

# 江门有家“解忧咖啡店”

## 卖咖啡,提供心理咨询服务,举行分享会……



服务侨乡 助力小微  
广州银行江门分行特约报道

在东野圭吾的《解忧杂货店》中,人们只要写下烦恼,投进杂货店前门卷帘门的投信口,第二天就会在店后的牛奶箱里得到回答。

如今,在江门也有一家“解忧咖啡店”,里面不仅卖咖啡,还能提供心理咨询服务,成为一些市民放松心情、寻找慰藉的地方。它就是心晴咖啡。

“在这个快节奏的社会里,我们总有许多不同的情绪和感受,都需要有‘解忧杂货店’来做自己的‘情绪树洞’。我希望心晴咖啡能成为人们身边的心灵驿站,带给更多人真诚的建议和温暖人心的力量。”心晴咖啡心理沙龙主理人、国家二级心理咨询师叶海鹭说。

文/图 江门日报记者 陈倩婷



↑咖啡店二楼定期举办心理沙龙。  
→咖啡师正在制作咖啡。



### 打造心理主题咖啡店

心晴咖啡位于城区中心的居民楼下,环境旺中带静,烟火气浓。工作日的下午,记者走进店内看到,一楼已经满座,客人们或独自一人安静地看书、工作,或三五成群地聊天、打游戏。二楼,叶海鹭正在主持举办一场心理沙龙,十多名学员围坐在一起,一边喝着咖啡、茶饮,一边互相分享生活的喜悦和烦恼,气氛既热闹又温馨。

叶海鹭并不是一名科班出身的心理咨询师。2007年,30多岁的她,常常因为工作、生活的压力而感到迷茫和

焦虑。偶然的一次机会,她“邂逅”了一场心理学讲座,让她对人生有了新的感悟,她说:“学习心理学可以帮助我们了解自己以及理解自己,从而以积极的心态面对各种挑战和困难,更好地拥抱生活。”在这之后,她利用业余时间报读了很多心理学课程,并考取了心理咨询师职业资格证书,希望通过心理学帮助有需要的人走出心理“阴霾”,重拾生活信心。

刚开始时,叶海鹭主要为社工介绍的求助者提供免费的心理咨询服务。

在这过程中,她发现许多人都比较抗拒做心理咨询,甚至觉得接受咨询就等于承认自己精神有问题。为了让更多人能接纳心理咨询,叶海鹭尝试在一些咖啡店、私房菜馆里举办气氛轻松的心理沙龙,让人们能放下包袱,袒露心声。

2021年,江门咖啡文化逐渐兴起,各式各样的咖啡店出现在街头巷尾。叶海鹭的先生和他的朋友也计划趁着风口开一间咖啡店。然而,面对遍地开花的咖啡店,他们该如何脱颖而出?

就在这时,叶海鹭突发奇想,提议打造心理主题咖啡店,人们只要在店里消费一杯咖啡,就能免费参加一场心理沙龙。

“咖啡店通常是一个让人放松心情、缓解压力的空间,这与心理沙龙旨在提供心理疏导的目标是契合的,而且咖啡店作为年轻人喜欢的新鲜事物,可以吸引更多人走进来,接触和了解心理学,学会关注自己的身心健康。”叶海鹭说。

“咖啡店通常是一个让人放松心情、缓解压力的空间,这与心理沙龙旨在提供心理疏导的目标是契合的,而且咖啡店作为年轻人喜欢的新鲜事物,可以吸引更多人走进来,接触和了解心理学,学会关注自己的身心健康。”叶海鹭说。

### 定期举行不同主题分享会

“我们把不便透露给亲人朋友的忧愁,都交付给了心晴咖啡。在导师的鼓励和同伴们的互相支持下,我们找到了治愈自己的钥匙,收获很大。”阿东是心晴咖啡的老会员,2021年心晴咖啡刚开业不久,他就通过社工的介绍,来到这里参加心理沙龙。

阿东告诉记者,初到心晴咖啡时,他刚经历了离婚的打击,情绪陷入低谷,内心的苦闷无处诉说,对未来感到非常迷茫和失落。而心理沙龙,为他提供了一个倾诉和被理解的环境,让他能够释放情绪,缓解压力,帮助他逐步走出心理困境,重新点燃了对生活的热情。

“心理沙龙为会员们提供了一个安全、开放的环境,让他们能够自由地表达内心的烦恼和困惑,同时也可以倾听别人的心声和烦恼,通过互相交流和支持,帮助彼此发现和解决内心问题,有利于人们更好地了解自己,增强自我认知和情感调节能力,降低心理问题的发生率。”叶海鹭介绍道。

除了心理沙龙外,叶海鹭还在咖啡店里定期举行读书会、插花、绘画等不同主题的分享会,组织会员到户外野

餐、爬山、游学,通过形式多样的活动,让学员们释放负面情绪,减轻压力,获得正向的人生动力。“我们建了一个微信群,在群里发布活动通知,让大家接龙报名。每次活动一发出,会员们都很踊跃参加,名额一下子就抢完了。”叶海鹭笑着说。

心晴咖啡开业后,一直在坚持做公益的心理沙龙。截至今年3月,已经举办了近200场心理沙龙,众多求助者、社工、心理咨询师逐渐聚拢过来,让心晴咖啡成了一个开放的公益交流平台。

“其实我们每个人在人生的某个阶

### 建设银行江门市分行 金融活水保春耕

阳春三月,恩平市沙湖镇那梨管区的一处田地上,勤劳的农民在阳光下播种希望,广袤的土地正徐徐展开美丽动人的“春耕画卷”。在农忙的背后,建设银行江门市分行(以下简称“江门建行”)为他们提供了强大的保障。

恩平大米是恩平当地的品牌名片。恩平市某米业加工厂是沙湖镇当地颇具历史的粮食企业,从90年代至今,一直不断转型。该厂负责人谢某从父母手中接过重担,一心想大展拳脚。然而,计划有了,资金上却犯了愁。江门建行在获悉企业资金需求后,立即组织客户经理上门,在充分了解企业情况后,为企业制定了合适的授信方案,给予信用贷款支持400万元。

“江门建行是我们多年合作的好伙伴,一路陪伴我们企业成长。信用

贷款直接解决了抵押物的问题,贷款资金让我们生产销售环节更加顺畅了。”谢某满脸笑意地说。

3月5日,2024年全市春季农业生产暨支农服务下乡活动于台山中国农业公园(都斛)举行,由此吹响全市春耕备耕“集结号”。江门建行积极响应市委市政府支持春耕备耕号召,积极履行国有银行责任担当,全力支持春耕备耕工作。截至2024年2月末,江门建行贷款支持农业龙头企业、家庭农场、农民专业合作社等新型农业经营主体近300家,贷款余额超5亿元,全力提升春耕备耕金融服务质效,为农业产业保驾护航。(千青)



### 江门农商银行 金融科技产品护航农户生产经营

江门农商银行作为江门首家资产规模超千亿元的地方金融机构,聚焦支农支小主责主业,倾力服务小微企业,创新“三农”金融服务,不断提升金融服务的覆盖率、可得性和客户满意度。截至2024年2月末,该行各项贷款余额超763亿元,其中小微企业贷款余额超497亿元,占各项贷款余额的65.21%;涉农贷款余额205.47亿元,占各项贷款余额的26.93%。

近年来,该行围绕“建生态、搭场景、拓用户”金融服务数字化转型,充分发挥金融科技赋能,构建线上线下相融合的渠道体系,推出“小微易·三农易”等多款满足个性化、多样化融资需求的线上产品,为小微、农户生产经营保驾护航。截至2024年2月末,“小微易·三农易”贷款余额超8亿元,服务客户数达4906户。

农户胡先生承包了一片农地种植水稻等农作物。在了解江门农商银行“小微易·三农易”产品后,胡先

生成功在该行融资20万元,同时还享受到“两免一优惠”(免抵押、免担保、利率低)带来的实惠。“春耕来了,需要购买种子、化肥等农用物资,这笔贷款将大大缓解我的资金周转难题,对做好今年的农业生产帮助很大。”

“小微易·三农易”面向有经营资金需求的个人客户和从事涉农行业经营的农户,授信期限长达3年,随借随还。客户可通过江门农商银行“广东农信户通”小程序或手机银行申请贷款、合同签订、用款还款等,并由客户经理主动上门服务,实地调查,让客户足不出户,快速获取流动资金,满足经营周转需要,真正做到“零跑银行,坐享服务”的客户体验。

江门农商银行今后将持续加大科技投入,打造线上化、智能化、高效化的数字普惠金融服务体系,进一步发挥金融科技赋能作用,为江门市小微、“三农”客户提供更优质的普惠金融服务。(陈倩婷 李大利)

### 中国人寿江门分公司 着力提升普惠金融服务成果

近日,中国人寿江门分公司紧紧围绕“普惠金融服务,惠及千家万户”主题,积极开展“普惠金融推进月”宣传活动,着力提升普惠金融服务成果。

依托全辖网点机构及从业人员,实施全方位广覆盖,广泛开展宣传活动。工作人员发放宣传资料,广泛宣传普惠金融政策、普惠金融产品、金融安全知识,向现场群众答疑解惑,引导群众识别和选择正规金融渠道,增强人民群众对普惠金融的认知度和获得感。

以“普惠金融推进月”行动为契机,走企业、走乡村、进社区、走田间

地头,为小微企业、民营企业、涉农主体等市场主体和广大人民群众因地制宜提供金融保险服务,传递普惠金融正能量。

提升普惠金融服务质效,更好满足市场主体和广大人民群众对普惠金融的服务需求,增强人民群众对普惠金融服务的获得感、幸福感、安全感。

下一步,中国人寿江门分公司将进一步擦亮普惠金融工作的为民底色,积极促进政、银、保、企四方紧密对接,因地制宜提供各类金融保险服务,为写好普惠金融大文章贡献中国人寿力量。(傅雅蓉)

### 广发银行 全面开展“普惠金融推进月”行动

为深入贯彻中央金融工作会议精神,积极落实国家金融监督管理总局工作部署,广发银行全面开展“普惠金融推进月”行动,主动对接市场主体和人民群众金融需求,广泛宣传普惠金融政策、普惠金融产品、金融安全知识,增强人民群众对普惠金融服务的获得感、幸福感、安全感。

一直以来,广发银行坚决做好金融服务实体经济、金融服务乡村振兴等工作,切实做好普惠金融大文章:加强普惠金融产品创新,为创新型、专精特新和“小巨人”小微企业,量身打造全线上信贷产品“专精特新E贷”,上线4个月以来授信金额超11亿元,推出线上产品“惠农E贷”,为超万名农户打通农村金融“最后一公里”,支持和服务广东省乡村振兴,制定金融服务广东省“百千万工程”行

动方案,荣获“2023人民网普惠金融优秀案例”中的“助力乡村振兴奖”。截至2024年2月末,广发银行普惠型小微企业贷款余额超1800亿元,服务客户超12万户,涉农贷款余额超1800亿元。

作为中国人寿集团成员单位,广发银行将充分发挥综合金融服务优势,以全面开展“普惠金融推进月”行动为契机,深入小微企业、乡村社区、田间地头,引导市场主体和人民群众因地制宜选择普惠金融产品和服务,书写金融服务实体经济的新答卷。(傅雅蓉)



### 工商银行江门恩平支行 积极开展防范非法集资宣传教育活动

为提高群众风险防范意识和识别能力,进一步履行社会责任担当,工商银行江门恩平支行积极组织辖内网点做好防范非法集资宣传教育工作。

该行及时传达转发工商银行江门分行的相关文件到各网点,使大家充分认识到防范非法集资工作对于维护金融稳定的重要意义,要求网点通过晨夕会深入学习非法集资的有关知识,提高大家的防范意识和合规意识,为平时的工作展开打下了坚实的基础。

该行充分利用春节期间返乡潮、客户多的契机,依托网点阵地,向进店客户主动宣传防范非法集资知识。一是通过网点LED屏滚动播放防范非法集资宣传标语,让客户获得视觉上的宣传感知;二是在网点公众教育区摆放防范非法集资违法犯罪活动宣传小册子等宣传折页,让客户自行取阅、学习相关知识;三是在客户办理业务等候时,大堂经理积极向客户进行现场宣传非法集资典型案例等知识,不断提升群众防范非法集资

风险意识。

此外,该行还结合反洗钱宣传活动,聚焦老年人、青年学生等重点群体和工厂、市场、商场等非法集资易发的重点区域,通过悬挂横幅、发放宣传折页、开展金融课堂等方式,向广大群众积极宣传讲解非法集资基础内容,引导大家擦亮双眼,远离非法集资。

本次活动的开展,受到公众的好评,也为今后有效普及金融知识积累了经验。下一步,工商银行江门恩平支行将

非法集资宣传作为常态化工作去安排,不断提升社会公众非法集资的风险意识和防范能力。

(千青)



中国工商银行

# 侨农壹号

来自广东第一田

## 嚼出米香!!

总经销: 江门日报发行有限公司  
购米热线: 0750-3507689

江报出品