

百余名职工走进市职工服务中心职工心理关爱服务开放日活动 工会心理课让职工在音乐中嗨起来

本报讯 (记者 张晶) 10日,在活泼轻快的击鼓声中,北京市职工服务中心职工心理关爱服务开放日系列活动开启了新一期的主题课程。9月的活动主题为“摆脱束缚,跟着音乐动起来”。当天,来自西城区总工会等单位的百余名职工在专业心理老师的带领下,亦歌亦舞,不亦乐乎,教室中不时传来拍手声、欢笑声,课堂气氛异常热烈。

在暖场阶段,老师提出让大家伴随着有节奏的击鼓声进行自我介绍,以此迅速将大家带入了

音乐的世界中。两个小时活动中,几乎没有理论讲述时间,老师用一个接一个互动性、趣味性极强的小游戏,将整场活动串联起来,以至于在接近尾声时,大家都感到有些意犹未尽,纷纷表示“心情超嗨”“还没玩儿够”。

一名参加活动的职工说:“原来,为心理减压也不见得非要搞懂那些枯燥的理论知识,只要大家在一起唱唱歌、听听曲,整个人就能瞬间轻松不少。”

“大家可以在手机音乐APP中创建一个喜欢的歌单,每当感

到情绪不好的时候,拿出几分钟时间,戴上耳机,闭上眼睛,听听自己喜欢的旋律,你会发现,音乐的治愈能力超乎你的想象。”课上,老师还向参加活动的职工分享了很多实用的音乐减压“小贴士”,让大家能够随时随地用音乐治愈心灵。

据悉,市职工服务中心职工心理关爱服务开放日活动已连续举办4年,今年活动于4月启动,一直持续至12月,每月设一个主题,举办两次活动,活动内容新颖且实用,受到职工的好评。张晶 摄



门头沟第二届技能大赛瞄准“六城联创”

本报讯 (记者 闫长禄) 近日,门头沟区第二届技能大赛正式启动。区人大常委会副主任,区总工会党组书记、主席陈波出席启动仪式并讲话,各协办单位领导、区相关部门领导、参赛队员代表、组委会专家等共计200余人参加了此次活动。

据了解,第二届技能大赛以“工匠精神做引领、六城联创迎国庆”为主题,围绕“规范、提

升、特色、发展”这一主线,按照“政府引导、协会组织,全员培训、整体提升”的原则,为从业人员搭建提高、展示、交流业务技能的平台,不断提高全区从业人员在民宿厨艺、物业管理、康复护理、网络安全等方面的业务技能、业务素质、业务水平和服务质量,为创建全国文明城市提供良好的服务环境。

陈波要求,参赛选手及全区

广大职工一是要紧紧围绕“六城联创”和“三四三三”工程,胸怀大局,目光远大,积极投身勤学技能、苦练本领的活动中来;二是要以岗位为舞台,甘于吃苦耐劳,乐于无私奉献,在实现全区加快发展、加速崛起的进程中去建功立业;三是要以成才为目标,勤学技能、苦练本领,不断提高知识水平和业务技能。

良乡镇青年职工读书会上分享感受

本报讯 (记者 闫长禄) 近日,房山区良乡镇总工会联合镇团委组织机关青年职工和镇域内团员青年,在江村党建活动中心开展第二期“悦读书,阅青春”读书分享会活动。

此次活动由北京市团委“新青年学堂——职场加油站”项目讲师田军为大家讲良好职业心态,随后由机关青年和团员代表

分别朗读《做最好的自己》《最好的时光在路上》两本书的内容。活动结束后,工会向参加活动的青年每人发放了一本图书,鼓励大家爱读书、读好书、善读书。“通过学习我们知道做人真诚坦白就会赢得别人的信任,真正做到真情流露,用自己的激情感染他人,而且会真正与他人建立起沟通心灵的桥梁。”一名职工表示。

通州潞源街道职工学做月饼传递温暖

本报讯 (记者 赵思远) “今年是我‘北漂’第二年了,中秋快递邮件多,不能回家和爸妈过节了,但收到这份月饼,知道街道和工会惦记着我们,感觉心里特别温暖!”收到月饼后,快递员黄帅激动地说道。近日,通州区潞源街道和工会将“送温暖”和丰富职工业余生活相结合,组织辖区女性干部职工开展“颜如玉 佳节”活动,亲手学习制作冰皮月饼,并送到环卫工人、保安、快递小哥等一线工作者手中。

活动当天下午3点,潞源街道办事处食堂开始热闹起来。女职工将月饼粉、色拉油、馅料等准备好,戴上手套,撸起袖子,在老师的指导下揉搓面团,放馅料,上模具,将做好的精美的冰皮月饼小心翼翼地装进月饼盒。随后兵分三路,走上街头、深入工地,寻找城市一线建设者。当天,执勤警察、环卫工人、建筑工人、保安、快递员等70余人都收到了这份“暖心的礼



物”。43岁的环卫工人姚女士告诉记者,这是她第一次吃冰皮月饼,并称回去后一定会和家人分享这份心意。

“让一线职工学做月饼,并自发将月饼送到更多一线职工手中,这种送温暖的方式更亲切,学习体验的意义也更深刻,最重要的是能让工会大家庭更有凝聚

力。”潞源街道总工会主席张国宽介绍,潞源街道和工会自成立以来,通过召开座谈会、实地走访等形式主动问需,多次开展暖心服务进工地、志愿者走上街头慰问劳动者等活动,让一线工作者在潞源街道更有归属感,从而凝聚起建设北京城市副中心的广泛力量。通讯员 张格演 摄

客六12车队乒乓赛搭建职工交流平台

本报讯 (记者 张瞳) 记者昨天从北京公交集团第六客运分公司第十二车队工会获悉,为丰富职工的业余文化生活,搭建职工互动交流平台,该车队工会开展“庆祝新中国成立70周年乒乓球比赛”活动,25名乒乓球爱好者参加了比赛。

比赛中,职工精神饱满、神采飞扬。“我们车队的职工由于工作性质,能聚在一起的时间不多,多数碰面都是在交接班的时候。工会通过开展乒乓球比赛,

为乒乓球爱好者提供了一个互相切磋、互相交流、展示自我的平台,不仅调动了职工参与体育锻炼的积极性,提高了职工的身体素质,展现了公交职工积极向上的精神风貌,更增强了职工的凝聚力。”车队工会主席宋元元说。

比赛结束后,大家仍然意犹未尽,希望车队今后多举办这样的活动,并表示将以更加昂扬的斗志、更加强健的体魄、更加务实的作风,积极投入到公交事业各项工作中。

东直门非公企业党员演讲“职责与使命”



本报讯 (记者 边磊) 9月10日,东城区东直门街道非公党委开展2019年“不忘初心、牢记使命”主题教育演讲决赛。9名选手用生动的语言、鲜活的事例和饱满的热情,表达了对党和祖国的真挚情感,也表达了庆祝建党98周年、永远跟党走的真挚情意和豪迈宣言。选手的精彩演出,引来观众的阵阵喝彩。

东直门街道总工会主席黄斌表示,此次活动以“不忘初心、牢记使命”主题教育为主题,旨在教育和引导地区非公党员进一步坚定理想信念,重温作为共产党员的职责和使命,加强责任心、事业

心,提高执行力,争做一名优秀的共产党员。

据了解,东直门街道第二批主题教育活动即将启动,将持续深入开展好党支部规范化建设。黄斌说,非公企业党员要深刻把握开展主题教育的目标要求,查找自身存在的差距和不足,增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”,不断坚定共产党员的理想信念,充分担负起一名共产党员的职责和使命。于佳 摄

首钢京唐公司打造基层党建工作升级版

本报讯 (记者 赵思远) 10日,中国冶金职工思想政治工作研究会首钢京唐现场交流会在曹妃甸举办。在国企党建工作上,首钢京唐公司的一系列做法受到了与会者的称赞。

职工累计提出合理化建议1万多条,解决现场难题3420个,总结最佳操作法124个,创造经济效益6亿元……近年来,京唐公司党委针对高端产品生产关键工艺技术掌握不足、难点问题久攻不克的问题,实施“首发+领先”的研发模式,推进高技术含量、高附加

值、高档次精品板材生产。

同时,京唐公司党委还以“创建示范点”活动为主线,努力打造基层党建工作升级版。其中,京唐公司运输部党委开展“旗帜领航”“文化护航”“人才助航”特色实践,构建了党支部、党小组、党员责任区与党员群众“心连心”大网络。20个党小组243名党员闪耀在运输部每个站点,涌现出“机车医生”“学习标兵”“创新之星”“铁道卫士”等一批“工作之星”。开展党员“领跑计划”活动,组织每名党员围绕思想作风、业务技能、岗

位业绩、遵章守制和服务群众,找准问题和差距,确定领跑具体内容。制定可量化评价的《党员积分管理办法》进行试点,实现对党员全方位评价。

广告
燕京啤酒
YANJING BEER
中国探月工程官方合作伙伴
Official Partner of the China's Lunar Exploration Program
登报咨询电话:63522410

不忘初心 牢记使命
主题教育进行时