

微话题



#绘画减压#

晒彩铅、晒涂色作品、晒素描，捎带着晒一晒教素描的文艺男老师……最近朋友圈里疯传据说可以减压的手绘涂色书《秘密花园》，各路上班族纷纷出招如何才能画好这本书。而事实上，除了这本简单、轻松的涂色书，成人绘画班也日益受到上班族的追捧。

@羊羊：从来没有特别喜欢一种物质性的东西，但是今天看到这个深深吸引了我。真的感觉超爱《秘密花园》，感觉从黑白色世界慢慢转变为彩色世界，心情豁然开朗。光是看看心情就会好很多。

@本当如是：很多年前绣了十字绣，觉得实在是无聊又无聊，绣出来既没有成就感，也不会觉得自己心灵手又巧，时髦又乖巧。所以现在对朋友圈天天被刷屏的秘密花园实在是感冒不起来。好像在昭告世界，成年人无聊的时候，用来打败无聊的方式，也是那么那么的无聊。

@完美生活：添上了无数颜色感觉好轻松，顺便还能挖掘这可怜的想象力~

@妍小姐宝宝：浪漫的妈妈们把墙壁变成了涂色书，把“秘密花园”搬进了家里，等熊孩子们长大了，就可以趴在墙上快乐涂抹了。



劳动者报官方微博



劳动者报微信公众号

微人生

永远不要过早地宣判自己



是暗黑色的，闪着油光，发着臭气。她想，这水多脏啊，我就是死也不能这么死啊。于是她便离开了河边，考虑用别的方法结束自己的生命。

那天晚上，她写好了遗书，并把自己的东西都整理好了。她打算第二天去商店买一种可以致命的药水，用它来结束自己的生命。第二天早上，她起来后正打算出门，邮差忽然来了，递给她一封信，她打开一看，是皇家戏剧学校寄来的，竟是录取她的通知书！她简直有点不敢相信，拿着录取通知书就跑到了学校，亲自找到了昨天那个评判团主席，对他说：“我昨天表现得那么差，你们对我那么失望，可为什么今天还录取了我呢？”评判团主席说：“你昨天的表现相当出色啊！在昨天所有的考生中，你的表现是最好的，所以你上来演了没几分钟，我们大家便在下面纷纷议论，都认为你有出色的表演天赋，都为你高兴。当时，有个评委说这样的能力就不用再演了，直接录取吧，于是我就让你停下，换下一个上来……”听了这一席话，她非常吃惊，而且十分后怕，她想，如果不是那河水的水太脏，可能自己真的就永远失去了这次机会！

就这样，她顺利地进入戏剧学校学习，毕业后到电影厂工作，成为了一名电影演员，在此后的演艺生涯中，她先后出演了《卡萨布兰卡》、《爱德华大夫》、《东方快车谋杀案》等影片，先后三次获得奥斯卡金像奖，成为光芒四射的国际巨星，她就是英格丽·褒曼。

很多年以后，已经是大明星的英格丽·褒曼在接受记者采访时谈起了当年险些自杀的事，她深有感触地说：“这件事给我的启发是，永远不要过早地宣判自己，因为转机随时都有可能发生，一切都有可能改变，一切都有可能是另一个样子！”

她出生在瑞典，很小的时候母亲就去世了，不得不由她的叔叔来做她的监护人。15岁那年，学校排演了一出戏剧，长相俊俏的她被选中在剧中演一个角色，她十分高兴，认真地排练，演出的那天，她发挥得非常好，受到了全校师生的称赞，她出色的表演才能被发现了，从那时起，她就在心中为自己确定了理想，就是要成为一名优秀的演员。

但她的叔叔不支持她的想法，她的叔叔是个很保守的人，认为当演员没什么出息，正经人家的孩子还是应当找个售货员或秘书之类的职业。她对叔叔给自己安排的职业不感兴趣，在内心深处，她一直向往着能成为一名演员。18岁那年，斯德哥尔摩的皇家戏剧学校招生，她想去报考，便向叔叔表达了自己的想法。叔叔考虑了一下，对她说：“我只给你这一次机会，如果考不上，你就得按照我的安排去做。”她答应了，在随后的日子里，她就开始为考试做准备。

她十分珍惜这份来之不易的唯一的一次机会，她精心准备了一个小品，自己在家反复排练，就连睡觉做梦都在演节目。考试那天，她早早地来到了考场，轮到她上台表演了，她走到台上，开始表演自己的小品，演到一半的时候，她发现所有的人都在相互议论着什么，还用手比比划划的，根本没看她的表演，她感觉极度失落，认为自己肯定没戏了，一分心，她又把台词忘了……正慌乱的时候，她听到评判团的主席对她说：“停下吧，谢谢你，请下一个上来表演吧。”

她懊丧地走下台来，伤心极了，因为她知道自己永远地失去了这个机会。她一边走一边哭，感觉活着已经没有什么意义了，就想一死了之。她来到一条河边，打算跳下去结束自己的生命。水

微镜头



@小桂子：我们是最有爱的动物之家！

@小财：入伏了，穿这衣服肯定凉快。

周末缘朋友圈

本期聊圈：疯狂的阳光



入伏了，“烧烤模式”开启，大家是否还安好？



我整个人都不好了。



距离烤肉，只差一撮孜然！



山东一名女童被幼儿园园长遗忘车内9小时死亡，车内温度有七十度。



哎！希望这样的惨剧别再发生。幼儿园园长估计也是热晕了。



米粒分享一个链接

高温段子来袭
笑死我了！

这天气，躺在床上，红烧！铺张凉席，铁板烧！下了床后，清蒸！出去一趟，爆炒！游了个泳，水煮！



室外工作者最痛苦。



高温之下，最辛苦的就是那些室外工作者了。希望他们能够享受到更多的权益保障。



高温津贴成焦点



高温津贴如何落实



北京前几天发布了《工作场所防暑降温技术规范》。该规范明确提出，日最高气温大于等于40℃，应当停止室外露天作业；最高气温大于等于37℃，小于40℃，在12-15时不得安排室外露天作业。



我知道，高温作业每人每天配发2.5升清凉饮料。



政策出得好



工会系统要发挥大作用



工会和劳动监管部门，要代表弱勢劳动群体发声，向侵犯劳动者“高温权益”的企业依法追回正当权益。

