



撒欢工体 放松身心

——职工互助保障20周年会员回馈活动侧记

□本报记者 杨琳琳/文 彭程/摄

“你也来这么早。”“是啊。听说参加活动的人不少，怕来晚了排队。”5月25日一大早，工人体育场内场的入口处便排起了长长的队伍。熟悉的职工相互打着招呼，等着活动开始。

今年是北京市职工互助保障事业创立20周年。经过20年的发展，职工互助保障已经成为工会组织在新时期为职工办实事、解难事的一个重要载体，成为工会为职工服务的闪亮品牌。二十载砥砺前行，离不开每一名会员的互助爱心和默默奉献。

为回馈广大会员，让更多会员了解自身体质，加强自身健康管理，促进职工开展健身活动，北京市职工互助保障服务中心（北京办事处）组织职工开展了体质测试专场活动。此次专场活动为期两天，惠及会员3000余人。

“我的肺活量才4400多。”看旁边一位职工的肺活量都快6000了，来自祥龙博瑞的职工刘刚拿着自己刚刚的“成绩单”，小声嘀咕道。“我参加工作6年

了，这要在刚毕业那会，我肯定不是这成绩。俯卧撑至少60多个，而现在才40个。这次测试真的给我提了个醒，让我知道了自己的一个身体状况。”刘刚说。

握力测试仪、肺活量测试仪、仰卧起坐测试仪、闭眼单腿站立测试仪……经过一个个仪器的测试，现场职工对自己的健康状况已经了如指掌了。

除了体质测试之外，活动现场还专门准备了笼式足球、挑战八爪鱼、鱼跃冲顶、棒球体验、高尔夫体验、愤怒的小鸟、疯狂投篮等活动道具，让每一位参加活动的职工“疯狂”了一把。“没想到今天自己返老还童，重新当了回小朋友。”一位职工坐在闯关游戏的滑梯顶上对同事说道。

“师傅，这个怎么玩啊。”来自丰台区的一名会员指着一个吊在半空的足球问道。“用头使劲顶足球，将足球顶进球网中……”经过工作人员的详细解释，这名会员决定试试。经过十

几米的助跑，她用力一跳，用头将足球顶了出去，身体顺势落在足球下面的气垫上，周围立刻响起了一阵欢呼声……

“这几个足球类的体育活动我体验了一遍，觉得踢足球真挺辛苦的。球门看着挺大，其实能射进球门还挺难的。我刚才挑战了八爪鱼，现在脚尖还疼呢。”一名会员说道。

很快，上午的活动时间结束了，但参加活动的职工热情仍然很高，舍不得离开活动现场。“互助保障中心组织这个活动挺好的。平时职工生病了，互助保障及时帮助，免去了大家的后顾之忧。今天这个活动也很实惠。不仅让职工了解自己的身体状况，还让我们在各项活动中放松了心情。”通州区气象局职工陶立新说，“活动中，我跟几名同事一起踢了会儿笼式足球，觉得累的很。我们平时锻炼机会很少，这次活动提醒我，以后要多参加单位工会组织的活动，强身健体。”

亲子运动会 全家齐上阵

□本报记者 崔欣文/摄

毛毛虫在行动、疯狂运水工、爱护环境我最棒……5月28日，朝阳区和平街道百余个家庭参加了“和谐家庭·冠军一家”亲子运动会，现场，不少家庭都是老少齐上阵，气氛十分热烈。

“疯狂运水工——节水我最棒”项目吸引了不少孩子的兴趣，3岁的陈昱竹便是其中之一。只见这个小姑娘端着水杯，在家长的协助下，穿越隧道，跨越栏杆，走过独木桥，途经红绿灯、停车场等交通标志，最终把水送到了终点。“我特别喜欢这个项目，这些交通标志妈妈都教过我，我也记住了。只是我没端好水杯，杯里的水洒了好多，就剩下一点儿了。”参加完比赛的小昱竹有些不高兴，奶声奶气地抱怨着。

“亲子礼仪文化周”活动是和平街道卫计办结合地区实际，整合辖区早教资源，围绕主题“孩子与家庭”，联合北京家



庭教育指导中心一起开展的。据和平街道卫计办负责人周洁介绍，他们希望通过礼仪文化周活动，让孩子们感知和理解中华礼仪文化，从日常生活中学习礼仪，培养礼仪意识，并学会运用

日常礼仪，从而达到传承中华礼仪文化，健康快乐成长的目的。同时，通过亲子活动增进父母与孩子的感情，促进父母与孩子心灵间的沟通，营造更和谐融洽的家庭氛围。

中建二局一公司

职工子女变身“小小建筑师”

□本报记者 马超 通讯员 王云

“咱建筑人的后代就是不一样啊！”……看到中建二局一公司微信上展示的“我是小小建筑师”儿童建筑物DIY作品后，该公司不少职工纷纷感慨道。

儿童节来临之际，为了给公司职工、农民工的孩子一个展示才艺和梦想的机会，一公司工会特意鼓励小朋友DIY自己心目中的建筑物。活动得到孩子的热烈响应，其中年龄最大的不过11岁，最小的只有2岁。经过细心整理后，公司工会将这些作品的照片发到微信公众号上，进行公开投票。

设备安装分公司职工吕振兴6岁的双胞胎儿子作品是最多的，且创意十足：有纸艺粘贴的立体火车站，轨道、房屋、行人、火车错落有致；有充满儿童独特想法的三度空间，在三度空间里人们家安在地下，而天空可以通过爬梯到达。内蒙古万达项目职工张伟的女儿张睿凌因为去过爸爸工作的地方，看到酒店高大雄伟，耸入云霄，为爸爸能参与建设感到骄傲，自己动手画了万达文华酒店。深圳分公司职工杨雪秋之子张航知绘制了一幅交通枢纽图，画中道路四通八达，立交桥交织有序、路牌“Enter”“Exit”标的明确、井然有序。

短短3天的时间，公司微信点阅读量便超过10000次，5000余



人参与了投票。此次活动充分展现了工会的“家”文化氛围，体现对建筑人下一代的关心和鼓励。

多方长途
固定电话:
96346555
0.3元/方/分钟,主叫方付费
公付用户每月收取10元功能费
登报咨询电话:63522410

中国职工保险互助会北京办事处 关于开展“我心中的互助保障” 主题有奖征文活动的通知

各代办处:

北京市职工互助保障事业经过20年的发展，已经成为工会组织在新时期为职工办实事、解难事的一个重要载体，成为工会为职工服务的闪亮品牌。为了更好的诠释工会职工互助保障活动的品牌形象，营造浓厚的互助氛围，围绕互助保障走过的20年，举办“我心中的互助保障”主题有奖征文活动，现将有关事项通知如下：

一、活动名称

“我心中的互助保障”主题有奖征文活动

二、主办单位

中国职工保险互助会北京办事处

三、征文对象

从事互助保障工作的经办人员、基层工作人员

四、征文内容、形式与要求

(一) 征文内容

围绕“我心中的互助保障”为主题，可以结合市总工会实施《工会法》办法的学习宣传和互助保障事业发展历程，总结经验、提出建议；可以联系本人实际，通过动人的事例，歌颂工人阶级团结友爱、互助互济的爱心精神；可以用生动的笔触，书写各单位互助保障事业欣欣向荣的新气象，歌颂在开展职工互助互济活动中涌现出来的新人、新事、新思想、新风尚。

(二) 征文形式

文章体裁不限，散文、随笔、故事、诗歌、杂文、随感等

均可，字数3000字以内。

(三) 征文要求

1、题目自拟，主题鲜明，积极健康，内容积极向上，感情真挚。

2、文笔流畅，必须为原创作品，不得抄袭。

3、参赛者需提交电子版。题目为宋体小二号，正文为仿宋四号。在稿件末页注明参赛者姓名、单位名称、通讯地址、联系电话。

4、投稿方式：以各代办处为单位收集征文，每个代办处至少2篇，稿件以电子版附件形式发送。本次比赛来稿不退，各位参赛选手须自留底稿。

投稿邮箱:

baoxianshiyebu@126.com

联系人: 张逊

联系电话:

(010)83570167

五、征文时间

即日起至2016年6月30日。

六、评选及奖励

本次活动本着“公平、公正”的原则，组织专家对参赛作品进行评审，评出一、二、三等奖。并综合各代办处供稿数量和质量，评出优秀组织奖。同时，推荐获奖作品刊登在劳动午报、工会博览等工会报刊上。

请各代办处认真组织，积极动员经办人员、基层工作人员，踊跃投稿，积极参与，共同推动征文活动顺利圆满举行。

中国职工保险互助会北京办事处