责任编辑 李婧
版式设计 王巍
版式校对 刘芳

李童

朝阳区高新技术产业工会工作者

职工状态好就是喜悦之源

□本报记者 刘欣欣

★创意心法：不断优化组织方式，让活动可持续

不同于简单的组织文化体育活动，在朝阳区高新技术产业工会，开展文体活动使用的是培养、选拔、建队比赛的模式。

“可能是因为除了文体工作外，我还负责素质工程，因此，就把素质工程的这一套模式应用到了文体活动上，还挺好用的。”说这话的是朝阳区高新技术产业工会专门负责组织文体活动的专职工会工作者李童。在他的培养、选拔下，羽毛球、乒乓球、趣味运动会等项目开展的如火如荼，常年到市区两级参加一系列比赛。

早在2015年，在领导的大力支持、李童的精心组织下，朝阳区高新技术产业工会的第一届乒乓球比赛开始了，100多名下属建会企业的职工报名参加。

“毕竟是第一次组织，看到这么多人参赛，心里还是挺开心的，也能感受到这项运动大家都是挺喜欢的。”李童说，他开始琢磨着，把这项运动开展得更加扎实。

没过多久，他就策划组织了乒乓球培训班，教授打球的基本手法和动作，朝阳区高新技术产业工会支付场地和教练的费用，职工会员可以免费报名参加。然而，就是这样好的机会，并没有太多职工领情，最终只有20多人参加。“因为我们是安排在每周六和周日，一个月八节课，有的职工觉得占用了自己的业余时间，可能也是怀疑培训班的效果吧。”李童回忆着告诉记者，当年，他就带着参加了培训班的20多名职工参加了市里组织的比赛，其中有一位职工得奖了，还拿到了业余运动员的证书。

听说有职工取得了好成绩，大家的积极性被调动了起来。当李童第二次组织乒乓球培训班的时候，一个班次已经远远不够了，他特意加开了一个班次，满足大家的需求。并且培训班的形式被固定了下来，每年都会组织两期，每次报名的人数都会爆满。

随着球友越来越多了，李童开始着手梯次建队，把大家按照实力水平分队，频繁带队参加市、区各级组织的比赛，多次获得单项第一、第二名。

“以前我还会组织一些面对职工的心理减压课程，后来我发现，其实这些文体活动就是最好的减压工具。”李童说，除了带队收获荣誉外，他真切的感受到了，职工们通过参加他组织的活动，疏解了工作中的烦闷和压力感，大家都变得更加阳光开朗。

队里曾经有一位男性职工，体重达到了200斤，单位推荐了他来参加工会的乒乓球培训班。跟着大家一起训练、打比赛，不到三年的时间，他不仅瘦到了150斤，打球技术提高了，而且，在工作上的积极性也大大提高了，领导都愿意给他机会展示自己。

“如果只是靠我一个人组织，覆盖的面还是小，我们还是希望大家都参与进来，对个人来说强身健体，对企业来说增强凝聚力。”为了这个目标，李童还花大力气，指导下属各个建会企业有针对性的开展文体活动。

想要指导工作，就要先了解各企业的具体情况。他加大与企业工会负责人的沟通，随时打听着各家的特色活动。慢慢地，挖掘出了一批的特色的文体活动队伍。闽龙集团有自己的陶瓷博物馆，李童就组织集团里的工艺师们制作手工艺作品，参加市里的文化节，获得了第二名、第四名的好成绩；君豪物业有一支志愿服务队，频繁开展公益慈善活动；眉州东坡内部长期开展职安操，他就鼓励企业工会，到市里参加健身操比赛……

“通过我的努力，可以让更多的职工，身体、心情、工作都越来越好，就是我最开心的事情了。”李童笑着说。

方海云

西城人力社保局工会副主席

为职工打造“力量源泉”

□本报记者 陈曦 文/摄

★创意心法：手法要活，方式要新

“我希望我们策划组织的文体活动能满足不同职工群体的需求，让这些活动成为凝聚全体职工，促进大家奋发向上的力量源泉。”西城区人力资源和社会保障局工会副主席方海云说。

在单位职工们的心中，方海云可是“大拿”级人物，尤其是在文体活动方面，只要职工有需求，她总是想法设法满足大家。2015年，西城区人力资源和社会保障局在西直门南小街有了新的办公大厦，而在大厦的9层，有让职工们非常欣喜的职工活动室。两张乒乓球案、两张台球案、一溜跑步机、一整套健身器材……时值中午，很多职工下班后，不着急吃饭，而是先奔职工活动室。在活动室的斜对面，还有一间很大的瑜伽室，里面铺的木地板，两侧装了镜子，还配备了瑜伽垫和瑜伽砖。“这些年，职工的健康意识越来越强，所以大厦盖之前，我们就专门申请，为职工们预留了这些运动空间。这些地方不仅是我们各个兴趣小组活动的场地，更是我们策划、组织活动的基地。”方海云说。

除了体育活动，西城区人力社保局的文化活动也非常丰富多彩，尤其是书法活动，局工会不仅牵头成立了书法兴趣小组，吸纳职工中的书法爱好者加入。方海云还邀请到单位内的一位书法高手“加盟”，做授课老师。

去年，局工会举办了书画笔会,将大家的习作做成展板，并且邀请书法家给大家现场点评。“活动现场，我们也进行了精心布置，通道还铺上了红地毯，还制作了小视频。活动结束后，大家都反馈说，感觉以后练习书法更带劲了。”方海云笑着说.

近年来，局工会组织的一系列文体活动都受到了广大职工的欢迎，尤其是2017年五一前夕举行的“为劳动放歌——人力社保职工歌手大赛”，让很多职工包括方海云自己都记忆犹新。方海云介绍说，前一年年底总结会的时候，很多人都建议，希望工会能组织一次卡拉OK比赛，于是她就开始策划活动。“最初的设想是先开展海选，等到决赛的时候再举办一场活动。后来，觉得这样太简单，就想在决赛活动中间加上才艺展示。活动中光唱歌也不行，为了增加气氛，我们要求选手所在的部门要组织拉拉队，还要有拉票口号。这样整场活动才会丰富、热烈。”她说。

方海云表示，这个活动策划组织的难点就在于，大家都在不同的地点办公，而且工作性质也不相同，集中到一起参加活动，本身就很困难。而且活动中间的很多细节，她也要考虑，比如宣传海报怎么设计、选手和拉拉队的服化怎么呈现、活动主持词的撰写等。

“策划组织这些文体活动确实不容易，有几次，我累的都吃不下饭。”方海云坦言，好在活动结束后，职工们的评价都不错。更让她欣喜的是，她一手策划的活动，还能频频“出圈”。

“在我局职业女性形象展示活动中，一展风采的旗袍表演队和汉服表演队，被区总工会和区直机关工委选中，分别参加了西城区总工会2019年新春劳模专场慰问演出和区直机关工委春节联欢会，获得了一致好评。”方海云兴奋地说。