近些年，德胜地区18个楼宇工作站组织开展了丰富多彩的活动，极大丰富了楼宇职工的精神文化生活，受到职工们的广泛好评。针对楼宇工作站组织的活动，楼宇职工们又有怎样的需求？他们有哪些意见建议？

职工盼更多更接地气活动

——楼宇职工精神文化生活需求调查

□西轩

缘起

政府购买服务 社会力量助力

随着时代的发展，人们的生活节奏加快，而快节奏的生活环境和工作环境下，越来越多的职场人士出现了各种各样的问题，如因工作压力大，导致精神恍惚、失眠、抑郁等。

面对这样的现状，人们不得不思考，到底是什么原因造成了今天的现状。如果要预防这种现象的出现，应该采取什么样的措施？

在街道统筹办的支持下，以政府购买民间组织服务的形式，邀请到多家民间性的社会组织入驻地区的部分楼宇工作站开展活动，如睦邻社工事务所、悦群益众社工事务所。在专业性社会组织的筹划和街道相关职能科室的把关和引导下，地区楼宇的各个工作站开展了丰富多彩的活动。如手工DIY类、节日主题活动、减压主题活动、绿植养护与兑换、养生主题活动、红色文化类活动以及楼宇趣味运动会等，利用职工午休的时间，把想要参与活动的职工调动起来。

相关的楼宇活动开展以来，受到职工的广泛欢迎，但回过头来看，我们调查一下，楼宇职工们对当下的活动，从形式以及内容和频率上有什么样的要求，来为今后此类活动的开展提供更多的借鉴。

走访

职工渴望度高 活动需求量大

《中央关于加强和改进党的群团工作的意见》指出，群团组织要把深化改革开放、推动科学发展、促进社会和谐作为发挥作用的主战场，把工人阶级主力军、青年生力军、妇女半边天作用和人才第一资源作用，转化为促进经济社会发展的强大力量，促进形成最广泛的合力。

在这样的背景下，楼宇工作站开展活动就显得十分有必要。楼宇作为高级知识分子汇聚的地方，是知识生产力的集中组合，如何能够通过活动对楼宇职工进行有效引导，将如上述所说，会形成强大的凝聚力。

近期，笔者就是否参与过楼宇工作站的活动、参与过哪些活动、感受如何、对今后是否还愿意参加工作站活动以及对工作站今后开展活动等问题访问了部分地区楼宇职工。

调查发现，在中午一个小时左右的时间里，楼宇职工们有着不同的选择，睡觉、聊天、看视频、外出散步、室内运动等应有尽有，其中以睡觉和外出散步的人居多，而就工作站活动的参与度来说，有一部分楼宇职工参与过活动，这类人以年轻人居多，尤其是喜欢外出散步和爱与朋友聊天的人，他们中有更多的人愿意参加活动。而没有参加过楼宇工作站活动的人也不少，至于不参加的原因，最主要的是想要利用中午的时间休息，也有一部分不参加活动的人认为楼宇活动对他们的吸引度不高，所以就很少参加。

而就参与过楼宇活动的人来说，他们获取活动信息的方式主要是通过楼宇内张贴的通知，以及工作站微信群。针对参与楼宇活动的感受，他们普遍表示，在紧张的工作之余，能够利用40分钟的时间用来参与各种小活动，感觉到是对身心的一种调节。

在这次调查中笔者发现这样一种现象，参与过活动的职工更愿意参加手工类的活动、交友活动和减压类的小游戏，对于费脑筋的智力游戏，他们并不是很感兴趣。

由此可见，楼宇职工在午间的1小时至1.5小时的休息时间中，希望能够参加40分钟左右的活动来丰富午间生活，从中认识到新的朋友，通过学习饮食健康知识、生活小能手等舒缓生活与工作的双重压力。

针对目前的活动内容，在调查中，部分楼宇职工表示，希望能够增加活动频次，最好能达到一周两到三次。此外，在活动形式上，他们也希望能够融入更多的互动性、趣味性和实用性，让他们回到家中也具有一定的可操作性。

分享

张红英：参与活动成为习惯

张红英今年46岁，是北广大厦的一名职工，在北广大厦工作已经有近20年的时间，可以说是北广大厦的一名老员工了。那么，这名老员工是怎样喜欢上参加楼宇工作站的互动活动的呢？

张红英介绍，她开始参加楼宇工作站的活动是在一年以前，记得当时是在一次做胸花的活动现场。她从大厦内张贴的活动通知上了解到活动信息。

“我当时就抱着闲来无事，多多参与的心态前去参加活动，没想到一参加可好，我竟然已经养成了习惯。”张红英说。

在参加做胸花的活动中，张红英清楚的记得老师的讲解都非常耐心，每一个步骤都讲解得特别仔细，针对职工们的疑惑，老师也能够平心静气地讲解。“当时真的是手把手地教，我学到不少。”通过这次制作胸花的活动，她说自己也掌握了一项有用的技能，虽然只是入门级的技能，但是作为紧张工作的一种调节来说，也已经足够了。

在接下来的一年时间内，只要是楼宇工作站的活动，张红英基本上一期不落的都参加了，消防讲座、趣味运动会、环保知识讲座、绿植兑换、猜灯谜等活动中都能够看到她的身影。

张红英表示，通过参加楼宇工作站的活动，她感触最深的一点就是快乐。抛开工作中的压力，抛开工作中的烦心事，整个人都完全投入到活动中去，当掌握一项技能、答对一道题目、学习一个道理后，她感到身心愉悦。张红英表示，习惯已经养成，她只希望今后能够举办更多这样的互动，把楼宇职工的参与精神都调动起来，让工作与生活充满快乐！

赵璐：通过活动感知楼宇温情

北环中心楼宇工作站在去年一年的时间内也举办了丰富多彩的活动，吸引了大批楼宇职工参加，而就职于该楼宇某公司的赵璐就是其中的一位。

从去年夏天起，赵璐便开始参加楼宇工作站组织的各类活动。前不久，她还参加了有睦邻社工事务所策划的元宵节猜灯谜活动。

谈起参加活动的感受，赵璐说：“感触最深的就是认识了许多新的朋友。”她说，虽然大家都在一个楼宇工作，但是实际上大家能够彼此接触和熟悉的机会并不多，职工们各自忙着自己的工作，多少有点“相面不相识”的感觉。“但是在参加活动以后，我才发现，工作站的活动给了我们彼此交流的平台，也正是在参加活动以后，我才更加感知到这座大楼的温情。”赵璐说。

在活动中，赵璐认识了许多新的朋友，以前她们之间完全没有交际，但是因为一次活动，她们从陌生人变成了朋友。在北环中心，这样的故事一直在发生。

谈及对工作站今后组织相关活动的建议，赵璐表示，希望能够增加更多的连贯性，能够做一些系列活动，而不只是组织些一次性的活动。

笔者手记

组织这次小调查的时间很短，楼宇职工们参与活动的感受却给我留下很深的印象。虽然每次活动时间只有短短的四五十分钟，但是在这么短的时间里，他们却收获了友谊、掌握了技能，也感受到楼宇的温暖。只要参与进去，慢慢地，他们会发现，认识的人越来越多，彼此之间再也不是“相面不相识”的关系，更不是“老死不相往来”，而是“同处一个屋檐下”的惺惺相惜。愿他们珍惜这短短的几十分钟，去体验更多的美好！

本版编辑 张瞳　美术编辑 李媛　校对 李亚楠