

# 劳动者周末

■劳动者的报纸 ■劳动者爱看的报纸 ■劳动者贴心的报纸

# 劳动者日报

2025年10月11日星期六  
乙巳年八月二十  
国内统一连续出版物号  
CN 11-0221

邮发代号：1—376  
第550期 总第8951期  
今日8版

网 址：[www.workerbj.cn](http://www.workerbj.cn)



北京工会App

劳动午报微信

不赶场的深度旅行  
更能体现生活的真谛

这次国庆长假由于时间跨度大，不少人都选择了出游，去看一看自己想去的诗和远方。旅行，慢下来、深下来、沉下来就是最好的选择。在此意义上，深度旅行或许能让您发现生活的真谛！

详见第2版

怎样帮助孩子  
学会管理时间？

半个小时就能写完的作业拖延到两三个小时还没做完，早晨起床磨蹭导致上学迟到，约好只打20分钟游戏，到点却不肯放手……面对上述情况，许多家长会埋怨孩子没有时间观念，真的是这样吗？如何帮助孩子学会管理时间？

详见第3版

神奇境“万年冰洞”

山西省忻州市宁武县的幽深山谷之中，有一处被誉为“中华一绝，世界奇观”的地方，名为“万年冰洞”。既是一处罕见的自然景观，也是一处感受夏日清凉的好地方。

详见第7版

本版编辑 杨琳琳 美术编辑 王巍



重新打量香厂路：

## 这里曾是民国时期 北京新式生活的样本

详见第5版



## 永定河畔麋鹿生

——北京麋鹿生态实验中心麋鹿保护纪实



麋鹿是我国的特有物种，在我国经历了商周时期的极度繁盛、19世纪末期流落海外本土灭绝的沧桑历程。1985年，我国开展麋鹿重引进项目，麋鹿重回故里。从此，呦呦鹿鸣再次响彻永定河畔。今年是麋鹿回家40年。40年来，我国大力开展麋鹿保护研究工作，麋鹿种群数量得到了大幅增长，从建群时的77只达到了如今的1.4万余只，为麋鹿永续发展建立了强大的基因库。

详见第6版