

# 劳动者周末

劳动者  
的  
报  
纸

■劳动者的报纸■劳动者爱看的报纸■劳动者贴心的报纸

2025年9月27日星期六  
乙巳年八月初六  
国内统一连续出版物号  
CN 11-0221  
邮发代号：1—376  
第549期 总第8945期  
今日8版

网 址：www.workerbj.cn



北京工会App



劳动者午报微信

## 休闲正成为理想城市的底色， 这是一个重要的进步

打造高品质的休闲城市，正成为当今城市构建高品质的核心要素。因此，在城市的建设与规划中，更多的考虑居民的休闲需求，让市民生活得更舒心、更放松，应该成为城市发展的核心理念。更进一步说，人民的城市就是要让人民过得幸福嘛！

详见第2版

## 为什么休息后 依旧感到十分疲劳？

我最近总觉得精力不足，虽然没做什么特别辛苦的事情，但总是感到疲惫不堪，即使停下来休息或者睡一觉，也无法完全恢复精力，这种持续的疲劳让我感到沮丧和无力，该怎么应对呢？

详见第4版

## “人民第一堡垒”的烽烟往事

什么是“人民第一堡垒”？这并非一座用砖石堆砌的普通堡垒，而是由无数双手、无数颗心共同筑就的“活堡垒”。前不久，记者带着对那段烽火岁月的好奇与敬畏，走进北京焦庄户地道战遗址纪念馆，亲手触摸那些藏在地道里的智慧与勇气，聆听泥土之下流传至今的抗争故事。

详见第6版

本版编辑 杨琳琳 美术编辑 王巍

# 蜀南竹海： 好一个 翠波万顷 涤尘心

详见第7版



蜀南竹海,这片位于四川宜宾长宁、江安两县交界处的绿色王国,自古以来便是文人墨客笔下的世外桃源。70000余亩翠竹覆盖28条峻岭、500多座峰峦,构成了一幅波澜壮阔的竹海画卷。当我踏入这片“中国最美十大森林”之一的竹海时,仿佛穿越了时空,置身于一个只存在于诗词歌赋中的纯净世界。在这片竹的海洋中,每一根竹子都像是一位沉默的哲人,用它们挺拔的身姿诉说着生命的坚韧与自然的神奇。

## 老北京的秋日胜景寻踪



金风送爽,秋意盎然。在老北京著名的历史风物景观中,嵌有“秋”字的便有“太液秋风”“燕社鸣秋”“钓台秋月”“岔道秋风”“南园秋风”“平湖秋月”等。在这充满诗情画意的秋天里,咱们就聊聊那些久负盛名的老北京秋日胜境。

详见第5版

