



北京市思诚社区公益基金会

北京市思诚社区公益基金会 项目结项报告

项目名称：“兰心慧东城”女性暖心计划

机构名称：北京昭阳社会工作发展中心

提交日期：2021年7月21日



一、基础信息

| | |
|---------------|---|
| 项目名称 | “兰心惠东城”女性暖心计划 |
| 机构名称 | 北京昭阳社会工作发展中心 |
| 项目起止时间 | 2021年3月5日至2021年3月31日 |
| 项目执行团队人员构成及分工 | 项目督导：李红霞 项目负责人：刘国英 项目社工：张翔宇、刘洁 项目财务：金果 |

二、项目发展性状况

因有关部门招募人员困难，总体活动执行期延长至2021年5月完成。

三、项目实施情况

(一) 项目目标

| | 计划达成 | 实际达成 |
|------|------------------------|------|
| 项目目标 | 活动1：“魅力女人 内外兼修”女性健康工作坊 | 均已完成 |
| | 活动2：“墨香春晖”儿童书法献爱母亲 | |
| | 活动3：“剪彩人生 剪出生活之美” | |
| | 活动4：“幸福从心开始”减压联谊会 | |
| | 活动5：女性健康健康力量训练营 | |

(二) 项目活动

| 项目终期完成活动情况对照表 | | | | | | |
|--------------------|------------|------|-------|------------|------|--------|
| 活动名称 | 计划达成（数量） | | | 实际已达成（数量） | | |
| | 活动时间 | 活动次数 | 拟受益人数 | 活动时间 | 活动次数 | 实际受益人数 |
| “魅力女人 内外兼修”女性健康工作坊 | 2021年3月2日 | 1 | 30 | 2021年3月2日 | 1 | 24 |
| “墨香春晖”儿童书法献爱母亲活动 | 2021年3月7日 | 1 | 30 | 2021年3月7日 | 1 | 32 |
| “剪彩人生 剪出生活之美”活动 | 2021年3月10日 | 1 | 30 | 2021年3月10日 | 1 | 29 |
| “幸福从心开始”减压联谊会 | 2021年3月16日 | 1 | 30 | 2021年3月16日 | 1 | 30 |
| 女性健康健康力量训练营 | 2021年3月23日 | 1 | 30 | 2021年5月25日 | 1 | 23 |
| 合计 | | 5 | 150 | | 5 | 138 |



北京市思诚社区公益基金会

(三) 签到表

1、”魅力女人 内外兼修“女性健康工作坊

“魅力女人 内外兼修”签到表
“兰心惠东城”困境女性暖心计划

日期: 2021/03/02

| 序号 | 签到人 | 联系电话 | 体温 | 备注 |
|----|-----|-------------|------|----|
| 1 | 王迪 | 18600556799 | 36.2 | |
| 2 | 刘娟 | 15601262825 | 36.5 | |
| 3 | 赵田静 | 15611231221 | 36.1 | |
| 4 | 李元霞 | 13671364993 | 36.1 | |
| 5 | 李悦 | 13520785423 | 36.2 | |
| 6 | 李元霞 | 13701281482 | 36.1 | |
| 7 | 李元霞 | 13681291615 | 36.2 | |
| 8 | 胡凤岩 | 13521071133 | 35.8 | |
| 9 | 张金琴 | 13611090983 | 35.9 | |
| 10 | 何晶晶 | 1360498266 | 36 | |
| 11 | 朱慧 | 1368358366 | 36 | |
| 12 | 叶昕 | 13811396526 | 35.9 | |
| 13 | 丁彬彬 | 18446972203 | 36.5 | |
| 14 | 刘娟 | 13552206222 | 35.1 | |
| 15 | 李心 | 19611371876 | 36.7 | |
| 16 | 李元霞 | 13693185839 | 35.1 | |
| 17 | 李迪 | 13269573096 | 35.7 | |
| 18 | 李元霞 | 13520481308 | 35.7 | |
| 19 | 朱慧 | 1329883143 | 36.5 | |
| 20 | 张晶晶 | 1851721220 | 36.1 | |
| 21 | 李昕 | 1801406669 | 36.3 | |
| 22 | 李元霞 | 1321116672 | 36.2 | |
| 23 | 李元霞 | 1346865723 | 36.0 | |
| 24 | 李元霞 | 1381200832 | 36.1 | |
| 25 | | | | |

2、“墨香春晖”儿童书法献爱母亲活动

“墨香春晖”签到表
“兰心惠东城”女性暖心计划

日期: 2021/03/07

| 序号 | 签到人 | 联系电话 | 体温 | 备注 |
|----|-----|-------------|------|----|
| 1 | 陈佳铭 | 1352357190 | 35 | |
| 2 | 郑佳宁 | 13682268173 | 36.4 | |
| 3 | 陈刘江 | 1761008117 | 36 | |
| 4 | 陈刘海 | 15313229526 | 36 | |
| 5 | 张瑞 | 1531148482 | 36 | |
| 6 | 张梓芊 | 1314135814 | 35 | |
| 7 | 张皓 | 13810277104 | 35 | |
| 8 | 张皓 | 1337127170 | 35.3 | |
| 9 | 王若曦 | 1337127170 | 35.5 | |
| 10 | 金致雅 | 1781622822 | 35 | |
| 11 | 王晶晶 | 1381031232 | 35.3 | |
| 12 | 李怡雅 | 1352401387 | 35.5 | |
| 13 | 李元霞 | 1842763802 | 36.8 | |
| 14 | 王佩 | 1368324928 | 36 | |
| 15 | 王景 | 1861841711 | 35.1 | |
| 16 | 李元霞 | 13521507192 | 35 | |
| 17 | | | | |
| 18 | | | | |
| 19 | | | | |
| 20 | | | | |
| 21 | | | | |
| 22 | | | | |
| 23 | | | | |
| 24 | | | | |
| 25 | | | | |

地址：北京市东城区朝内大街218号7单元103室



北京市思诚社区公益基金会

3、“剪彩人生”——剪出生活之美

| “剪彩人生 剪出生活之美”签到表 | | | | |
|------------------|-----|-------------|------|----|
| “兰心惠东城”女性暖心计划 | | | | |
| 日期: 2021/03/10 | | | | |
| 序号 | 签到人 | 联系电话 | 体温 | 备注 |
| 1 | 闫洁 | 1382234716 | 35.8 | |
| 2 | 李海 | 13120348553 | 36.0 | |
| 3 | 李海 | 1491074177 | 36.2 | |
| 4 | 魏慧慧 | 1382249729 | 36.1 | |
| 5 | 闫美霞 | 13716772826 | 36.8 | |
| 6 | 马玉娟 | 13641046843 | 36.1 | |
| 7 | 闫美霞 | 640914443 | 36.3 | |
| 8 | 闫美霞 | 1641172288 | 36.0 | |
| 9 | 闫美霞 | 1322214222 | 36.4 | |
| 10 | 张洁 | 13911742173 | 36.2 | |
| 11 | 周燕 | 1350128810 | 36.1 | |
| 12 | 高华 | 1820046233 | 36.6 | |
| 13 | 杜世斌 | 13246374925 | 36.1 | |
| 14 | 李成霞 | 1341182048 | 36.7 | |
| 15 | 李成霞 | 13621131273 | 36.4 | |
| 16 | 刘润平 | 13691144572 | 36.3 | |
| 17 | 李梅 | 1301123226 | 36.9 | |
| 18 | 李梅 | 13121812125 | 36.6 | |
| 19 | 李梅 | 1367068724 | 36.9 | |
| 20 | 李梅 | 131180227 | 35.5 | |
| 21 | 李梅 | 13683597970 | 35.2 | |
| 22 | 孙小 | 1366689125 | 36.1 | |
| 23 | 李梅 | 1312130608 | 36.7 | |
| 24 | 王洋 | 1391036046 | 36.2 | |
| 25 | 张梅 | 13691010648 | 36.7 | |

4、幸福从心出发——减压联谊会

| “幸福从心出发”减压联谊会签到表 | | | | |
|------------------|-----|--------------|------|----|
| “兰心惠东城”女性暖心计划 | | | | |
| 日期: 2021/03/16 | | | | |
| 序号 | 签到人 | 联系电话 | 体温 | 备注 |
| 1 | 李海 | 1352089820 | 36.2 | |
| 2 | 刘凤 | 13718225978 | 36.2 | |
| 3 | 王海燕 | 13520663204 | 36.5 | |
| 4 | 王海燕 | 13520663204 | 36.5 | |
| 5 | 张洁 | 1370165317 | 36.3 | |
| 6 | 李梅 | 1370110448 | 36.1 | |
| 7 | 李梅 | 1320469726 | 35.5 | |
| 8 | 李梅 | 13035655658 | 36.4 | |
| 9 | 李梅 | 1371011701 | 36.6 | |
| 10 | 李梅 | 13717807711 | 36.5 | |
| 11 | 李梅 | 13466460628 | 36.0 | |
| 12 | 周燕 | 1320217056 | 36.9 | |
| 13 | 李梅 | 1352244809 | 36.2 | |
| 14 | 李梅 | 1352167117 | 36.1 | |
| 15 | 李梅 | 1361129427 | 35.9 | |
| 16 | 李梅 | 13518202617 | 36.7 | |
| 17 | 李梅 | 1361268094 | 36.6 | |
| 18 | 李梅 | 131132721 | 36.8 | |
| 19 | 李梅 | 1350125227 | 36.4 | |
| 20 | 李梅 | 1361261106 | 35.4 | |
| 21 | 李梅 | 1368772492 | 35.6 | |
| 22 | 李梅 | 137186655583 | 36.6 | |
| 23 | 李梅 | 13939881666 | 36.1 | |
| 24 | 李梅 | 13520663204 | 36.1 | |
| 25 | 李梅 | 13718590761 | 36.8 | |

地址：北京市东城区朝内大街218号7单元103室



5、女性健康力量训练营

女性健康力量训练营签到表
“兰心惠东城”女性暖心计划

日期: 2021/05/25

| 序号 | 签到人 | 联系电话 | 体温 | 备注 |
|----|-----|-------------|----|-----|
| 1 | 李亚华 | 84040293 | | 青依 |
| 2 | 张树金 | 13681661603 | | |
| 3 | 何兰芳 | 13718272325 | | |
| 4 | 姚红芳 | 13489266466 | | 谢红芳 |
| 5 | 田琳 | 84072172 | | 谢红芳 |
| 6 | 张子 | 84072521 | | |
| 7 | 李静荣 | 64462764 | | 门楼 |
| 8 | 王强 | 1870243887 | | 尾空 |
| 9 | 李菁 | 13681579990 | | 地厅 |
| 10 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 11 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 12 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 13 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 14 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 15 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 16 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 17 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 18 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 19 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 20 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 21 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 22 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 23 | 李宝荣 | 13910433429 | | 北堂厅 |
| 24 | | | | |
| 25 | | | | |

四、项目取得的成效

(一) 项目效果

项目启动至今受益人群累计 138 人次，通过一系列心理支持活动，在专业讲师的帮助下，参与活动的女性朋友们在重新认知自我，找到自己内在价值等方面有显著提高，通过五次主题鲜明的活动帮助女性朋友们勇敢面对生活中的困难，为女性们提供了沟通交流的机会，也使大家找到了宣泄压力和排解压力的方式。

(二) 项目产生的其他重要影响

在项目实施过程中发现，乳腺癌患者需要相对稳定、私密且持续的支持，特别是心理支持方面需求强烈，同时她们也需要来自病友的激励，因此成立了“兰心慧东城”女性暖心行动互助支持小组即东城区乳腺癌女性互助支持小组，在接下来的项目开展中，将持续、针对地对患癌女性提供暖心的支持帮扶。经过项目第一阶段的开展，得到了东城区妇联肯定和爱心企业的大力支持，爱心企业北京泛亚州际电力工程有限公司将在本年度下旬继续提供资金支持后期“兰心惠东城”女性暖心行动的开展。



(三) 媒体报道

1、“魅力女人 内外兼修”女性健康工作坊

15:38 | “兰心惠东城”情满三八节 | 北京工人客户端

大家不知道一个人在最黑暗日子里有多可怕，我一直心怀感恩，特别感谢妇联，感谢今天的活动，对我的帮助很大，希望以后还来参加。”一位阿姨真诚地分享了自己与癌症抗争的经历。

3月1日，在“三八妇女节”到来前夕，由北京市东城区妇联、和平里街道妇联共同主办的“魅力女人 内外兼修”女性健康工作坊在和平里街道办事处会议室圆满举行。这是“兰心惠东城”女性暖心支持系列活动的首场活动，为乳腺癌术后女性克服自身弱势心理，增加自信心，提高幸福指数，为健康女性加强防病意识量身定制的支持课程。东城区妇联副主席郝键、和平里街道党群办副主任刘延红出席活动现场。

（图：东城区妇联副主席郝键）

本次活动邀请到中央电视台中央广播电视台特约心理专家、国家二级心理咨询师郝键，中国医疗保健国际交流促进会乳腺疾病分会委员、中国抗癌协会乳腺专委会学术指导委员会乳腺分会委员李江程，从心理接受不完美和身体健康重要两个方面提供专业讲解和支持，帮助女性朋友树立自信，展现幸福姿态。

2、“墨香春晖”儿童书法献爱母亲活动

15:41 | 东城区妇联举办“墨香春晖” | 人民网

东城区妇联、交道口街道妇联共同主办的“墨香春晖”儿童书法献爱母亲活动在福祥社区顺利开展。这是东城区妇联与爱心企业北京泛亚洲际电力工程有限公司共同发起的“兰心惠东城”女性暖心行动系列活动，近20名孩子与家长一起参加了本次意义非凡的亲子活动，现场孩子们用自己的书法作品表达对妈妈的爱和真挚的祝福。

活动邀请到了中国书法家协会注册教师王思棋老师，带领孩子们一起领略笔墨间的奥妙。在作品创作前，王老师讲述了“三八”国际妇女节的由来，介绍了中国优秀的历史女性人物以及二十四孝中的经典故事，让孩子们领悟孝文化，还讲解了象形文字“好”的音义演变过程和篆书书写方法。



3、“剪彩人生”——剪出生活之美

15:42 东城区妇联举办“兰心惠东城”女性暖心行动

15:41 今日头条

“剪彩人生 剪出生活之美”——“兰心惠东城”女性暖心行动在京举行

公益时报 03月11日 · 公益时报官方账号 关注

人民网北京3月11日电 3月10日，由东城区妇联、北新桥街道妇联共同举办的“剪彩人生 剪出生活之美”剪纸活动在北新桥街道“新桥之家”党建服务空间开展。本次活动是东城区妇联与爱心企业北京泛亚州际电力工程有限公司共同发起的“兰心惠东城”女性暖心行动的系列活动。东城区妇联党组书记、主席吕绘，党组成员、副主席郝键，街道总工会主席马春艳及30位女性朋友参加了本次活动。

现代剪纸艺术研究院副秘书长曹璐老师为现场女性授课，通过分享自己的亲身经历拉近了与大家的距离，激励大家以积极乐观的心态面对人生。曹老师用“意义”、“洞察”等关键字解锁剪纸艺术的基础知识、民间剪纸和现代剪纸的区别、不同地区剪纸的异

3月10日，由北京市东城区妇联、北新桥街道妇联共同举办的“剪彩人生 剪出生活之美”剪纸活动在北新桥街道“新桥之家”党建服务空间开展。本次活动是东城区妇联与爱心企业北京泛亚州际电力工程有限公司共同发起的“兰心惠东城”女性暖心行动的系列活动。东城区妇联党组书记、主席吕绘，党组

打开“今日头条”看评论 >

4、幸福从心出发——减压联谊会

15:42 东城区妇联举办“幸福从心开始”减压联谊会

15:42 东城区妇联举办“幸福从心开始”减压联谊会

东城区妇联举办“兰心惠东城”女性暖心行动——“幸福从心开始”减压联谊会

“想象眼前的绿树森林，内心充满着喜悦，好美啊，放松……放松我们的头部，放松肩膀，放松手脚，放空自己……”在舒缓的音乐声与专业老师温柔的读白声中，“幸福从心开始”心理减压联谊会在红桥市场顺利开始了。3月16日，东城区妇联、体育馆路街道妇联联合爱心企业北京泛亚州际电力工程有限公司举办了“兰心惠东城”女性暖心行动，现场29位女性朋友一起参与和聆听。

想象眼前的绿树森林，内心充满着喜悦，好美啊，放松……放松我们的头部，放松肩膀，放松手脚，放空自己……”在舒缓的音乐声与专业老师温柔的读白声中，“幸福从心开始”心理减压联谊会在红桥市场顺利开始了。3月16日，东城区妇联、体育馆路街道妇联联合爱心企业北京泛亚州际电力工程有限公司举办了“兰心惠东城”女性暖心行动，现场29位女性朋友一起参与和聆听。

中央电视台、中央广播电台特约心理专家、国家二级心理咨询师韩立霞老师为现场女性

阅读更多 搜狐好物



5、女性健康力量训练营



五、本阶段总结

在项目实施过程中目前所遇到的问题是互助支持小组人员招募比较困难，因乳腺癌患者普遍都存在一定的自卑心理，出于个人隐私的顾虑，不愿意将自己的经历分享出来，不愿敞开心扉，因此在活动组织前期的工作需要更多的精力和渠道。目前通过采取多渠道招募人员，如：东城区妇联对接社区、东城区卫健委对接各大医院、康复机构从本机构病友群内招募等。

北京昭阳社会工作发展中心通过丰富的外围资源，进行媒体发布、发动社会资源以及运用项目运营管理经验，在专业社工和雄厚师资力量共同协作下，组件形成女性暖心行动的支持团，切实为妇女群众办好实事，从关心关爱角度，持续为东城区女性带来具有特色和温暖的活动。

“兰心惠东城”是一个创新项目，由区妇联发起，爱心企业提供经费支持，联动多方资源，持续、精准地为女性提供支持与帮扶。

六、下一阶段计划

将长期支持关注乳腺癌术后这一困境女性，根据病友需求开展不同类型的支



持活动与帮助。将在下一阶段以“关爱、支持、互助、促进康复”为宗旨，通过东城妇联牵头、社会力量支持、专业资源引入，逐步扩大东城区被服务的乳腺癌患者群体，帮助她们重燃生活的自信与希望，给以她们及伴侣和家人指导和帮助。

1、计划开展1场互助沙龙，1场心理康复知识讲座（“兰心惠东城”女性暖心行动第一阶段收尾）；

2、计划在精神健康支持、心理减压辅导、特制内衣制作、术后康复知识讲解、自我形象重塑等方面开展8场乳腺癌患者女性暖心系列活动（待与爱心企业商榷）。

七、项目财务概况

（一）决算表

| “兰心惠东城”女性暖心计划 | | | |
|-------------------|--------------|---------|-----------|
| “魅力女人内外兼修”女性健康工作坊 | | | |
| 内容 | 单价 | 金额 | 凭证号 |
| 师资费 | 1050 元/人*2 人 | 2100 | 3-9、3-12 |
| 课程组织 | 500 元/人*2 天 | 1000 | 3-3 |
| 物料费 | 100 元/人*30 人 | 3030 | 3-35 |
| 小计 | | 6130 | |
| “墨香春晖”儿童书法献给母亲 | | | |
| 内容 | 单价 | 金额 | |
| 师资费 | 2000 元/人*1 人 | 3500 | 3-23 |
| 课程组织 | 500 元/人*2 天 | 1000 | 3-3 |
| 物料费 | 40 元/人*20 人 | 808 | 3-36 |
| 小计 | | 5308 | |
| “幸福从心开始”减压联谊会 | | | |
| 内容 | 单价 | 金额 | |
| 师资费 | 2000 元/人*1 人 | 2000 | 3-33 |
| 课程组织 | 500 元/人*2 天 | 1000 | 3-3 |
| 物料费 | 60 元/人*30 人 | 1816.07 | 3-29、3-41 |
| 小计 | | 4816.07 | |
| 女性健康健康力量训练营 | | | |
| 内容 | 单价 | 金额 | |
| 师资费 | 2000 元/人*1 人 | 2000 | 5-29 |
| 课程组织 | 500 元/人*2 天 | 1000 | 5-14 |
| 物料费 | 70 元/人*30 人 | 1515 | 5-32 |
| 小计 | | 4515 | |



北京市思诚社区公益基金会

“剪彩人生一剪出生活之美”

| 内容 | 单价 | 金额 | |
|----------|--------------|----------|-------------------------|
| 师资费 | 2000 元/人*1 人 | 2000 | 3-24 |
| 课程组织 | 500 元/人*2 天 | 1000 | 3-3 |
| 物料费 | 40 元/人*30 人 | 1212 | 5-32 |
| 小计 | | 4212 | |
| 宣传费用 | 300 元/次*10 次 | 2950 | 3-8、3-14、3-18、3-30、5-31 |
| 项目管理费和税费 | | 2691.19 | |
| 总计 | | 30622.26 | |