@163.com

- 附件：
1. “爱心妈妈小屋”建设名额分配表
 2. “爱心妈妈小屋”申报登记表
 3. “爱心妈妈小屋”考核评定表
 4. “爱心妈妈小屋”建设情况汇总表
 5. “爱心妈妈小屋”使用登记表
 6. “爱心妈妈小屋”建设管理使用制度（样本）
 7. “爱心妈妈小屋”（公共服务场所）指示牌样本

附件1

“爱心妈妈小屋”建设名额分配表

单 位	2017 建成	2018 建成	2019 建成	单 位	2017 建成	2018 建成	2019 建成
青龙县		2	2	耀华集团		1	
卢龙县	1		3	中铁山桥	3	2	
昌黎县	2		2	山船重工		1	
海港区	6	2	3	供电公司		1	
抚宁区	2	2		发电公司		1	
开发区	7	2	4	移动公司	2		
山海关区	3	1		联通公司		1	
北戴河区		1	1	邮政公司		1	
北戴河新区			2	航五公司		1	
市教育工会		5	5	烟机公司		1	
市财贸工会			2	输油气公司		1	
市外资工会	2			冶金四队			
市私企工会			1	地质八队		1	
市直机关工会			2	中信渤铝	1		
市交通局	2	1	1	中阿化肥	1		
市城建局			3	戴卡公司		1	
市城管局	4	1		哈电集团		1	
市房管局		1		秦热发电		1	
市林业局				秦皇岛机场			1
市商务局				秦港股份	5	2	2
市供销社				小计	41	35	34
总计	110 家						

附件2

“爱心妈妈小屋” 申报登记表

单 位 名 称			
建 立 位 置 (请在选项前打√)	☐ 企业内部 ☐ 写字楼内 ☐ 公共场所内 ☐ 机关事业单位		
详 细 地 址			
邮 政 编 码		电子邮箱	
本单位工会负责人姓名		联系方式	
联系人姓名		手机号码	
建 成 时 间	年 月 日		
开 放 时 间	上午: 下午:		
使 用 对 象	☐ 本单位职工 ☐ 大楼内职工 ☐ 对社会开放		
本单位育龄 女职工人数		小屋面积(m ²)	
已有配套设施 (请在内容前打√)	☐ 桌子、椅子、单人床 ☐ 电源插座(使用吸奶器等设备) ☐ 宣传海报 ☐ 母婴杂志展架 ☐ 职场妈妈母乳喂养书籍 本 ☐ 母婴杂志种		☐ 冰箱 ☐ 水池(供清洁使用) ☐ 微波炉 ☐ 饮水机 ☐ 电视机 ☐ 母婴护理用品 ☐ 清洁用品、计生用品
是否愿意将“爱心妈妈小屋”对社会开放	☐ 愿意对社会开放	☐ 暂时不愿意	
申报单位意见 (盖章)	年 月 日		
备注: 请按照表格逐项填写, 便于采编相关信息, 填写后上报市总女工部			

附件 3

“爱心妈妈小屋”考核评定表

小屋名称：_____

建屋时间：_____年_____月_____日

申报时间：_____年_____月_____日

申报单位：_____

考核项目	必备条件	具体项目内容	单位自评	区县 (产业) 工会评定	市总 综合 评估
硬件设施配置全	标准小屋 必备条件	铭牌悬挂门上或门旁 (距离地面高度为 1.4-1.8 米之间)			
		海报张贴墙上			
		书架或橱柜, 有关刊物			
		爱心礼包, 供有需求的妈妈使用			
		具有私密、独立空间			
		通风设备好			
		水池(供清洁使用)			
		电源插座			
		桌子、3 人沙发或供 3 人使用的靠背椅、单人床			
		房间面积达到 10 平方米左右			
		专用冰箱、微波炉、饮水机、电视机(电脑)			
	星级小屋必备条件(在标准小屋建设基础上)	消毒设备或保温设备			
		内装色调柔和温馨, 具有个性化的优雅环境			
		空间独立, 面积达到 18 平方米以上			
		窗户采光好、有遮挡帘或屏风			
		至少一组储物橱柜			
		小屋内或同楼层有清洁操作台或洗手池			
		双人床			
		公共服务场所必备引领牌			

服务项目 配套多	标准、星级 小屋必备条件	为有需求的女性提供多种个性化服务			
管理制度 规范好	标准小屋 必备条件	制定使用登记制度			
		制定清洁管理制度			
		制定安全管理制度			
		专人管理			
		保持清洁			
		及时补给爱心礼包等物品			
	星级小屋 必备条件	标识设置清晰			
		对物料配给、硬件设施维护有明确规定			
		小屋活动信息报送及时			
		负责人应参加过专门培训或有一定的专业知识			
		严格执行各项管理制度			
小屋自身特色： 1、硬件配置特色： 2、个性化服务特色： 3、管理制度特色：					
评定 结果	申请小屋自评	☐ 标准 ☐ 星级	本单位工会负责人签字： （盖章）		
	区县局（产业） 评定：	☐ 标准 ☐ 星级	区县局（产业）负责人签字： （盖章）		
	市总工会 综合评估：	☐ 标准 ☐ 星级	市总女工委负责人签字： （盖章）		

填表说明：1、申报星级评定的小屋必须满足硬件设施和服务项目，缺一不可。
 2、申报星级小屋必须同时具备标准级小屋条件。
 3、申报星级评定的小屋、在“评定结果”栏里，按照评定情况分别打“√”，市总女工委进行综合评定，签字并加盖公章。

附件 4

“爱心妈妈小屋”建设情况汇总表

填报单位：_____

单位名称	建立时间	配置标准 (在对应的选项打√)		场所分类 (在对应的选项打√)				女职工情况				使用人数		是否对外开放
		标准	星级	单位内	园区内	楼宇内	公共场所	经期	孕期	哺乳期	更年期	女工人数	育龄女工人数	

附件5

“爱心妈妈小屋”使用登记表

填报单位：

姓名	工作单位	联系电话	使用时间	备注

备注：1、爱心妈妈小屋使用单位留存
2、由受益者每次用完后填写

附件 6

“爱心妈妈小屋”管理使用制度（样本）

为切实做好关爱女职工工作，为女职工营造安静、温馨、舒适的休息空间，增强女职工的幸福感、获得感，特制定“爱心妈妈小屋”管理使用制度。

1. “爱心妈妈小屋”面向全校（企业、社会公众）“四期”（经期、孕期、哺乳期、更年期的女职工，是女职工放松心情、调节情绪、愉快工作的休息场所。

2. “爱心妈妈小屋”由本单位工会统一配置空调、冰箱、微波炉、电视、饮水机、沙发、床、桌椅等设施，配备“爱心礼包”（湿巾、纸巾、储奶袋、洗涤剂及相关卫生用品）。使用者请按要求做好物品使用登记。

3. 定期举办保健知识讲座、母婴专题教育、心理健康辅导等教育培训和保健指导。

4. “爱心妈妈小屋”内的专用物品仅供“四期”女职工使用，使用人须爱惜公共物品，使用后物品及时归位，不准挪作他用，不准私自带离小屋，不准随意搬动物品，若造成污损需照价赔偿。离开时须及时将个人物品带离。

5. 室内设施管理和日常清洁保养工作由工会组织负责，管理人员在开放时间内进要不定期巡查，管理者若调离岗位，须应及时调整补充，确保小屋正常使用运转，环境整洁有序。

分管领导：

负责人：

6. 小屋开放时间为：早 8：00—晚 17：00（双休日、节假日除外）

7. 本管理制度由工会负责最终解释。

备注：本制度为参考样本，各单位可在此基础上，增加各自特色内容。

维护女职工权益的专项法律法规

1. 《中华人民共和国妇女权益保障法》对妇女享有与男性平等的政治权利、文化教育权利、劳动权利、社会保障权利、财产权利和婚姻家庭权利等女职工合法权益进行了规定。

2. 《女职工劳动保护特别规定》对女职工产假、流产假、哺乳时间、生育津贴等女职工享有的特殊权益进行了规定。

3. 《女职工保健工作规定》对女职工在经期、婚前、孕前、孕期、产后、哺乳期和更年期的保供措施进行了规定。

4. 《河北省女职工劳动保护特别规定》制定了 158 天产假、最长 56 天流产假、30 元女职工卫生费和“三八”妇女节放假半天等条款，突破性地将女职工更年期纳入女职工劳动保护范围。

5. 《女职工权益保护专项集体合同》推动企业工会把国家出台的维护女职工权益的各项法律法规，结合企业实际，纳入女职工专项集体合同条款，代表女职工与企业行政签订合同并监督执行。

母乳喂养的好处

一、母乳喂养对婴儿的好处

1. 营养丰富。母乳是宝宝最完美的食品，几乎能满足宝宝一个月中需求的全部营养物质，如蛋白质、脂肪、维生素及促进脑发育的酶，最适合婴儿的消化吸收和生长发育。

2. 增强抵抗力。母乳中含有的 IgA 及溶菌酶、乳铁蛋白、巨噬细胞、抗葡萄球菌因子及双歧因子等物质，能增加抵抗力、预防感染，使婴儿较少得腹泻、呼吸道和皮肤感染。

3. 预防疾病。母乳中含有很多抵抗疾病的抗体，可粘附在肠道粘膜上，阻止细菌侵犯、发生感染。母乳中含有的白细胞具有吞噬和杀菌能力，能保护婴儿，预防疾病。

4. 保护牙龈发育。婴儿通过吮吸母乳运动，能增强口腔肌肉、促进面部骨骼发育，预防由奶瓶喂养引起的龋齿。

5. 不易过敏。牛奶及代乳品能激发变态反应、母乳则不易引起过敏，能避免因奶瓶、奶嘴污染带来的感染、降低婴儿的腹泻发生率，对腹泻起辅助治疗作用。

二、母乳喂养对母亲的好处

产后哺乳有利于母体内催产素的释放，增加子宫收缩，减少产后出血，促使子宫复旧。

1. 促进产后恢复。通过母乳喂养，体内的蛋白质、铁和其他所需的营养物质，通过产后哺乳期闭经得以贮存，有利于产后恢复。

2. 促进母婴情感联系。妈妈和宝宝之间的亲密接触，二者目光的交流和母亲的爱抚，让婴儿感受到母爱，有利于婴儿心理与社会适应性的发育。

3. 避孕。产后六个月内，母乳喂养能有一定的避孕效果:抑制排卵，形成哺乳期闭经，起到避孕作用，但不是最可靠的避孕方法。

4. 减少“两癌”的危险。产后通过母乳喂养的女性，患乳腺癌、卵巢癌的机率比不喂奶的母亲要低。

三、母乳喂养其他好处

1. 方便：母乳随时可以供婴儿食用；

2. 清洁安全：母乳新鲜、清洁无菌；

3. 适宜：母乳的温度适宜，适合婴儿的肠胃；

4. 经济：母乳是婴儿的专用品，可以为家庭节约开支。

经期注意事项

1. 劳逸适度。经期不宜做超越本身体力的劳动或剧烈运动，并保证充足的睡眠。
2. 注意保暖，温度适宜。避免因冒雨涉水或冷水淋洗、游泳等导致的受寒，防止月经失调、痛经及其他妇科杂病。
3. 调整饮食。不宜过食辛辣、香燥等伤津食物，也不宜食生冷之品，以防寒滞血脉，经行不畅。
4. 保持心情舒畅。维持气血正常运行，避免疾病发生。
5. 严禁房事及盆浴，防止病邪入侵。保持外阴清洁，勤换内衣内裤。

孕期注意事项

1. 生活规律，养成早睡早起的习惯，让身体保持在最佳状况。
2. 养成良好卫生习惯，回家洗手、漱口。及时增减衣物，预防感冒。
3. 适当运动，时间不宜过长。有助于增强体质，有利于顺利生产。
4. 不要盲目使用药物，避免导致用药不当引起的胎儿畸形和流产。
5. 保持良好心情，避免被烦恼事情干扰，有助于胎儿健康快乐成长。

哺乳期注意事项

1. 饮食方面：多补充蛋白质，避免刺激性的食物，避免寒凉性的食物水果，避免吃回乳的食物。

2. 装饰方面：不要烫发，避免对孩子造成影响；不喂奶时尽量穿胸罩，防止乳房脱垂。

3. 药物方面：不可随意用药，一定向医生说明正处于哺乳期，服用安全药、保证安全剂量，不应该随意中断哺乳；为减少宝宝吸收药量，服药后调整哺乳时间，服药和哺乳时间至少间隔 4 小时；不宜服用避孕药；不可滥用中药。

更年期注意事项

更年期是女性一生必经的特殊生理阶段，会出现一系列身体心理变化，有一些临床症状，随着时间的推移，逐渐会消失。更年期综合征不仅影响自身健康，也给家庭和睦、人际关系和谐带来很多困扰。做好更年期保健工作，需注意事项如下：

1. 注意劳逸结合。正确认识更年期症状，了解必要知识，生活要有规律，睡前不饮酒，不喝茶，不看惊险和悲惨的影片，保持良好的睡眠。

2. 坚持适当锻炼。增强体质，放松身心，有充足的精力和体力投入工作生活中。调整好心态，力求心理稳定，消除不应有的恐惧和焦虑。

3. 讲究个人卫生。进入更年期，牙齿开始松动，咀嚼功能下降，要养成良好口腔卫生习惯；皮肤的保护作用减弱，要常洗澡，勤换内衣，不用肥皂洗澡，以防失去过多体脂。泌尿生殖道处于逐渐萎缩的状态，抗感染能力变弱，避免尿道感染和阴道炎等妇科疾病。

4. 合理膳食。更年期女性由于生理和代谢等方面变化，胃肠功能吸收减退，必须限制糖、热量、胆固醇、盐的摄入，要低热量，低脂肪，低盐，低糖，多补充优质蛋白(奶类、豆类、鱼虾类、蔬果、粗粮等)、维生素、钙质和纤维素，维持人体正常代谢。

5. 定期做妇科检查。更年期后女性肿瘤的发生率增高，必须定期及时去医院体检，以达到早期防治目的。

6. 保持愉快心境。要善于自我疏导，精神乐观豁达。防止不良事情对大脑的刺激。要运用意志的力量，把注意力转移到其它有趣事物上。消除焦虑和恐惧，顺利度过更年期。

附件 7

“爱心妈妈小屋”（母婴休息室）开通啦 （公共服务场所指示牌样本）

为更好地服务关爱女职工，体现工会组织人文关怀，为有需求
的四期女性（哺乳期、孕期、经期、更年期）女职工营造温馨、舒
适、私密卫生的休息空间，爱心妈妈小屋开通啦！

小屋内备有沙发、饮水机、婴儿床、母婴杂志等。

欢迎有需求的女职工来小屋内放松心情，休息交流。

小屋地点：

开放时间：

（因场地有限，仅限“四期”女性专用）