

# 劳动者周末

# 劳动午报

劳动者的报纸 劳动者爱看的报纸 劳动者贴心的报纸

□2024年8月10日星期六  
□第495期 总第8612期  
□甲辰年七月初七  
国内统一刊号：CN11—0221  
邮发代号：1—376  
网址：www.workerbj.cn



北京工会App



劳动午报微信

## 夜游让盛夏的夜晚更美好

正是酷热难熬的季节，为了避开白天酷热，人们常常会选择在夜晚活动。近日有媒体报道，眼下，清凉的“夏日夜游”再次成为文旅市场的新宠。不过，各地的夜游经济还有巨大提升空间，需要打好相关业态互动发展的组合拳，从而有效提升夜游产品与服务的体验品质。

详见第2版

## 如何克服职业倦怠心理？

最近，我发现一份工作做久了可能会出现职业倦怠。我从事现在的工作三年了，随着工作年头的增加，我开始对日复一日的工作感到厌倦，工作激情和兴趣逐渐消退，工作模式和工作思维也逐渐固化，灵感迸发的次数越来越少……这可怎么办？

详见第4版

## 刘铮：“跨界小伙”的多彩生活

“啪”“啪”……在一声声撞击中，忙碌一天的刘铮慢慢地从工作中抽离出来，身体也越来越放松。36岁的刘铮是北京鑫福海工贸集团办公室的一名行政人员，他与秦拳结缘已经8年了。

详见第6版

本版编辑 杨琳琳 美术编辑 王巍

中轴线自北向南贯穿北京城市中心，被誉为“北京城的脊梁和灵魂”。数百年来，许多历史文化名人都曾在此留下足迹，而现代文化大师们也多涉足于此，并在其著述中对中轴线上的风物景观多有记述与赞美。今天来查看文化大师们笔下的中轴线……

详见第5版



# 说说文化大师笔下的中轴线



# 探幽寻道青城山

一首歌唱红一座山。青城山早在2000年就被列入世界文化遗产名录，此后名声大振，但我最初知晓它的名字却是归因于20世纪90年代热播的电视连续剧《新白娘子传奇》，里面有首插曲唱道：“青城山下白素贞，洞中千年修此身。”相传青城山是白素贞修炼之地。到四川旅游，青城山特地被我纳入到行程中来。

详见第7版

