

市职工心理关爱服务开放日活动举办 引导职工不要把负面影响带到新生家庭 工会心理课帮助职工完成“自我和解”

本报讯(记者 张晶)“今年热播的电视剧《都挺好》大家都看过了吧,关于原生家庭给我们带来的影响,你们了解多少呢?”12月10日,职工心理关爱服务开放日活动在市职工服务中心如期举办,来自北京邮电大学、房山区向阳街道总工会等单位的百余名职工参加活动。当天活动以“自我和解·一张图带你认识原生家庭”为主题,主讲老师通过丰富、有趣的案例,帮助大家完成“自我和解”,引导职工不要把原生家庭的负面影响带到新生家庭。

“大多数人一生中都会有两个家庭,一个是原生家庭,就是我们还未结婚仍与父母生活在一

起时的那个家庭,另一个是新生家庭,就是婚后夫妻双方组成的新家庭。”活动中,老师在进行简短的理论讲授后,很快便带领大家进入了互动环节。老师提出,让现场职工每人绘制一张自己的家庭图,在图上分别写出家庭成员的姓名、年龄、爱好、性格特点,以及父母生日等信息。乍听起来,大家都感觉很简单,但到真正动手绘制时,不少职工却都表现出了犹豫,甚至困惑。一名职工在写自己爱人的兴趣爱好时,迟迟下不去笔,还有一名职工根本不知道父母是哪年结婚的。

当家庭图的制作接近尾声时,很多的家庭问题也逐渐浮出

水面。一名职工在描述母亲的性格特点时,写下了“善良、固执”,在自己的性格特点中,她同样用到了这两个词,落笔后,她惊讶地发现,原来原生家庭的影响一直伴随着她。随后,老师运用专业知识,为大家进行了分析,并告诉大家要充分认识到原生家庭对自己的影响,这样才不致于将原生家庭的一些负面元素带到新家庭中。

据悉,北京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,今年的活动于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,受到职工的广泛好评。
张晶 摄



弘扬工匠精神 争做行业先锋

临床护理带教师授课技能大比拼

近日,昌平区总工会、区卫生健康委员会联合举办了2019年区卫生健康系统医疗机构临床护理带教师授课技能竞赛决赛。比赛通过幻灯片、视频展示、师生互动等方式,形象生动地向大家进行了理论授课,授课内容包括普及疾病科普知识、展现临床护理操作技术等方面。

本报记者 周美玉 摄影报道



德胜餐饮行业职工技能赛场争夺“厨王”

本报讯(记者 陈曦)包饺子、花样抛饼、手切羊肉……近日,西城区德胜街道总工会组织开展了地区餐饮行业职业技能大赛,吸引了地区12家餐饮企业的55名选手参加。

此次比赛分为技能比赛和技能展示两部分,比赛包括摆台、刀功、面点等项目,技能展示包括了工装展示、糕点制作。

刀功项目的比赛最为激烈,17名选手分三组进行,要求在1分钟之内将黄瓜切片拉花、土豆切丝,评委根据切丝的均匀及美观进行打分。来自北京银珠恒业科贸有限公司银峰庄

酒楼员工朱建凯获得了这个项目的三等奖。他说:“刀工的好坏在于平时的勤学苦练和日积月累,这次技能比赛为大家提供了展示技能的平台。”

华宇假日酒店(德胜门店)的西点师李文宝,此次展示她带来的糕点作品,她说:“我是第二年参加街道餐饮技能比赛,去年带了6款糕点,今年展示的数量虽然没有去年多,但制作工艺上比去年复杂。西式面点时下最受大家欢迎,用料非常考究,有很多发挥的空间,展示活动也给我提供了一个同行之间学习交流的机会。”

据了解,这是德胜街道总工会连续第7年举办餐饮行业技能比赛。此前,比赛都是以竞赛的形式进行,从去年起增加了技能展示环节,以便让更多行业内有技能的人参与进来。

“希望比赛能展现地区餐饮行业的职工风采,提升行业综合素质和培养高技能人才。”街道总工会相关负责人表示,工会通过为餐饮企业搭建平台,让更多餐饮企业的幕后工作者展现风采,同时企业自身也可以加强交流,无论在员工管理还是服务态度上都可以取长补短,促进自身发展。

天岳恒公司职工团建活动释放压力

本报讯(记者 边磊 通讯员 张雪)近日,天岳恒公司工会、团委联合组织200余名职工进行一场激情四射的大型团建活动。此次活动帮助员工释放激情、增进交流,培养了团队凝聚力。

简单的热身活动后,教练将大家分成12支队伍,开始进行积分挑战赛的比拼,挑战赛分为6个项目,12支队伍分区域进行挑战,

这6个项目考验队员的勇气、耐力、协作和智慧。队员们在挑战的过程中积极沟通、互相协作,随着任务一个个被攻破,队员也在合作中增加了彼此的信任和理解。

职工表示,团建活动通过各种环节设置,用更加趣味性的方式磨练了意志,不仅让工作压力得到了释放,相互之间的默契感也大大提升。



海淀保安感受辉煌成就

10日下午,海淀保安分公司党员干部职工来到北京展览馆参观新中国成立70周年成就展。珍贵的图片和视频资料展示了在中国共产党的领导下,中华民族从“站起来”到“富起来”,再到“强起来”。参观后,大家表示,今后一定要加强学习,不忘初心、牢记使命,在工作中走在前列、干在前头。
通讯员 田文江 摄影报道

(上接第1版)

《意见》提出,要完善高等级公路网建设,加快推进高速公路待贯通路段建设以及交通拥堵路段扩容改造,优化干线公路与城市道路衔接。加快推进高速公路电子不停车快捷收费系统(ETC)。合理优化高速公路服务区 and 停车区布局,完善服务设施。加强高速公路应急设施的保障建设。探索在高速公路服务区建设警务站,建立健全警务工作机制。在高速公路规划、建设中充分考虑与重点景区连接道路的衔接,完善交通引导标识设置。

节假日期间在机场码头、旅游集散中心、景区换乘站等重点地区加开临时接驳交通。提高热门景区公共交通的可达性和便捷性,节假日期间优化公共交通运输力供给,探索建设旅游交通公共服务平台,推动景区门票与城市公共交通一体化服务,引导游客乘坐公共交通工具。加快景区道路设施建设,根据需要增加4A级及以上景区

出入口开放数量。增强热门景区旅游出行保障能力,节假日期间增加景区与城市对外交通枢纽(高铁站、汽车客运站)间、景区与景区之间的城市公交线路或客运班线运力投放。

《意见》还提出,加强旅游产品和旅游景区规划布局,丰富节假日旅游产品供给,优化热门景区配套设施建设。实施景区流量控制和门票预约制度,鼓励开发夜间游览项目。充分运用虚拟现实(VR)、4D、5D等人工智能技术打造立体、动态展示平台,为游客提供线上体验和游览线路选择。鼓励各地积极提升智慧旅游服务水平,重点推进门票线上销售、自助游览服务,推进全国4A级以上旅游景区实现手机应用程序(APP)智慧导游、电子讲解等智慧服务。探索节假日景区车辆进入预约管理。加强部门沟通协作,健全节假日旅游出行监测和拥堵防范化解工作机制,加强出行预警,强化应急管理。
(发文)

北京市政路桥市政集团四处打造“精兵强匠”作业队

职工一项技术创新提高盾构速度近一倍

本报讯(记者 边磊)由于开创性地采用了双液浆同步注浆技术,盾构施工单日最高掘进速度由原有23环达到42环,速度提高近一倍……记者近日从北京市政路桥市政集团四处了解到,苏州轨道交通5号线09标的盾构小分队在项目党支部和工会带领下,进行经济技术创新,采取全新双液浆同步注浆技术,将工序衔接精确到每分钟,提高了施工效率。

项目经理张龙介绍,通常情况下,盾构施工采取单液浆注浆,即只使用水泥,需要3-6小时才能凝结。苏州地铁5号线项目负责的通星区间侧穿杨树港大桥,机

场路加油站、地下油罐等重要建筑,地下水位较高,工期要求较紧。经过项目总工程师和技术人员研究,北京市政路桥市政集团四处,开创性的采用双液浆进行同步注浆。项目部技术人员经过反复试验、改造,终于成型填充速度快、准确度高的双液浆装置。既可快速填充,又不会堵塞。

据了解,市政集团四处是北京最早使用盾构、技术最先进的队伍,企业自有的盾构作业小队,从队长、推进司机、到管片拼装手、龙门吊司机、信号工被称为核心职工,这7到8人的关键岗位都是自有职工,同时,配合作业的人

员,也是从劳务队伍中挑选头脑好用的职工。

为保障技术前沿能力,四处还自有盾构维修队,盾构施工一旦出现问题,可第一时间进行解决。实现盾构机组装、拆解、维修、保驾一条龙。

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