



大栅栏街道总工会“职工之家”四大品牌课程效果显著

精准服务职工 打造特色“家”文化

□刘祖凤

2019年,大栅栏街道总工会坚持职工需求导向,积极顺应职工期待,不断探索建立会员服务清单,因“地”制宜竭诚服务职工,在“职工之家”开展了“活力健身俱乐部”“乐享读书会”“聚能量职工课堂”“美好时光快乐工坊”四大品牌课程。有好书相伴,有时光相拥。大栅栏街道总工会通过打造特色“家文化”,不仅让职工能量满满、幸福满满,也焕发了工会工作的活力,扩大了工会组织的影响。

数字说话

品牌课程惠及职工千余人

截至目前,大栅栏街道总工会“职工之家”活动全年累计共服务覆盖职工近4600人次,打造的特色品牌课程得到好评。2019年,“职工之家”活动共开设了3期特色品牌学习课程,涵盖瑜伽、舞蹈、读书、朗诵、非遗手工制作、办公软件、糕点烘焙、咖啡体验等15个门类,共240次课程,总课时达到500小时以上,共惠及学员千余人。

大栅栏街道总工会主席李玉萍表示,未来,街道总工会将继续深化对职工队伍发展变化特点与规律的认识,围绕职工对美好生活的多方面需求,全力做好工会特色品牌课程的整体设计、持续跟进、综合服务,不断优化内容、提升课程品质,将更多特色服务送到职工身边,进一步拓宽工会服务的广度和深度,促进职工体面劳动、舒心工作、全面发展。

收获盘点

■活力之家——活力健身俱乐部

收获健康 柔软中强力量

“活力健身俱乐部”品牌,设有瑜伽、舞蹈、太极课程,全年累计服务覆盖职工近1800人次。

瑜伽课程主要围绕关节的灵活性、稳定性以及力量的提高进行练习,带领学员感受瑜伽的魅力,通过体式的训练,使身心得到放松,缓解压力。舞蹈课程教学三期由浅入深,前两期动作设置相对简单,并逐步增加半个小时有氧训练,编排了舞蹈《美丽中国》和现代舞《美丽中国站起来》。第三次课程在有一定舞蹈基础上,

编排了舞蹈《祖国之恋》,包含托掌、双山、花型手等元素。太极主要传授武当派太极三十六式和八段锦等内容,达到刚柔并济,舒展筋骨,活动骨节,气血流通之效。

学员们表示,“活力健身俱乐部”的课程,有专业、有知识,强体魄、塑形体,不仅让身体得到了锻炼,还感觉气质也得到提升,精神面貌焕然一新。这些课程不仅让职工学习了新的锻炼方法,也丰富了业余文化生活。在老师耐心的指导下,不少学员爱上了这些运动方式。

■文化之家——乐享读书会

收获知识 读书分享感悟成长

大栅栏街道总工会通过寓教于乐、观影知史、读书分享等形式开展“乐享读书会”课程,营造健康文明、昂扬向上、全员参与的职工文化氛围。“乐享读书会”品牌课程包含读书、观影、朗诵、合唱四大类,全年累计服务覆盖职工960余人次。

知识分享,以书会友。大栅栏街道总工会充分利用服务站书籍资源,邀请学员们开展读书分享会,学员们互相推荐好书,分享好故事,定期促膝围坐分享读后

感,形成读书兴趣小组。

朗诵合唱,以声会友。学员们说:“在气息练习有一定的基础上,又开展了合唱教学,老师从咬字、吐字、呼吸方法,合唱站姿等方面进行指导。三期课程下来,说话更有底气了。”观影赏析,以评会友。观影内容多围绕爱国、劳模事迹、励志等展现。学员们说,大家坐在一起观影,不仅有氛围,还能在影评环节讲出自己的感受与大家分享,让看电影更加有意义。

■和谐之家——聚能量职工课堂

收获精彩 感受非遗手工制作

“聚能量职工课堂”品牌,设有职场美妆、非遗手工制作、职场礼仪与服装搭配、办公软件四类课程。全年累计共服务覆盖职工1200余人次。

非遗手工课,让传统得到传承。全年开展了画兔儿爷、彩绘扇面、制作口金包、中国结、毛猴、中草药膏、压花相框等手工制作活动。授课内容不仅围绕制作的技巧和方法展开,更是从历史文化角度进行宣传,让每个学员通过手工制作加深对传统文化的认识与感知。

职场礼仪,让形象更加职业。课堂形式多样,采取理论知识与美妆实操交替方式教学。礼仪与服装搭配课程,通过情景互动等形式开展文明用语中英文表达、职场礼仪规范教学、职业套装选取等教学内容。

办公软件课,让工作轻松开展。开展了摄影摄像、美图秀秀、会声会影办公软件操作等课程,包含摄影构图技巧培训、摄影脚本撰写、专业视频剪辑等教学内容。“多了几项技能,工作开展就多了几个思路,解决实际问题就多了几个办法,工作变得更加容易,生活变得更加有趣。”上过该课的学员们说道。



■温馨之家——美好时光快乐工坊

收获欢乐 懂得智慧生活

“美好时光快乐工坊”课程全年累计共服务覆盖职工600余人次。课程共包含糕点烘焙、咖啡体验、茶艺品鉴、手工制作四大类,充分满足了职工对美食制作、饮品品鉴、手工制作的美好愿望。

糕点烘焙课,提升生活趣味。无论是西式曲奇饼干、司康饼、香蕉巧克力、坚果麦芬,还是中式核桃小酥、冰皮月饼、红豆一口酥等甜品,学员们均信手拈来。

咖啡体验课,感受时尚元素。星巴克专业咖啡师为学员普及咖啡文化,并从选豆、研磨、冲泡、拉花等方面教学,一步一步

带领学员走进更专业的咖啡领域。学员不仅学会了品鉴咖啡,还可以完成卡布奇诺、拿铁、焦糖玛奇朵、美式等咖啡的制作。

茶艺品鉴课,知晓茶文化。学员们一起了解了茶文化的历史渊源、茶的特性、茶的功能以及品茶的方法。

手工类课,点燃智慧生活。手工类课程内容丰富多彩,搭配茶文化,组织画茶旗活动;天气渐冷,开展多功能暖手宝缝制活动。不少学员表示,手工类课程不仅动手动脑,提高技能,还兼具实用性,真是送到职工身边的好课程。

职工心声

瑜伽课学员孙宁:有一次摔倒后起身无大碍,多亏平时参加工会开展的瑜伽课程,提升了身体柔韧度,才没有伤到筋骨。

太极学员傅军:通过太极和八段锦的学习,遇到急事儿能平心静气解决,让身

心都得到了洗涤与升华。

烘焙课学员侯春燕:非常感谢街道总工会开展的烘焙课,提高了动手能力,能够给父母和孩子制作香甜的蛋糕,感到非常幸福。