

# 劳动者周末

## 劳动者报

■劳动者的报纸■劳动者爱看的报纸■劳动者贴心的报纸

2025年11月29日星期六  
乙巳年十月初十  
国内统一连续出版物号  
CN 11-0221  
邮发代号：1—376  
第557期 总第8993期  
今日8版

网 址：www.workerbj.cn



北京工会App



劳动者报微信

寻访白浮泉。

## 在大运河的源头缅怀开拓者的历史功绩

白浮泉遗址

白浮泉大运河源头遗址公园已经正式开张两年多了，一直没有找出时间去好好看一看，这就好比欠古老的大运河文化一笔债似的。深秋时节，我们终于如愿来到了昌平区东沙河河畔的大运河源头遗址公园，这里是元代京杭大运河最北端的水源地。

详见第7版

## “马路生活节”，激活城市文旅活力的有力抓手

前不久看到不少“马路生活节”的新闻，让人耳目一新。通过触手可及的马路生活场景，让原本仅作为交通作用的马路，转变为集社交、旅游、体验、文旅消费于一体的公共生活空间，也为城市生活更新提供了轻量化、低成本的实践路径，此举值得深度开拓。

详见第2版

## 日常总处于高强度状态，我该如何“做减法”呢？

我最近工作任务繁重，常常处于高强度状态。下班后，我也会保持学习状态。刚开始这些也让我感觉很充实，但时间久了，就很累，想放弃一些项目，又觉得哪一件都少不了，这让我感到很烦躁。我该如何给生活做减法呢？

详见第4版

## 主持让我收获更多自信

在不久前举办的北京市第十五届职工文化艺术节主持人大赛中，北京市第一中级人民法院青年干警高愉伴荣获大赛一等奖。这位从学生时代就喜欢主持的90后阳光男孩，将自己的兴趣爱好和本职工作巧妙融合，在主持中收获自信、将首都法院系统工作者的奋斗故事广泛传播……

详见第6版

本版编辑 杨琳琳 美术编辑 王巍

## 说说老北京与大白菜的渊源

大白菜为京城百姓冬日里食用最多的蔬菜，有“当家菜”之说。早年间入冬前家家户户都要购买许多大白菜，谓之“冬储大白菜”。那老北京人是何时吃上大白菜的？史籍中对大白菜又有哪些有趣的记载？老北京有哪些以白菜为主的菜肴？今天就说说老北京与大白菜的那些事儿……

详见第5版

