

劳动者周末

劳动者报

■劳动者的报纸 ■劳动者爱看的报纸 ■劳动者贴心的报纸

□2022年10月8日星期六
□第415期 总第8070期
□壬寅年九月十三
国内统一刊号：CN11—0221
邮发代号：1—376
网址：www.workerbj.cn



微信二维码 手机App二维码

饮水当思源 护水代代传

——来自密云水库的那些难忘瞬间

2020年8月30日，在密云水库建成60周年之际，习近平总书记给建设和守护密云水库的乡亲们回信，勉励大家继续守护好密云水库，为建设美丽北京作出新的贡献。两年后的金秋时节，本报记者再次来到密云水库这片热土，寻访当年的水库的建设者，采访了接续奋斗的新一代保水人，饮水思源，探寻密云水库精神的丰富内涵。我们选取了60多年来水库建设与发展保护的若干瞬间，通过当事人的回忆，再现了众多感人的细节。让我们一起礼赞保水人，致敬一代又一代的水库守护者！

详见第3至5版

看展式社交 能让生活更有趣更高雅

刚刚过去的长假你是怎么度过的呢？继剧本杀社交、露营社交之后，一种崭新的青年社交方式看展式社交慢慢流行了起来。面对这股年轻人交友新风尚，我们众多的文博场馆，也应进一步提升观展方式，在保证防疫安全的前提下，增加与观众的交互方式，让沉浸感、穿越感更强。还应摆脱过去那种灌输式的展陈方式，让历史、艺术、文化、设计相互交融，从而让文博场馆的魅力进一步放大。

详见第2版

长假后上班没精神 试试这几招

长假结束了，经过几天的“吃喝玩乐”，你是不是感觉“身心”更累了？如果是，这可能是假期综合征犯了。假期综合征是指节假日之后出现的各种生理或心理表现，例如在节后的几天里感觉厌倦，提不起精神……别怕，做对这几件事，能让你迅速元气满满。

详见第6版

小村子里升国旗

每到国庆节，乡亲们就会来到村子新建的广场上升国旗。广场位于村子的南端，好大一片，南来北往的柏油路直通过来。平阔的水泥地面上，各色花草在秋天里释放着香气。乡亲们庄重地站成队，父亲是升旗手，自豪地站在最前面。五星红旗在雄壮的国歌声中升起来了，村子沐浴在一片温暖的秋色里。

详见第8版

历史上的北京“南苑”



北京南苑，历史上的皇家园圃，其面积十分可观。这里位于北京中轴线的延长线上，文脉深厚，具有重要的军事意义。由于南苑独特的区位与生态，值得进行细密的历史考察。

详见第7版

本版编辑 杨琳琳 美术编辑 王巍