



距离2022年北京冬奥会开幕不到500天。为助力冬奥，增强职工运动健身意识，营造良好的体育运动氛围，近日，西城区各级工会在这秋末冬初的时期积极在职工中开展体育运动活动。

西城区总工会：

### 脑力角逐 职工收获无限快乐

近日，西城区总工会选派职工代表参加了首都职工志愿“我为冬奥出把力”主题知识竞赛及体验展示活动，此次活动在延庆区梦起源滑冰馆举行，全市17支代表队及张家口代表队近300余名志愿者欢聚一堂。

活动现场，辽宁省短道速滑队志愿者为参赛选手呈送了精彩的滑冰表演，赛事由此拉开序幕。经过激烈角逐，西城职工分别在知识答题、雪舞飞扬（滑雪）体验展示中展示出良好风采。在答题、冰雪展示等环节的综合评定后，西城区代表队最终获得最优表现奖项。

“很高兴能参加这次工会组织的活动，学习到了很多关于冬奥、冰雪运动的知识，也得到了与现场和冰雪领域专家、运动员交流的机会。自己很喜欢冰雪类运动，希望以后还能参加此类活动。”西城职工在赛后说。

活动现场，我国知名运动员叶乔波、张昊及冰雪运动领域专家来到现场担任知识竞赛裁判，并与参赛选手们近距离交流，既鼓励了广大职工将冬奥知识学起来，也引领着广大职工勇于上冰上雪，携手发展冰雪运动，为冬奥助力。

目前，北京市总工会已被北京冬奥组委志愿者部纳入成员单位，这也标志着北京工会的冬奥任务将逐步明确，工会志愿的冬奥工作将进入全新阶段。

此次参赛活动充分体现了“显冰雪魅力、传志愿深情、逐冬奥之梦”的主题。未来，西城区总工会将大力开展、引领职工参与冰雪活动、了解冰雪知识、掌握冰雪技能、享受冰雪快乐，响应“3亿人参与冰雪运动”的号召，并以冰雪活动为载体，切实提升广大职工在关注冬奥、支持冬奥、参与冬奥、体验冬奥上的获得感，营造人人感受冬奥、处处体现冬奥的社会氛围。

西城区直机关工会：

### 羽翼飞舞 职工凝心聚力

10月21日至22日，2020年区直机关工会第五届职工羽毛球赛在月坛体育馆开赛。区直机关工委常务副书记戴卫红、区体育局副局长王程、区直机关工会主席高怡文参加开幕式。区直机关16个单位、近130名干部职工参加了各项赛事。

今年的赛事除了安排团体赛以外，还增加了5个单项赛，不仅丰富了干部职工的参赛选择，还体现了竞赛的团体性和“每分必争”的竞技性。经过两天的激烈角逐，区政协、区全响应中心、区机关服务中心、区科信局等单位分别获得团体赛前三名；区机关服务中心邸文龙，区安全分局马琳，区委组织部仲浩、李鹏，区全响应中心何瑒、王真，区档案馆赵红梅、赵鹏等选手分别获得男子单打、女子单打、男



▲西城职工参加“我为冬奥出把力”主题知识竞赛  
▶大栅栏街道总工会健步行活动



西城区各级工会：

## 多彩文体活动为职工幸福“加码”

□王岩



陶然亭街道总工会古北水镇健步走

子双打、女子双打和混合双打的冠军。

本次赛事一步振奋了精神、凝聚了力量、鼓舞了干劲，使机关广大干部职工以更加昂扬的精神和振奋的姿态投入到年底前的各项工作中，确保全年目标任务圆满完成。

据悉，西城区直机关工会职工羽毛球赛自2016年举办以来，至今已至第五届，近千人次参与了此项赛事。各单位领导和干部职工对赛事高度关注、积极参与，已成为区直机关干部职工积极响应全民健身运动，参加体育锻炼、减压怡情、鼓舞干劲的一个必不可少的品牌活动和载体，充分展现了区直机关干部职工凝心聚力、团结拼搏、锐意进取、迎难而上的精神风貌。

### 陶然亭街道总工会： 健走同行 健康同在

近日，陶然亭街道总工会组织辖区企业90名职工赴古北水镇开展健步走活动，共同欣赏水镇的秋色红叶，愉悦身心。

职工一走进古北水镇景区，便被眼前的美景所吸引，纷纷拿出相机拍照留念。古色古香的建筑、静谧的小桥流水、绚丽多姿的红叶，移步换景、如诗如画，让人心醉神迷、流连忘返。职工们的脚步慢了下来，心也随之静了下来。大家三五成群地走在石板路上、仿古巷中，一边轻声交

流，一边细细欣赏每一处风景。远离了城市的喧嚣，大家走出办公室，走进自然，在山光水色间享受一刻悠闲，身心得到了彻底的放松。职工纷纷对本次活动的表示肯定。

陶然亭街道总工会组织者表示，职工的肯定是对工会的最高嘉奖，陶然亭街道总工会将一如既往地用心付出，持续提供更多的职工喜闻乐见的服务。

### 牛街街道总工会： 小手环大作用 工作健康两不误

2020年是特殊的一年，牛街街道总工会带领广大干部职工共同抗疫的同时，作为辖区职工的“娘家人”，不仅要重视职工的精神生活，更要重视职工的身体健康。近日，牛街街道总工会服务站开展了为期5天的“凝心聚力和谐发展”走访慰问会员送“心率手环”活动。

据介绍，活动旨在倡导和鼓励工会会员积极开展健康运动，提高身体素质，及时掌握和了解个人身体健康状态。活动一经推出，得到了广大会员的热烈响应。大家积极参与并前来领取，纷纷称赞本次活动搞得好，有的甚至拆开盒子当时就用了起来。领到手环的会员表示，以后健步走或者运动起来就更有动力了，对自己的身体状况也更清楚了，小小的手环起到的作用可真是不小。

活动相关负责人说：“距离2022年北京冬奥会开幕不到500天，我们要积极营造辖区内体育运动氛围，让更多的职工了解冬奥，加入到职工健身的行列中来。现在正值冬季，很多体育运动因为天气的影响不能及时开展，我们通过给职工发放运动手环，希望广大职工能在平时坚持锻炼，做到工作、健康两不误。”

### 大栅栏街道总工会： 共同参与齐发力 绿色徒步走起来

为了迎接冬奥会的到来，让职工更好地领略大自然风光，缓解工作压力，强健体魄，近日，大栅栏街道总工会带领辖区联合工会会员80余人来到具有“塞外景、江南风，尽在水长城”美名的黄花城水长城开展健步走活动。

活动中，工会服务站不仅为职工准备了口罩、一次性手套、免洗消毒液，还为大家准备了景点介绍及健步走线路图。在将近2个半小时的徒步爬长城中，大家相互帮助、相互鼓励，一边呼吸着大自然新鲜的空气，一边欣赏着各种美丽的风景。

此次活动增进了大家间的友谊，增强身体素质，会员们纷纷表示，感谢工会开展的此次活动，在立冬前，有这样外出的机会真是太好了，不仅感受到了徒步健身运动的快乐与激情，也能有更好的精力投入到新的工作中。

大栅栏街道总工会将顺应职工需求，近期继续组织健步走活动，扩大职工服务覆盖面，带领更多职工强身健体，拥抱自然。

### 德胜街道总工会： “骑”聚一堂 健身心促和谐

近日，德胜街道总工会组织开展了“青春无畏 逐梦扬威”雁栖湖骑行拓展活动，来自地区14家楼宇企业的80余名职工“骑”聚一堂，以实际行动共同健身抗疫，助力冬奥。

活动当天，所有参与人员以不同颜色服装分成6组，分别确定队名、队长、口号。各队伍整合完成后，教练进行讲解自行车的主要性能，需掌握的重点以及骑行中应注意的安全事项。全程共骑行10余公里。骑行中，所有队员分成一路纵队，沿风景秀丽的景区前行，一路走走停停，在欣赏沿途美景的同时，更用镜头记录下骑行路上的难忘时刻。骑行途中还设置了精彩的自行车障碍大比拼游戏环节。要求以队为单位，在相同距离的路线里，每队队员接力过障碍，用时短的队为优胜。通过比赛活跃团队的气氛，促进团队的有效协作，并加深团队成员荣辱与共、并肩作战的积极性。

不少参与者表示，目前疫情稳中向好，大家难得在工作之余，通过骑行放松心情、结交新友、增进感情。非常感谢街道总工会为大家组织此次活动，真心希望能够继续多举办这样的活动，既缓解压力，释放情绪，又锻炼身体，轻松愉快。

据介绍，此次活动是街道总工会购买社会组织服务项目之一，从区总工会社会组织服务名录中挑选，并由西城区曙光社事务所承办。未来，区总工会将紧密结合职工需求，精准购买社会组织服务，开展更多内容丰富、形式多样的职工文体活动。秉承“快乐健身，全民参与”的理念，丰富广大职工的业余文化生活，创造和谐健康的企业氛围，全面提高职工身、心、智健康的工作模式，增强德胜地区职工群体体质，不断提高德胜地区的体育意识和参与意识。