

## 北京市职工职业技能大赛工业控制终端人机交互设计竞赛决赛举行

## 选手同台竞技人机交互界面设计能力

本报讯（记者 盛丽）近日，“2025年北京市职工职业技能大赛——工业控制终端人机交互设计竞赛”决赛举行。大赛围绕“工业设计”中的“人机交互界面设计”分项开展，30名选手在决赛中展示设计能力、比拼业务技能。

此次大赛由北京市总工会、北京市人力资源和社会保障局主办，北京市总工会职工服务中心、北京市职工技术协会、中国长峰机电技术研究设计院工会承办，北京无线电测量研究所协办。

据了解，“人机交互界面”是指人与设备直接进行交互的软件，通过人机交互软件可实现对

设备的控制和状态显示。大赛检验选手们的多方面水平，如工具使用熟练程度、设计能力以及设计经验等。

大赛共有29家单位的选手报名参加。参赛选手来自航天、船舶等领域的设计岗位。前期，主办方邀请相关领域专家为选手们开展了丰富详实的针对性培训活动，增进了选手对人机交互专业的认识和对设计工具的掌握。此外，为检验出选手在设计理念、工具技巧等方面的水平，大赛专家组精心设计试题，比赛项目涵盖人机交互设计理论和软件实操两个方面。

本届大赛为该系列赛项的第



二届，较首届大赛，不仅在参赛单位数量上有所增加，比赛还加入了移动端设计和演示，这种多端设计的比赛方式更紧扣实际需求。

经过初赛与复赛的激烈角逐，最终选拔出30名成绩优异的选手进入决赛。决赛选手来自航天科工系统仿真科技有限公司、天河智星(北京)科技有限公司、中国船舶系统工程研究院、小米汽车科技有限公司等单位。来自不同领域、能力卓越的设计师们，在决赛中进行综合能力的较量，通过参与大赛，相互学习交流、展示业务技能与风采。

本报记者 曹立栋 摄

融入慰问关怀、心理疏导、团队建设等多元内容构建职工健康关爱体系

## 中铁六局建安公司工会“三+”工作法关爱职工身心健康

本报讯（记者 马超）“大家跟着我做深呼吸，感受腹部的起伏……”近日，在中铁六局建安公司保定南项目部的心理疏导室里，心理咨询师正带领职工进行团体放松训练。这是该公司工会拓展职工健康关爱维度的生动实践。近年来，建安公司工会创新“三+”工作法，在原有体检等基础保障上，融入慰问关怀、心理疏导、团队建设等多元内容，构建起全方位的职工健康关爱体系。

“工会不仅每年安排体检，还根据我们架子工的工作特点，特意增加了腰椎检查项目。”架子工赵师傅拿着体检报告说。据了解，建安公司工会将健康管理端口前移，除常规体检外，针对高空作业、焊接等特殊岗位职工，定制包含骨密度检测、肺功能筛查等项目的专项体检套餐，并建立动态健康档案，对高血压、颈椎病等职业高发疾病实行“一人一档一策”管理。

在保障体系中，建安公司工会为全员投保补充医疗保险的同时，建立“四必访”制度——职工生病住院必访、家庭遇困必访、重大节日必访、突发意外必

访。去年冬天，该公司太原项目部一职工突发急性阑尾炎，工会干部第一时间赶到医院协调治疗，还安排同事轮流陪护，让远在外地的职工感受到亲人般的温暖。

“扫描二维码，就能进入心理健康测评系统，还能预约一对一咨询。”在建安公司工会微信小程序“建安云之家”职工关爱板块，职工可以随时获取200余节健康微课，涵盖职场压力调适、亲子关系经营等内容。线上平台运行4年来，累计为职工提供心理咨询服务120余次。

线下活动更注重互动体验。每年一次“健康大篷车”进工地，不仅有内科医生坐诊，还设置中医推拿、血压监测等服务；定期组织的“阳光团队日”，通过户外拓展、趣味运动会等形式，帮助职工释放压力。其中，连续9年开展的“健步走”活动，从最初的几十人参与，发展到如今覆盖各项目部的千余人规模，职工们在行走中交流情感、强健体魄，成为广受欢迎的“健康名片”。

走进建安公司“心灵活动室”，除了血压计、除颤仪等设

备，还新添了情绪宣泄沙袋和心理沙盘。这个20平方米的空间，日均接待职工15人次。近年来，公司已陆续搭建10个标准化心灵活动室，配备专业康复器械，并聘请专职健康管理师驻点服务。

软件建设上，建安公司工会构建“三级关怀网络”：公司层面聘请专职心理咨询师，项目配备健康辅导员，班组设置健康观察员。针对新入职职工开展“健康适应营”，通过团体辅导帮助他们快速融入；对长期驻外职工，定期组织集体生日会、文体晚会等活动，缓解思乡情绪。今年春节期间，天津口腔医院项目部工会还为留守工地的职工举办“迎春晚会”，职工们自己表演节目，台上台下掌声不断，欢声笑语驱散了冬日的寒意，让健康关爱延伸至精神层面。

“现在不仅身体有保障，心里也暖洋洋的。”刚参加完团队辅导的职工汪江宁说。建安公司工会相关负责人表示，公司工会通过“三+”工作法的深化实践，让健康关爱从单一的身体保障，升级为身心关怀，职工队伍的凝聚力显著提升，为企业高质量发展注入了强劲动力。



## 门头沟区1800余名职工运动场上展风采

本报讯（记者 张晶）近日，“建功新京西 跑出加速度”2025年门头沟区职工运动会暨区直机关系统运动会在大峪中学举行。来自全区64家单位的1800余名职工参加。

据了解，本次运动会由门头沟区总工会和区直机关工委联合主办。赛事共设置14个大项、27个小项，涵盖100米跑、立定跳远、引体向上、拔河、4×100米接力等个人竞技与团体项目，兼具竞技性与趣味性，充分满足了不同年龄、不同兴趣职工的参与需求。现场还组织了健身气功八段锦和第九套广播体操集体展演，展现了干部职工积极向上、朝气蓬勃的精神面貌。

赛场上，队员们精神饱满、奋勇争先，竞技项目与趣味赛事交

织进行。百米跑道上，选手如离弦之箭，观众呐喊助威声此起彼伏；集体八字跳绳项目中，队员们全神贯注、默契配合，赢得阵阵掌声；拔河比赛现场，各方齐心协力、全力以赴，展现出强大的团队凝聚力……经过一天的激烈角逐，共有37个单位荣获集体奖项，200余名运动员摘得个人奖项，16个单位获评优秀组织奖。

此次运动会不仅丰富了门头沟职工文化体育生活，有效提升了身体素质和健康水平，更进一步增强了团队协作意识，促进了各单位之间的交流与合作。职工们纷纷表示，将以此次活动为契机，始终保持昂扬斗志和奋进姿态，为打造“京西福地门头沟”、奋力谱写中国式现代化门头沟新篇章贡献一份力量。

朝阳区总工会联合三里屯街道总工会举办职工健康服务活动

## 让职工在工作之余享受健康和运动快乐

本报讯（记者 刘欣欣）由朝阳区总工会、全国职工健康促进工程办公室主办，三里屯街道总工会、中工卓越健康管理（北京）有限公司承办的职工健康服务活动近日开展。该活动充分发挥工会桥梁纽带作用，以专业检测与趣味运动相结合的方式，为辖区职工送上贴心关怀。

活动现场，健康管理服务专区成为职工关注的“热门打卡点”。在眼底视网膜照相检测区，职工们有序排队，通过先进的人工智能设备完成检测。“设备能分析视网膜血管和神经元，还能评估高血压、糖尿病这些慢病风险，特别专业。”职工们表示。

另一边的动态心电图检测区同样忙碌。“很多隐性心律失常，比如房颤、恶性早搏，平时可能没感觉，但通过这个检测能及时发现，对预防心血管疾病很重要。”据现场医护人员介绍，该检测能持续监测心脏状况，有效弥补普通心电图跟踪时间短的短板。

数字体育竞技区一片红火氛围。充气射箭区里，职工们站稳、拉弓、瞄准，每一次射中靶心都引来阵阵欢呼；脚踏健步走项目前，6人一组的“赛道比拼”尤为激烈——参与者站在压感装置上快速踏步，大屏实时显示奔跑米数与排名，“加油！再快一

点就能超过前面的人了。”

虚拟与现实冲浪区更是人气爆棚。职工们踩在陆地冲浪板上，通过调整重心模拟冲浪动作，屏幕上同步显示冲浪路线与得分。“第一次玩陆地冲浪，既能锻炼平衡能力，又像在玩游戏，一点都不觉得累。”刚体验完的职工们兴奋地分享着。

“后续我们会持续聚焦职工健康需求，整合更多优质资源，创新开展健康服务与体育活动，让职工在工作之余既能守护健康，又能享受运动快乐，切实提升获得感、幸福感和安全感。”三里屯街道总工会相关负责人表示。

## 怀柔区卫健委工会举办读讲一本书分享活动

本报讯（记者 崔欣 通讯员 郭向飞 姜琳）近日，怀柔区卫健委工会、共青团联合举办了第十届“阅读点亮梦想 书香陪伴人生”读讲一本书分享活动，该系统各单位群团干部、职工代表百余人齐聚一堂，共享书香盛宴。

活动中，来自怀柔区卫健委系统的10位选手以书为媒，带来了一场跨越时空的精神对话。10位选手将10本经典书籍进行了串联，既包括《谁是最可爱的人》《红岩》《红星照耀中国》等革命叙事作品，展现信仰如炬、家国担当的精神底色；也包含《医学的温度》《病隙碎笔》等医学与生命哲思类作品，诠释医者仁心与生命意义

的深层追问；更有《一间只属于自己的房间》等当代人文作品，探讨个体成长、精神自由与快乐哲学的时代价值。

此次读书分享通过书籍的跨时空对话，实现了红色文化、医学人文与精神哲思的有机融合，引发全场共鸣。怀柔区卫健委工会相关负责人表示，每一位讲读者都从容自信，每一段分享都情感真挚，充分彰显了卫健系统干部职工勤学善思、笃行实干的良好风貌。与会职工们纷纷表示，在今后的工作将以书为友、以读为乐，用阅读赋能专业进步，用学习引领服务创新，共同谱写护佑人民健康的新篇章。