

## ■ 职工贴士

## 十万张笑脸

## 为拿到资格证而笑

密云县医院的主管护师 霍素梅



“经过70个小时的网上学习和考试，我终于拿到心理健康辅导员资格证。”46岁的霍素梅是密云县医院的主管护师，自2011年志愿加入密云县果园街道总工会心理服务中心后，她一直不间断地为辖区职工、居民提供心理服务。“通过学习，让我的相关知识更加丰富和专业，有益于我针对青少年人群进行心理服务。”霍素梅笑着说。

本报记者 王路曼 文/摄

## 生日祝福

## 今年的温暖是甜味的

北京城建七公司



近日，北京城建七公司职工收到了2015年的第一个礼物——生日蛋糕卡。今年一月份过生日的一共有48名职工。北京城建七公司工会为把企业的温暖送到每一名职工的心坎里，在今年初共投入16万余元，给几百名职工发放生日蛋糕卡，将企业蓬勃发展的成果以暖心活动的形式惠及职工。

本报记者 杨琳琳 文 通讯员 张澈 摄

## 约求对手

## 职工在一起强身健体

陶然亭乒乓球队



陶然亭公园乒乓球队，现有队员虽然不多，只有7个人。但队员来源却很广泛，包括来自保卫科、工程队、退管科等多个岗位的职工。多年来，他们利用业余时间，聚在一起体会着乒乓球这项运动带来的乐趣。去年10月，乒乓球队获得了第三届“文明杯”运动会乒乓球组第三名的好成绩。球队希望有越来越多的职工朋友来陶然亭打乒乓球，通过小乒乓结识更多的球友。

通讯员 葛藤 文/摄

## ■ 赛事看点

北京首钢 VS 吉林东北虎  
2月8日 19:35季后赛进入五棵松时间  
球队期盼主场开门红

□ 本报记者 王卓

经历了客场与吉林的季后赛首轮，本周日，首钢将在万事达中心继续自己的季后赛之旅。回到主场的首钢，目的只有一个，取胜吉林，削减对方的气势，从而顺利挺进第二轮。

## 外援对位是关键

吉林队拥有者全联盟最强的得分手琼斯，在常规赛主场对阵吉林时，他45分的得分已经让球迷了解到了他的实力。进入季后赛之后，琼斯将依然成为球队首要的得分利器，与北京队进行周旋。

而北京队的马布里和莫里斯两名球员，在很多方面强于吉林的三外援，

在对位方面有一定的优势。在季后赛两队的交锋中，莫里斯在内线的强攻，吉林的大外援根本没有还手的机会。到了第四节，马布里的贴身防守，同样给琼斯带来了很大的麻烦。尽管吉林队拥有亚洲外援马丹利，但他多以外线进攻为主，远离篮筐，并没有给首钢的防守带来太大威胁。

## 吉林需适应新球馆

万事达中心对于吉林队非常陌生，球队中很多球员都没有在此打过球，因此球员能否快速适应新球员，是摆



在球队面前的重要问题。

吉林队不适应，北京队却在此赢过一次总冠军，并赢下了许多场关键的比赛。可以说，万事达中心就是北京篮球的福地，无论是当年的联赛霸主广东东莞银行，还是去年的新疆广汇，都没有在万事达中心占到半点便宜。因此，客队吉林，面对数万人球迷共同的呐喊，还需要一定的适应时间。

## ■ 影视推荐

看郭晓东首度  
弃文从武

□ 本报记者 高铭



在郭晓东塑造的众多人物中，惟独缺少武打型男这样的角色，这也是他一直以来的遗憾。此次，他的新剧《劫中劫》将于2月10日登陆北京影视频道首都剧场，他终于通过《劫中劫》圆了自己的武打梦。

郭晓东在剧中饰演代号“黑鹰”的共产党的王牌间谍林剑松，身手了

得，来去无踪，称得上民国版的“007”。

说起对林剑松这个角色，郭晓东总结为六个字：爱之深，痛之切。剧组为林剑松设计了大量类似近身搏击的打戏。不同于那些注重招式、套路的武打设计，近身搏击讲究拳拳到肉，“这个人物独来独往，‘鬼魅’一般地

酷，又武功高强，打得异常地炫，如此‘酷炫’的男人，我要是女人，我也得爱上他”郭晓东说。

为了塑造好这个“酷炫”的角色，郭晓东也付出了常人难以想象的辛苦。剧组拍摄时正值上海40年来最热的夏天，郭晓东在高温下对每一个武打动作反复推敲、练习，练不了衣服就湿透了，再练一阵，连他所站的地面都被汗水浸湿。尽管伤痛让郭晓东叫苦不迭，片场里有时还会传来他治伤时的惨叫，可每当他看到监视器里上一段打戏的回放时，感觉立刻又充满了力量。“为了这么好的武打效果，我受点伤也是值得的，以前从未想过自己还能这样演戏，这部戏造就了一个崭新的我”。

## ■ 职工推荐



## 味道正宗菜量足

推荐达人 郭怀毅

中搜网络 网络编辑

推荐地点：东北虎菜馆（呼家楼店）

推荐理由：最近很馋东北菜，看点评这家评分不错，拉着朋友就去了，位置不太好找，在胡同里，建议还是坐地铁比较近。酱棒骨是每桌必点的，挺好吃的，看起来也不少，就着花卷吃尤其香。

这家的拉皮也很好吃，量挺大的。锅包肉不知道正宗的什么样，这家的味道我挺认可的，肉片很薄，炸过之后有脆香，酸甜的口感很开胃。



## 菜品丰富，汉堡个头大

推荐达人 薛超

太平人寿 个人事业部总监

推荐地点：山姆大叔美式快餐

推荐理由：虽然40多个汉堡不算便宜，但是端上来一看还是很值得。个够大也好吃！基本上吃完一个汉堡，也就差不多了。另外他们的配菜也非常丰富，比一般的快餐更有营养。环境很简洁，适合聊天。更值得一提的是，最近这家店刚刚开业，服务员有些还是金发碧眼的美女，让你在吃饭的同时，还能让外国美女给你服务，绝对艳福不小哦。



## 坐地铁就能到的打折村

推荐达人 葛珊

中工网 网络编辑

推荐地点：

推荐理由：一有时间就过来逛街买东西，这里的格局如同小镇般的优雅，每个商户都是独立的门面，让我这样的人一下就能找到主体，经常来败的就是几个牌子，当然这里的大牌子很多。交通上来说挺方便的，地铁房山线篱笆房出口就是。这里服务态度也算不错的，经常逛街办了会员卡，能积分，办卡的服务中心就在一层，非常方便。