

深入学习贯彻党的二十大精神 奋力开拓首都工会工作新局面

厦门国际银行北京分行工会打造特色工会服务品牌

“精彩星期五”让职工成为“快乐职场人”

□本报记者 刘欣欣

“自从参加了工会开展的系列活动，让我们对周五这天有了新的期待。”谈到厦门国际银行北京分行工会组织的“精彩星期五”系列活动，一位职工如是评价。

据了解，“精彩星期五”系列活动是厦门国际银行北京分行工会为丰富职工精神文化生活，构建和谐友爱的工作氛围而创新打造的工会服务品牌。该系列活动紧贴职工需求，利用星期五午休或职工业余时间，围绕快乐职场人、智慧职场人、精致职场人、健康职场人四大子品牌版块，延伸出创意游戏、DIY手工、游园观展、技能培训、公益活动、形象提升、医疗问诊、亲子活动等丰富多彩的活动形式，广受职工好评，实践了品牌建设引领工会工作高质量发展的创新理念。

“职场中的种种压力，让很多

职工长期处于紧张状态，我们希望这些活动能够在一定程度上帮助职工们缓解职场焦虑，成为一名快乐的职场人。”厦门国际银行北京分行工会“精彩星期五”活动负责人介绍，“精彩星期五——快乐职场人”活动旨在帮助企业职工感知真实内心，重塑积极心态，打造快乐的职场生活。

今年以来，厦门国际银行北京分行工会先后组织职工在元宵节体验套圈、灯笼制作、元宵DIY等民俗活动，感受中华传统文化魅力；以健步走的形式，在天坛公园、玉渊潭公园、紫竹院公园留下健康打卡的印记；用骑行丈量城市，领略长安街、北大红楼、密云水库的风景与历史；以雷锋精神为指引，在星明湖畔种下希望之林，通过实际行动践行绿水青山就是金山银山的绿色发展理念。

职场生活中，不断学习和提升是非常重要的一件事情。“精彩星期五——智慧职场人”以提升个人发展为基点，从理论知识与实践、艺术熏陶等不同维度帮助职工实现全面发展。从“打卡”北京档案馆，感悟档案文化的独特魅力，到在“最美中轴线”主题展区中穿越千年时空，感悟北京悠久鲜活的历史记忆；从探寻红色邮票展览，在一方方邮票中见证波澜壮阔的岁月，感悟新时代奋进精神，到走进北京民生现代美术馆，从百年巨匠的笔下体会艺术创造之美，领悟中国传统文脉的延续与绵延；从在暑假、母亲节、儿童节带领大朋友和小朋友走进大自然，体验种植、采摘以及丰富的亲子户外活动，感受亲情带来的温暖力量，到通过邀请专业讲师为职工传授急救知识，提升安

全防范意识和自救互救能力……

“每一场活动对于职工都是一次对生活智慧的启迪，职工在参展的过程中深化对中华传统文化与爱国精神的理解与感悟，在经典作品中领悟不畏艰难、勇往直前的向上力量，也在每一次培训后积累沉淀出生活的阅历与思考，逐渐成为更好的自己。”厦门国际银行北京分行工会相关负责人说。

健康的体魄是职工们快乐工作的基础，“精彩星期五 健康职场人”活动积极搭建平台，通过开展一系列职工生理、心理健康活动，弘扬传统文化，倡导健康生活。例如邀请美食达人现场开课，与职工一同制作品尝花式面点、生肖元宵、南瓜汤等传统健康饮食；邀请中医专家为职工提供健康咨询、把脉问诊等治疗服务，同

时提供血压测量、按摩、刮痧、拔罐等服务，促进职工学习自我调理方法以及保健养生知识。

据了解，今年以来，“精彩星期五”系列活动已累计开展相关活动近20场，得到职工的积极参与和广泛好评，成为厦门国际银行北京分行工会的一张“新名片”。同时，该行工会积极探索不同方式，组建了羽毛球、乒乓球、篮球、骑行、摄影等多个兴趣小组，帮助职工发展兴趣爱好，展现个人风采，提高技能水平，努力打造一个富有活力的集体。

该负责人表示，接下来，厦门国际银行北京分行工会将继续贯彻以人为本的精神，想职工所想，急职工所急，解职工所困，不断创新服务模式，擦亮工会品牌，当好职工的“娘家人”，用心用情做好职工服务工作。

北京市职工职业技能大赛行政执法人员竞赛决赛举行

本市9个行业行政执法人员同场竞技

本报讯（记者 盛丽）近日，在北京市司法局、北京市总工会联合主办的2023年北京市职工职业技能大赛行政执法人员竞赛决赛上，来自全市9个行业领域的10名选手进行同场竞技。

按照《北京市总工会 北京市人力资源和社会保障局关于举办2023年北京市职工职业技能大赛的通知》要求，今年7月，北京市司法局联合市总工会对此次竞赛作出全面部署，按照初赛、复赛、决赛三个阶段依次组织推进。经过各区和各市级部门的广泛宣传动员、预先选拔比拼，全市近千名优秀选手踊跃报名参赛，覆盖市、区、街乡三级40余个行业领域的450余个行政执法单位。

经过层层选拔，最终来自城市管理、文化市场、生态环境、应急管理、市场监管、交通运输、公安、水务、农业系统的10名优秀选手脱颖而出，晋级决赛。决赛以“理论知识+技能操作”相结合的方式进行。在技能操作环节，参赛选手通过“科技应用”“文书纠错”“程序纠错”三个项目比拼业务技能。理



论知识环节围绕政治理论知识、公共法律知识等内容，以必答题、抢答题、风险题的形式进行。比赛中，选手们积极思考、认真作答，展现出各行业领域专业队伍的风采。

赛后，选手们表示，此次竞赛是一次展示自我、锻炼自我、提升自我的机会，达到了“以赛促学、以学促练、以练促干”的目的和效果。后续，大家将以此次竞赛为契机，进一步查漏补缺、苦练技能、爱岗敬业、争创一流，力争在本职

岗位上再创佳绩。

据了解，此次竞赛第1名选手符合推荐条件的，将由选手所在单位在次年度按程序优先推荐“首都劳动奖章”评选；前3名选手将获得由北京市职工技术协会颁发的“北京市高级职业技术能手”证书；决赛10名选手符合条件的，将获得北京市总会在职工职业发展助推计划资助；决赛10名选手直接纳入北京市职工技术协会技能人才库，给予相应的资金奖励。本报记者 孙妍 摄

北方车辆集团工会多项活动贴心服务职工

本报讯（记者 马超）“专业老师免费授课，工会的线上瑜伽班真方便实用。”“晚上练一会儿就出汗了，以后我每天都要抽出时间锻炼身体。”近日，中国兵器工业集团北方车辆集团工会组织参加的北京市工业（国防）工会线上瑜伽班获得职工群众的好评。

据了解，北方车辆集团工会积极搭建创新性、精准性服务体系，在维护职工权益、组织动员职工的同时主动服务职工，积极组织职工参加各级工会组织的服务活动，提升职工群众获得感、幸福感和安全感。组织参加市工业（国防）工会线上瑜伽班就是该集团工会关爱职工、贴心服务职工的具体行动。

此次线上瑜伽班自10月16日开始至12月31日结束，每周五次课、每次课时长60分钟，由专业瑜伽老师授课，因专业性强、职工参与方便而广受好评。北方车辆集团工会及时把培训准备、注意事

项等内容在工会工作群内发布，通过各基层工会发送给职工，推动更多职工参与健身活动。

近期，市工业（国防）工会“衣（医）食住行”职工生活服务项目线上平台建设完成，北方车辆集团工会第一时间梳理2000多名职工信息并一一录入上传后台，方便职工登录和使用。同时通过工会工作群、企业广播、办公网等平台进行宣传，让职工了解登录方式、项目内容、涉及的产品和服务种类等内容。截至目前已有千余名职工使用，平台丰富的产品、低于市场的价格及线上采购的便捷，让职工感受到实实在在的优惠。

除了组织职工参加市工业（国防）工会各项惠民活动，北方车辆集团工会还加强与属地工会组织的沟通合作，9月份组织职工参加属地工会举办的单身职工交友联谊会，为单身青年职工提供更多交友机会，全力解决单身青年职工的婚恋问题。



近日，北京开放大学房山分校、青龙湖镇总工会协助中建一局在房山区京西棚改安置房项目工地举办2023年留守儿童关爱保护宣讲活动。此次活动邀请青龙湖镇派出所民警就如何守护儿童生命安全、预防网络诈骗等方面进行授课，还邀请北京市成人教育学会家长教育工委专家为职工讲解儿童的成长环境、家庭法律责任等方面知识，让职工深刻地认识到促进孩子身心健康的重要性。通讯员 高艳芳 摄影报道

怀柔区总工会深入基层调研企业文化建设

本报讯（记者 崔欣）为贯彻落实中国工会十八大精神，近日，怀柔区总工会一行来到百仕欣饮料（北京）有限公司，开展企业文化建设调研。

当天，调研组成员与企业职工一起参与了“勇毅前行再奋斗 踏厉奋发启新篇暨党的创新理论进基层”主题活动，通过赠“红书”、学理论、观展览、看典型，引导广大职工将党的创新理论融入本职岗位工作，争做心中有梦想，

公司工会要发挥组织动员

优势，团结引领职工在企业文化建设中发挥主力军作用。”怀柔区总工会党组书记、副主席樊晓娟表示，希望该公司继续发挥自身优势，积极探索实践彰显企业行业特点、凝聚职工建功立业、促进企业和社会发展的企业文化建设新思路、新方法、新举措。

贯彻落实施工十八大精神