

目录

contents



月刊

2021 年第 9 期

本刊编委会

主 任 马吉孝

副 主 任 陈志忠

委 员 汪 琦 吴有祯 祁维正

吴建军 蒲 勤 刘华芳

白海青

主 编 陈志忠

副 主 编 吴建军

责任编辑 贺文龙 李永泰 刘庆明

侯美玲

航向标

推动工运事业和工会工作高质量发展

/ 陈刚 3

新视点

马吉孝赴黄南州调研群团协同化建设时强调 围绕高质量发展 激发协同化活力 8

马吉孝在海南州、果洛州调研时强调 群众期盼就是群团要办的实事 9

中华全国总工会调研组在青调研时强调 强化政治引领 增强责任意识 让广大职工共享改革发展成果 9

省总工会党组书记、常务副主席陈志忠与省总干校师生共庆教师节 10

省总工会出台“建功十四五、奋进新征程”主题劳动和技能竞赛规划 12

坚持走出去，谋划新发展——省总工会驻村工作队赴多地调研学习乡村振兴工作 12

学习强会

《深入学习习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述》知识点 13

理论研究

为新青海建设注入职工的生态情怀

/ 何舰 14

党史学习教育

深学党史显成效 比学赶超创佳绩 15

巡回指导有力度 学史力行见实效 15

市州动态

西宁市总工会

以“三个一批”为抓手积极推动新就业形态劳动者入会 16

举行 2021 年度“金秋助学”助学金集中发放仪式 17

海东市总工会

开展基层工会走访调研工作 17

开展在职党员进社区兑现“微心愿”暨承诺践诺活动 17

海西州总工会

蹲点组赴基层开展蹲点调研活动 18

打造消费帮扶体验馆 18

玉树州总工会

举办青年联谊暨爱心帮扶活动 18

慰问困难教职工 18

海南州总工会

根治欠薪冬季专项行动扎实有效 19

海北州各级工会

工青妇组织慰问柴达尔煤矿“8·14”冒顶事故救援现场工作人员 20

黄南州总工会

开展“节能降碳 绿色发展”宣传活动 20



主 办
青海省总工会
准印证号
青（6300077）

编辑发行
《青海工运》编辑部

编辑出版

《青海工运》编辑部

地 址

青海省西宁市城东区昆仑路 194 号

邮 箱

qhgy2020@163.com

电话(传真)

(0971)8232561 8239550

邮 编

810007

内部资料 免费交流

情系农民工 免费送体检 20

产业风采

全省税务系统工会干部业务能力提升培训班顺利举办 21
中国电信青海省各级工会完成员工高考子女慰问活动 21
省监狱工会当好五大“员”为民办实事 21

基层活动

格尔木市总工会 举办货车司机集中入会活动 23
城北区总工会 情系一线 暖心慰问 23
城北区总工会 家国圆梦 共庆团圆 23
刚察县总工会 夏日炎炎送清凉 情意暖暖感人心 24

工运史话

8 小时工作制的来之不易 / 全国总工会 25

名言采撷

中国人在秋天的八种情调，流淌千古 / 诗词世界 28

科技视野

历史性一刻！神舟十二号成功着陆！三名航天员状态如何？还要隔离？ / 科普中国 31

职工文萃

诗两首 / 仇士鹏 34
让劳模成为青少年偶像 / 何应洋 35
万事功成德为先 / 刘良军 36

点亮阅读

《约翰·克利斯朵夫》：给自由勇敢的灵魂 / 秘书工作 37

健康综艺

为什么有人光吃不胖？ / 科普中国 40

法律问答

在工作场所受伤，都算工伤吗？一起了解 / 全国总工会 42
如何理直气壮地要加班费？最高法、人社部的“攻略”来了！
/ 深圳市总工会 43

他山之石

劳模精神 光耀神州 / 人民日报 46

推动工运事业和工会工作高质量发展

——学习贯彻习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述

□ 陈刚

2021年7月1日，习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上指出，在中国人民和中华民族的伟大觉醒中，在马克思列宁主义同中国工人运动的紧密结合中，中国共产党应运而生。在百年奋斗历程中，我们党始终重视加强对工人运动的领导，始终贯彻全心全意依靠工人阶级方针，始终注重发挥工人阶级主力军作用。特别是党的十八大以来，习近平总书记高度重视工人阶级和工会工作，主持召开党的历史上第一次中央党的群团工作会议，指导制定加强和改进党的群团工作的意见、产业工人队伍建设改革方案和全总改革试点方案等，多次在重要会议、重要场合围绕工人阶级和工会工作发表重要讲话、作出重要指示，深刻阐明了工人阶级和工会工作的地位作用、目标任务、实践要求，形成了习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述。这些重要论述科学回答了工人阶级和工会工作一系列方向性、根本性、战略性重大理论和实践问题，是习近

平新时代中国特色社会主义思想的重要组成部分。我们要从“是什么”“为什么”“干什么”“怎么干”等视角，深入学习贯彻习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述，推动工运事业和工会工作高质量发展。

一、深化认识工人阶级和工会工作的地位作用，弄清楚“是什么”的问题

习近平总书记从我们党、国家、工人阶级和工会的性质地位出发，充分肯定我国工人阶级作为党的阶级基础、国家领导阶级的重要地位，着重强调全心全意依靠工人阶级、充分发挥工人阶级主力军作用、加强和改进新形势下工会工作。

重视工人阶级和工会工作是夯实党执政的阶级基础和群众基础的需要。习近平总书记指出，我国工人阶级是我们党最坚实最可靠的阶级基础。我们要长期执政，就要全心全意依靠广大工人阶级，保证工人阶级主人翁地位。党的群团工作的政治性，主要体现在工会、共青团、妇联等群团组

织要承担起引导群众听党话、跟党走的政治责任，为夯实党执政的阶级基础和群众基础作出贡献上。党的十八大以来，党中央从党和国家事业发展全局出发，高度重视和大力推进党的工运事业和工会工作。不论时代怎样变迁，不论社会怎样变化，我们党全心全意依靠工人阶级的根本方针都不能忘记、不能淡化，我国工人阶级的地位和作用都不容动摇、不容忽视。

重视工人阶级和工会工作是坚持工人阶级领导阶级地位的需要。习近平总书记指出，我国是工人阶级领导的、以工农联盟为基础的人民民主专政的社会主义国家。发展社会主义民主政治就是要体现人民意志、保障人民权益、激发人民创造活力，用制度体系保证人民当家作主。要坚持党的领导、人民当家作主、依法治国有机统一，坚持工人阶级的国家领导阶级地位，加快推进社会主义民主政治制度化、规范化、程序化。这些宪法确立的制度和原则，必须长期坚持、全面贯彻、不断发展。

重视工人阶级和工会工作是发挥工人阶级主力军作用的需要。工人阶级是我国先进生产力和生产关系的代表，从来都具有走在前列、勇挑重担的光荣传统，我国工人运动从来都同党的中心任务紧密联系在一起。坚持全心全意依靠工人阶级，充分发挥工人阶级主力军作用，把广大职工群众紧紧团结在党和政府周围，这是我们党的一个突出政治优势，也是中国特色社会主义的一个鲜明特点。实现中华民族伟大复兴的中国梦，根本上要靠包括工人阶级在内的全体人民的劳动、创造、奉献。坚持和发展中国特色社会主义，必须全心全意依靠工人阶级、巩固工人阶级的领导阶级地位，充分发挥工人阶级的主力军作用。

重视工人阶级和工会工作是加强党治国理政经常性基础性工作的需要。习近平总书记指出，由于党的群众工作对象众多、层次多样，党需要建立旨在广泛联系各方面群众的群团组织来帮助党做群众工作。这是我们党的一大创举，也是我们党的一大优势。我国工运事业是在党的领导下发展起来的，是党的事业的重要组成部分，要把工会组织建设得更加充满活力、更加坚强有力，使之成为推进国家治理体系和治理能力现代化的重要力量，保证党始终同广大人民群众同呼吸、共命运、心连心。

二、深入梳理党的工运理论的发展脉络，弄清楚“为什么”的问题

我国工人运动是在中国共产党的直接领导下发展壮大起来的。中国共

产党成立100年来，在领导中国革命、建设和改革的长期历史实践中，在继承马克思主义工人运动理论基础上，结合中国工人运动实践经验，探索和发展了中国共产党关于工人运动的理论，有力地指导和推动了工人运动和工会工作。

一是强调工会必须自觉接受党的领导。毛泽东指出，中国共产党是全中国人民的领导核心。没有这样一个核心，社会主义事业就不能顺利。邓小平指出，工会工作是党的全局工作的一部分，工会要自觉接受党的领导，依照党的全局工作来布置自己的工作。江泽民指出，各级工会组织要始终坚持党的领导，在思想上、政治上同党中央保持高度一致，紧紧围绕全党全国工作的大局开展工作。胡锦涛指出，要加强和改善党对工会工作的领导，支持工会创造性地开展工作，把更多资源和手段赋予工会组织。习近平总书记强调，党的群团工作做得好不好，关键在党的领导，各级党委必须从党和国家工作大局出发，切实加强和改进对党的群团工作的领导。

二是始终坚持全心全意依靠工人阶级方针。1949年3月，毛泽东在党的七届二中全会上首次提出必须全心全意地依靠工人阶级。邓小平强调，依靠工人阶级必须成为党的指导思想，必须贯彻到各个部门中去，依靠工人阶级是依靠包括产业工人、知识分子和管理者在内的工人阶级整体。江泽民指出，全心全意依靠工人阶级是一条基本政治原则，我们党所领导

的改革开放和社会主义现代化建设的全部活动与整个进程，都必须全心全意依靠工人阶级。胡锦涛充分肯定工人阶级的地位作用，提出坚持全心全意依靠工人阶级的指导方针不动摇。习近平总书记强调，立足新发展阶段，贯彻新发展理念，构建新发展格局，推动高质量发展，在危机中育先机、于变局中开新局，必须紧紧依靠工人阶级和广大劳动群众，开启新征程，扬帆再出发。

三是重视发挥工会组织的作用。毛泽东指出，工会是苏维埃政权的柱石，是保护工人利益的堡垒，同时它又成为广大工人群众学习共产主义的学校，工会的工作都是围绕生产建设这一个中心工作并为这个中心工作服务的。邓小平强调，工会组织必须密切联系群众，使广大工人都感到工会确实是工人自己的组织，是工人信得过的、能替工人说话和办事的组织。习近平总书记强调，要加强和改进党对工会工作的领导，研究解决工会工作中的重大问题，推动建设一支高素质专业化的工会干部队伍，支持工会依法依规创造性开展工作。

这些重要指示，深刻阐释了中国共产党与工人阶级、与工会组织、与工会工作的关系等，遵循马克思主义的基本原理，与中国工人运动的具体实践相结合，充分体现了党的工运理论在这些重大问题上的继承性和一致性。

党的十八大以来，习近平总书记

在传承马克思主义劳动学说和工运学

说基础上，结合新时代特征和工会工作实际进行了一系列创新，形成了习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述，开辟了党的工运理论新境界。

一是开创性地提出加强和改进新形势下党的群团工作，最重要的是要保持和增强政治性、先进性、群众性。政治性是群团组织的灵魂，是第一位的；先进性是群团工作的重要着力点；群众性是群团组织的根本特点。

二是强调引导职工群众听党话、跟党走，是工会组织的政治责任。如何把职工群众团结引导好，没有什么捷径妙招，关键是深入细致做好思想政治工作，这也是工会工作的优良传统。要坚决维护中国共产党领导和我国社会主义制度，坚决维护职工队伍和工会组织的团结统一，坚决维护社会大局稳定。

三是首次明确劳模精神、劳动精神、工匠精神的科学内涵和重要意义。在长期实践中，我们培育形成了爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新、淡泊名利、甘于奉献的劳模精神，崇尚劳动、热爱劳动、辛勤劳动、诚实劳动的劳动精神，执着专注、精益求精、一丝不苟、追求卓越的工匠精神。劳模精神、劳动精神、工匠精神是以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神的生动体现，是鼓舞全党全国各族人民风雨无阻、勇敢前进的强大精神动力。

四是拓展工会的基本职责。工会要认真履行维护职工合法权益、竭诚

服务职工群众的基本职责，把服务职工、维护职工合法权益的大旗牢牢掌握在手中。要最大限度把农民工吸收到工会组织中来，使他们成为工人阶级坚定可靠的新生力量；对快递员、送餐员、卡车司机等灵活就业群体，各类平台就业群体以及在新技术、新业态、新模式下出现的新就业形态群体，要通过多种有效方式，把他们吸引过来、组织起来、稳固下来，使工会成为他们愿意依靠的组织。

五是重视构建中国特色和谐劳动关系。劳动关系是最基本的社会关系之一，要最大限度增加和谐因素、最大限度减少不和谐因素，构建和发展和谐劳动关系，促进社会和谐。维权是维稳的基础，维稳的实质是维权，要健全党政主导的维权服务机制，完善政府、工会、企业共同参与的协商协调机制，健全劳动法律法规体系，为维护工人阶级和广大劳动群众合法权益提供法律和制度保障。

六是推进产业工人队伍建设改革和工会改革。推进产业工人队伍建设改革是党和国家一项具有战略性、全局性的重大决策部署，要落实产业工人思想引领、建功立业、素质提升、地位提高、队伍壮大等改革措施，造就一支有理想守信念、懂技术会创新、敢担当讲奉献的宏大产业工人队伍；要自觉运用改革精神谋划推进工会工作，在建机制、强功能、增实效上下功夫，坚持和完善自觉接受党的领导制度、发挥工人阶级主力军作用制度、强化职工思想政治引领制度、劳动关

系协调机制等，健全联系广泛、服务职工的工会工作体系，努力提高工会工作能力和水平，让职工群众真正感受到工会是“职工之家”，工会干部是最可信赖的“娘家人”、贴心人。

习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述，在坚持我们党的工运理论基础上，针对新时代新发展阶段工会工作面临的形势任务，与时俱进作了丰富和发展，为推进新时代党的工运事业和工会工作高质量发展奠定了理论基础，展现出强大真理力量和实践力量，是推进工运事业和工会工作的根本遵循。

三、深刻把握工会工作和工会组织的政治性先进性群众性，弄清楚“干什么”的问题

保持和增强政治性、先进性、群众性，是工会工作的根本标尺和长期任务。新的征程上，回答好党的工运事业“干什么”问题，就是要把增强政治性、先进性、群众性作为主线，凡不符合的都要坚决地改，凡是能增强的都要坚决地做，做到所有工作、所有活动、所有服务都要在保持和增强政治性、先进性、群众性下来进行。

保持和增强政治性，坚守工会组织的灵魂。保持和增强政治性关键是要坚持中国共产党的领导，把正方向、引对道路，承担起引导职工群众听党话、跟党走的政治责任。只有坚持党的领导，工会工作才能方向明确、不走偏路，才能做得有声有色、扎实有效。在坚持党的领导这个根本问题上，工会必须旗帜鲜明、立场坚定。

要通过工会扎实有效的工作，把坚持党的领导和社会主义制度落实到广大职工群众中去，生根发芽，落地开花。要坚持中国特色社会主义工会发展道路，努力使这条道路越走越宽广。

保持和增强先进性，把握工会工作着力点。保持和增强先进性，要牢牢把握为实现中华民族伟大复兴中国梦而奋斗的时代主题，把推动科学发展、实现稳中求进作为发挥作用的主战场，把做好新形势下职工群众工作、调动职工群众积极性和创造性作为中心任务，组织动员广大人民群众走在时代前列，在改革发展稳定第一线建功立业。深入实施科教兴国战略、人才强国战略、创新驱动发展战略，把提高职工队伍整体素质作为一项战略任务抓紧抓好。加强和改进职工思想政治工作，多做组织群众、宣传群众、教育群众、引导群众的工作，多做统一思想、凝聚人心、化解矛盾、增进感情、激发动力的工作，使广大职工在理想信念、价值理念、道德观念上紧紧团结在一起。

保持和增强群众性，突出工会组织根本特点。密切联系群众是工会组织建设的永恒主题，离开了群众性，工会组织就容易走向官僚化、空壳化。工会是做群众工作的，在坚持党的群众路线、密切联系职工群众方面要作表率，把群众路线作为工会工作的生命线和根本工作路线。认真履行维护职工合法权益、竭诚服务职工群众的基本职责，哪里的职工合法权益受到侵害，哪里的工会就要站出来说话。

以职工为中心、让职工当主角，坚持眼睛向下、面向基层，力量配备、服务资源向基层倾斜，着力扩大覆盖面、增强代表性，着力强化服务意识、提高维权能力，着力加强队伍建设、提升保障水平，切实增强工会组织的凝聚力。

政治性、先进性、群众性是辩证统一的整体。政治性是根本，是工会组织同一般社会组织的根本区别，也是衡量工会工作做得好不好的政治标准，没有政治性，先进性和群众性都无从谈起。先进性是本质，党的先进性和工人阶级先进性要求工会组织必须具有先进性，工会的先进性是政治性和群众性的重要体现形式。群众性是基础，工会归根结底是群众组织，政治性和先进性必须都建立在深厚的群众性基础上。因此，回答好“干什么”问题，就要从总体上把握保持和增强政治性、先进性、群众性相辅相成的辩证关系，同向发力，以更大力度、更实举措，把习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述落到实处。

四、深度聚焦新发展阶段工会工作的重点，弄清楚“怎么干”的问题

习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上庄严宣告，经过全党全国各族人民持续奋斗，我们实现了第一个百年奋斗目标，在中华大地上全面建成了小康社会，历史性地解决了绝对贫困问题，正在意气风发向着全面建成社会主义现代化强国的第二个百年奋斗目标迈进。这是激励和鼓舞全国各族人民继往开来、奋勇

前进的伟大动员和号召。当前和今后一个时期，工会要深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神，以百年为奋斗新起点，“围绕‘十四五’规划和2035年远景目标发展纲要”，结合工会实际实施工会“十四五”发展规划，突出重点、主动作为、务求实效。

更加注重加强思想政治引领，团结引导职工坚定不移听党话、跟党走。一是以习近平新时代中国特色社会主义思想武装职工，推动党的创新理论进企业、进车间、进学校、进教材、进头脑，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，牢记“国之大者”，引导广大职工深刻理解中国共产党为什么能、马克思主义为什么行、中国特色社会主义为什么好，打牢团结奋斗的共同思想基础。二是以理想信念教育职工，围绕爱党爱国爱社会主义主题，继承发扬伟大建党精神，深入开展党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史宣传教育，组织开展“永远跟党走”系列主题宣传教育活动，弘扬光荣传统、赓续红色血脉，在广大职工中唱响共产党好、社会主义好、改革开放好、伟大祖国好、各族人民好的时代主旋律。三是以社会主义核心价值观引领职工，深入开展以劳动创造幸福为主题的宣传教育，深化“四德”建设，展示新时代职工文明形象。四是以先进职工文化感染职工，打造“中国梦·劳动美”系列职工文化品牌，构建立体化、多元化职工文化服务网络，搭建“互联网+职工文化”平台，推动职工文化

网络化传播。

更加重视发挥工人阶级主力军作用，在推动高质量发展中建功立业。

一是促进产业工人队伍建设改革走深走实。按照政治上保证、制度上落实、素质上提高、权益上维护的总体思路推进改革，推动健全和落实保障主人翁地位制度体系、技能形成制度体系、产业工人发展制度体系、支撑保障制度体系等。二是广泛深入持久开展劳动和技能竞赛。围绕国家重大战略、重大工程、重大项目、重点产业，开展“建功‘十四五’、奋进新征程”主题劳动和技能竞赛，组织职工参加技术革新、技术协作、发明创造、合理化建议、网上练兵和“小发明、小创造、小革新、小设计、小建议”等群众性创新活动，激发职工的聪明才智。三是大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神。深化劳模和工匠人才创新工作室创建工作，做好劳模培养选树和管理服务工作，加强新时代工匠学院建设，讲好劳模故事、讲好劳动故事、讲好工匠故事，营造劳动光荣的社会风尚和精益求精的敬业风气。

更加努力维护职工合法权益，增强职工群众获得感幸福感安全感。一是维护劳动经济权益等职工最关心的权益。高度关注深化供给侧结构性改革，实现碳达峰、碳中和目标中产业结构转型、绿色转型等对就业结构、就业方式等带来的影响，加大对职工就业、收入分配、社会保障、劳动安全卫生等权益的维护力度。二是突出做好新就业形态劳动者合法权益维护

工作。制定实施新就业形态劳动者权益保障政策措施，明确互联网平台企业保障劳动者权益的主体责任，引导互联网平台企业、关联企业与工会或劳动者代表协商确定劳动报酬、工作时间、休息休假、福利待遇、劳动保护、规章制度等事项，严格规范互联网平台从业人员超时加班问题。推进职业伤害保障试点工作，研究探索企业为新就业形态劳动者参加养老保险、医疗保险给予补助的办法，探索新就业形态劳动者参加工伤保险、失业保险办法。三是维护职工民主政治权利。推动企业民主管理立法和有关政策的制定完善，健全以职工代表大会为基本形式的企事业单位民主管理制度体系，促进职代会与集体协商、工会劳动法律监督、法律援助等有机结合。四是大力提升职工生活品质。在叫响做实送温暖、金秋助学、阳光就业、职工医疗互助、工会法律援助、关爱农民工子女等传统品牌基础上，健全困难职工家庭常态化帮扶机制，建立健全高标准职工服务体系，开展普惠性服务工作，着力解决职工群众急难愁盼问题，助力职工享有更稳定的工作、更满意的收入、更可靠的社会保障、更充足的生活福利、更丰富的精神文化生活。

更加有力构建和谐劳动关系，推动共建共治共享社会治理。一是加大劳动法律法规源头参与力度。推动和参与《工会法》修订完善，推动制定《基本劳动标准法》《集体合同法》《企业民主管理法》等劳动法律法规，完

善工会协调劳动关系法律制度体系。

二是推动完善构建和谐劳动关系制度机制。贯彻落实《中共中央国务院关于构建和谐劳动关系的意见》，完善工会劳动关系发展态势监测和分析研判机制，促进健全劳动关系协调机制，推进行业性、区域性集体协商，健全完善劳动争议多元化解机制，完善工会劳动法律法规监督机制。三是推进工会工作法治化建设。加强工会法治宣传教育和法律服务，加大职工法律援助工作力度，进一步提高运用法治思维和法治方式开展工会工作的能力和水平。

更加深化工会改革创新，推动新时代工会工作高质量发展。一是改进完善工会组织体系。在巩固传统领域建会入会基础上，重点加强新技术新业态新模式领域工会组织建设，不断拓展建会入会新的增长点。持续深化“八大群体”入会工作，围绕货车司机、网约车司机、快递员、外卖配送员等新就业形态劳动者开展入会集中行动，推动重点行业头部企业建立和完善工会组织，充分激发基层工会活力。二是加快智慧工会建设。构建基于大数据技术的工会治理能力提升体系、基于互联网技术的工会服务应用创新体系、基于云计算技术的工会网信基础支撑体系，巩固发展工会网上舆论阵地。三是全面加强工会系统党的建设。深化工会干部队伍建设，不断拓宽工会理论研究新路子，推动工会工作开创新局面、迈上新台阶。

（摘自：全国总工会）



马吉孝赴黄南州调研群团协同化建设时强调

围绕高质量发展 激发协同化活力

8月24日，省委常委、省总工会主席马吉孝赴黄南州群团服务中心、同仁市群团协同化基地、同仁市龙树画苑、尖扎县德吉村实地调研群团协同化建设情况。马吉孝强调，党的群团工作是党的一项十分重要的工作，要始终坚持党对群团工作的领导，以党建带群建，着力推动群团协同化建设，保持和增强群团组织的政治性、先进性、群众性，在融入中心、服务大局上主动作为，在优化服务、提升效能上久久为功。

马吉孝就进一步加强群团协同化建设提出要求。各级群团组织要提高思想认识，树立大局意识，以更高的站位、更实的举措、更大的格局整合群团工作资源和工作力量，努力推动群团协同化建设向纵深发展、向基层延伸，让协同化作用充分发挥，让群众得到更多实惠，让成效更加明显。要持续优化资源配置，搭建共享化平台，将“职工之家”“青年之家”“妇女之家”等阵地聚集起来，打造“群众之家”，努力形成大群团融合工作格局。要优化群团阵地的管理模式，提高使用效能，充分利用群团阵地，开展群众性活动，提高群众参与度，让群团宣传教育阵地活起

来。同时，群团宣传教育阵地要为促进当地经济发展、丰富群众文化生活服务，切实增强群团组织的吸引力和凝聚力。

马吉孝强调，中国工人运动在中国革命、建设、改革、复兴的宏伟事业中作出了不可磨灭的历史性贡献，要积极推进“工运理论进党校，工会干部上讲台”工作，引导广大职工群众大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神。要加强劳模管理、教育与培养，组织劳模“走出去”学习先进的理念和技能，更好发挥劳模示范带动作用，引导职工群众听党话、感党恩、跟党走。围绕乡村振兴、乡村旅游、传统艺术传承等党委政府关注的重点领域，积极开展劳动技能竞赛，充分发挥劳模创新工作室作用，促进劳动者专业技能提升，带领群众持续增收致富，走共同富裕道路。省总工会党组书记、常务副主席陈志忠，省总工会党组成员、副主席吴建军陪同调研。黄南州委书记王耀春，州委常委、宣传部长、总工会主席宋辉，州总工会党组书记、常务副主席申丽玲全程陪同。

（省总办公室）

马吉孝在海南州、果洛州调研时强调

群众期盼就是群团要办的实事

9月22日至24日，省委常委、省总工会主席马吉孝赴海南州共和县，果洛州玛多县、甘德县、达日县，深入外卖营运中心、建筑工地看望慰问农民工，送去农民丰收节的问候和关心；深入玛多县灾后重建工地、共玉高速野马滩大桥看望慰问奋战在灾后重建一线的职工；深入基层群团服务中心、群众之家、职工活动中心、户外劳动者站点、环卫工人“暖心早餐”点等调研群团协同化建设和工会工作。省总工会党组成员、一级巡视员、副主席汪琦陪同调研。

马吉孝强调，群团组织是党领导下的政治组织，党的群团工作是党治国理政的一项经常性、基础性工作。群团组织要按照党委政府的统一部署，围绕生态保护、乡村振兴、疫情防控等中心工作履职尽责、发挥作用；紧盯群众期盼办实事、解难事，围绕基层群众需要做好做实垃圾焚

烧、技能培训、户外劳动者站点、“暖心早餐”等小项目，帮助群众解决大问题；把丰富群众物质生活与丰富精神生活、提升科学素质有机结合起来，建好群众之家、职工书屋、红十字救护站等阵地，开展好全民阅读、科普日、劳模大讲堂等活动，加强群众思想引领，丰富群众文化生活，提升群众科学素质。马吉孝要求各级群团组织按照“组织共建、阵地共用、资源共享、活动共办、服务共融、人才共育”的目标，进一步整合工作资源，夯实工作基础，齐抓共性、突出个性，着力推进群团协同化建设向基层延伸。

马吉孝在看望慰问灾后重建一线职工、农民工、环卫工人、公路养护工时，勉励大家保重身体、努力工作，确保工作质量，为灾区群众早日入住安置房，为城市清洁美丽，为群众便利生活，为确保交通畅通发挥积极作用。

（省总宣传部）

中华全国总工会调研组在青调研时强调

强化政治引领 增强责任意识 让广大职工共享改革发展成果

9月13日至15日，中华全国总工会党组成员、副主席候选人马璐一行来青海调研工会工作，先后赴西宁供电公司、省物产集团、东川工业园区、青玻实业公司、青藏铁路集团西宁车辆段、圣源地毯集团等单位进行实地了解工会女职工工作、劳动和经济工作、产业工人队伍建设改革等情况。省委常委、省总工会主席马吉孝陪同调研。

调研组一行对青海各级工会在省委的坚强领导下，在省政府及社会各界的大力支持下，大胆探索、积极实践，开展大量富有成效的工作表示肯定。调研组希望青海各

级工会进一步强化政治引领，坚持用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，激发广大职工群众建功新时代的激情和热情；准确把握新时代工会工作的正确方向，围绕中心、服务大局，引领广大职工围绕生态环境保护建功立业；大力弘扬劳模精神、劳动精神和工匠精神，着力推进产业工人队伍建设改革，不断提升职工技能素质；推动工会组织规范化建设，把基层工会组织建设得更加充满活力、更加坚强有力，让每一位职工感受到组织的温暖；突出工会主责主业，推动维权服务工作再上新台阶。

（省总办公室）





省总工会党组书记、常务副主席陈志忠

与省总干校师生共庆教师节

9月10日上午，在第37个教师节到来之际，省总党组书记、常务副主席陈志忠带队来校，与我校教职员工座谈、共庆教师节，代表省委常委、省总工会主席马吉孝和省总党组向全校教职员工致以节日的祝贺。省总党组成员、副主席、一级巡视员汪琦，省总党组成员、副主席吴有祯及相关部室负责人参加座谈。

陈志忠指出，在政治上，吉孝常委高度关怀、省总党组全面支持学校工作，希望学校在学风、文风、作风和实践能力方面不断提升；在组织上，与省委党校不断融合，实现资源共享；在整体形式上，对干校工作的进步予以肯定。展望未来，希望学校在团结向上的氛围下，积极追求进步，祝愿学校越来越好。

陈志忠要求，全体教职工要以“德、新、行、和”为标准，严格要求自己，勇于承担教育工作者应有的责任与担当。

第一，讲讲“德”。德为才之帅，才为德之资。教师

要立德修身、才德兼具，以忠诚铸大德。为什么说忠诚是大德？自古以来，忠也者，无不被排在德行之首。“夫子之道，忠恕而已矣”。什么是“忠”呢？孔子解释为“己欲立而立人，己欲达而达人”，朱熹称“尽己之谓忠”。《论语·学而》有一句大家耳熟能详的话：“吾日三省吾身：为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”“忠”被排在了首位。怎么才能做到“忠”呢？千百年来，被誉为教子书首选之一的《千字文》说：“孝当竭力，忠则尽命。”用今天的话来说就是为民服务、为国尽忠。什么是“诚”呢？孟子一言以蔽之：“诚者，天之道也；思诚者，人之道也。”天道、人道，难道还不能谓之大德？对党忠诚是伟大建党精神的重要内容，是共产党人首先要修好的“大德”。习近平总书记强调：“要崇尚对党忠诚的大德，广大党员、干部永远不能忘记入党时所作的对党忠诚、永不叛党的誓言，做到始终忠于党、忠于党的事业，做到铁心跟党走、

九死而不悔。”在新时代铸大德，要求我们增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，砥砺对党赤诚忠心，始终做政治上的“明白人”“老实人”，不懈奋斗、勇于创新。

第二，讲讲“新”。苟日新，日日新，又日新。邓小平同志说：“没有一点闯的精神，没有一点‘冒’的精神，没有一股子气呀、劲呀，就走不出一条好路，走不出一条新路，就干不出新的事业。”新的历史条件下，进行具有许多新的历史特点的伟大斗争，习近平总书记说：“破解中国经济社会发展难题的金钥匙是全面深化改革。”当下改革好吃的肉都吃掉了，剩下的都是难啃的硬骨头，改革再难也要向前推进。这就要求我们必须勇于改革创新，增强忧患意识、发扬斗争精神，想干事、真干事、敢干事、能干事、干成事，把改革作为破解难题、推动发展的“关键一招”，立足实际大胆探索，改进学风文风会风作风，出实招、出硬招，努力打造更多在全省乃至全国叫得响的改革亮点，以“踏平坎坷成大道，斗罢艰险又出发”的顽强意志，应对好每一场重大风险挑战。教学需要不断创新，要以职工喜闻乐见的形式开展教学，结合形势任务、社会环境、职工需求实时做出调整，做到与时俱进，务求实效推动教学工作取得新的更大成效。

第三，讲讲“行”。行就是实践。行至水穷处，坐看云起时。要增强党性自觉，尽好岗位责任，就要把使命看得比天大、把责任看得比命重，切实以强烈的事业心责任感尽好职责、干好本职。要始终保持昂扬向上的精神状态。党员干部的精神状态，反映的是党性，体现的是觉悟，影响的是事业。必须更新思想理念，保持改革创新、开拓进取的工作干劲，注重研究新情况、理清新思路、解决新问题，时刻保持昂扬的精神状态和饱满的工作热情，展现与时俱进的朝气与活力，始终以爬坡赶队的压力感、干事创业的责任感、如履薄冰的危机感抓好各项工作落实。要始终保持真抓实干的实践标准。空谈误国，实干兴邦。必须克服“躁、懒、守”等问题，力戒“虚、假、漂”等倾向，把精力向任务上集中、向教学上聚焦、向务实上转变，干负责任的事，负责任的干事，一件一件抓落实，一项一项来推进，保证学术研究稳中有进，确保经得起实践和历史的检验。要始终保持勇于担当的胆识气魄。勇于担当是党

员干部的胆识和魄力。必须保持勤奋敬业、担当使命、知责求为的胆识魄力，视使命重于生命，视责任重于泰山，心无旁骛干事业，一心一意谋发展，要主动承担责任，带头执行决策指示，敢于坚持原则，严格落实制度，创新破解难题，努力干出让同行敬佩、信服、赞颂的实在业绩。

第四，讲讲“和”。君子和而不同。一个团队能否所向披靡，靠的不是单个成员的优异，而是得靠全体成员的齐心协力。我们党从创立至今，一直葆有旺盛的生命力，强大的战斗力和高度的凝聚力，就是因为广大党员干部始终自觉与党中央保持一致，心往一处想，劲往一处使，风雨同舟，甘苦与共。毛泽东同志说过：“团结一致，同心同德，任何强大的敌人，任何困难的环境，都会向我们投降。”齐则有序，齐则有力，齐则有效。恩格斯曾说过：“为了达到伟大的目标和团结，为此所必需的千百万大军应当时刻牢记主要的东西，不因那些无谓的吹毛求疵而迷失方向。”作为党员干部，应当时刻牢记的主要的东西，便是国家建设改革开放的大局、整个经济社会发展的大局，不应只顾低头做事，耕耘在自己的一亩三分地中，要正确处理局部与全局、个人与集体、当前与长远的关系。能干事，是一种能力，而善共事，更是一种本事。向内修，向深修，向高修，海纳百川、融会贯通，以德服人，以德合众。要有容人的博大胸襟，古人云：“量小失众友，度大集群朋”。我们党历来提倡共产党人要有博大的胸怀，对于同自己意见向左的人，同样要团结，这才是一名党员的大气。有了这份海纳百川的胸襟和包容万象的气度领导干部才能将广大党员凝聚在一起。习近平总书记指出：“道德之于个人、之于社会，都具有基础性意义，做人做事第一位的是崇德修身”。以德服人的关键，在于党员干部自身拥有良好的思想品质。党员干部唯有在工作中保持良好职业道德，在生活中注重保持形象，才能广大群众作出表率、树立威信，形成强大凝聚力。

全体教职工深受鼓舞，倍感振奋，一致表示将把党组的高度重视和亲切关怀转化为干事创业的强大精神动力，不断加强师德师风建设，将个人理想与党的事业、国家的发展、人民的幸福和本职工作紧密联系在一起，甘为人梯，团结奉献，推动学校各项工作更上一层楼。

（省总干校）

省总工会出台“建功十四五、奋进新征程”主题劳动和技能竞赛规划

为深入贯彻落实党的十九届五中全会和省委十三届十次全会精神，深入推进新时期产业工人队伍建设改革，动员广大职工为奋力推进“一优两高”，保护“地球第三极”，培育“四种经济形态”，建设“五个示范省”贡献智慧和力量，省总工会制定出台了“建功十四五、奋进新征程”主题劳动和技能竞赛规划（以下简称《规划》）。

《规划》以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入学习贯彻习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述以及考察青海时的重要讲话精神，强调全省“十四五”劳动和技能竞赛要坚持推动高质量发展、坚持以职工群众为中心、坚持创新驱动发展理念、坚持职工和企业“双赢”、坚持服务新就业形态、坚持广泛深入持久要求，努力在促进高质量发展上实现新提升、在推动企业创新发展上达到新水平、在增强职工获得感上取得新成效、在实现技能竞赛常态化上迈出新步伐，确保“十四五”劳动和技能竞赛广泛深入持久开展，取得扎扎实实成效。

《规划》指出，“建功十四五、奋进新征程”主题劳动

和技能竞赛要创新内涵载体，积极推进“四地”建设劳动竞赛，聚力深化生态保护劳动竞赛，丰富拓展区域性行业性劳动竞赛，巩固提升劳动竞赛整体水平，打造青海高原特色品牌。开展职工职业技能竞赛，提升技能竞赛的引领性、实效性、规范性、广泛性，大力培养高技术技能人才。开展职工技术攻关活动，发挥劳模示范带动作用，开展群众性技术创新活动，加强技术创新交流合作，提高企业创新创造能力。实施职工职业技能提升活动，发挥线上培训工作优势，拓展人才培养成长通道，加强高技能人才队伍建设，加强岗位技能培训工作，不断提升职工技能素质，引领广大职工奋力谱写全面建设社会主义现代化国家的青海篇章。

《规划》强调，要不断强化党政支持、工会牵头、上下联动、共同推进的“一盘棋”格局。充分发挥企业主导作用，压实企业依法履行企业职工教育培训、岗位练兵和技能竞赛的主体责任。创新形式内容，丰富活动载体，提升竞赛效果。积极宣传动员，广泛总结交流，形成制度机制，推动劳动和技能竞赛走深走实走新。（省总经济技术部）

坚持走出去，谋划新发展

——省总工会驻村工作队赴多地调研学习乡村振兴工作

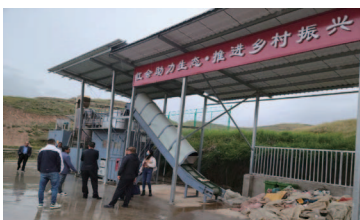
近日，在桦林乡党委的带领下，省总工会驻桦林乡联点村工作队与联点村党支部书记，先后赴省红十字会、大通县朔北乡东至沟村、海东市平安区的桑昂村、循化县青海化青生物科技有限公司、湟源县金润养殖场等单位企业开展学习调研，围绕联点村实施群团协同化项目、提高桦林乡金悦养鸡合作社经营收益、积极推进联点村乡村振兴工作等，走出去学习先进经验，拓宽发展思路。

驻村工作队一行实地查看了大通县东至沟村和平安桑昂村博爱家园项目，重点对项目实施前的筹备、组织实施、项目成效（垃圾焚烧炉）等进行深入了解，并与省市红会及乡村领导坐下来共同商议项目推进实施计划、步骤，明确下一步工作任务。

在青海化青公司和湟源金润养鸡场，企业负责人将多年来的养鸡经历和心路历程进行分享，详细介绍了养鸡场的经

营管理模式、运营情况等，驻村工作队和村干部积极主动请教学习，从鸡苗、喂养、饲料配比、产蛋率、防疫、消毒等询问取经。通过学习，三个联点村党支部书记就下一步如何提高养鸡合作社经营收益得到了启发、拓宽了思路，找到了不足，明确了方向，表示将从科学化管理、降低成本、提高技术、建章立制、日常精细化管理等方面改进改革和完善。

经过调研学习后，驻村工作队一致认为，做好乡村振兴工作，坚持学习是前提，以学习夯实理论基础，理解政策筑牢干事之基。坚持走出去是方法，积极学习省内其他乡村的先进经验，拓宽眼界，立足实际运用好拿来主义，可以达到事半功半的效果。坚持调查研究是根本，进村入户与村民促膝长谈，做好村情民情的调研，做到底数清情况明；走出去调研学习有关养殖种植产业发展的经验做法，为立足本村实际推动乡村振兴打牢基础。（省总驻村工作队）





《深入学习习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述》知识点

1、工人阶级是国家的（ ），是我们党最坚实最可靠的阶级基础，是坚持和发展中国特色社会主义的主力军，这从根本上决定了我国工人阶级能够成为始终坚持中国道路的柱石。

2、习近平总书记指出，实现中国梦必须弘扬中国精神。这就是以（ ）为核心的民族精神，以（ ）为核心的时代精神。

3、毛泽东同志说，世界上什么力量最强？（ ）的力量最强。

4、中国共产党自成立之日起，就把自己定性为（ ），把自己看作工人阶级的工具，在领导伟大事业和推进重要工作时，历来高度重视我国工人阶级的作用。

5、不论时代怎样变迁，不论社会怎样变化，我们党（ ）的根本方针都不能忘记、不能淡化，我国工人阶级地位和作用都不容动摇、不容忽视。全心全意依靠工人阶级的方针没有变也不会变。

6、（ ）是工人阶级的主体力量，是创造社会财富的中坚力量，是创新驱动发展的骨干力量，是实施制造强国战略的有生力量。

答案：

1、领导阶级

3、民众联合

5、全心全意依靠工人阶级

2、爱国精神 改革创新

4、工人阶级政党

6、产业工人

为新青海建设注入职工的生态情怀

□ 何舰

保护好青海生态环境，是“国之大者”。今年习近平总书记考察青海时，再次强调党中央赋予我们的职责使命。8月16日，青海省委印发的《关于加快把青藏高原打造成为全国乃至国际生态文明高地的行动方案》明确提出“八个新高地”中，第一个就是打造习近平生态文明思想新高地，是贯穿整个《行动方案》的主心骨。作为新青海的建设者，在推动青海高质量发展的进程中，树立正确的生态意识，培育深厚的生态情怀，凝聚高尚的生态涵养，是新时代赋予青海工人阶级新的使命担当。

一、在弘扬职工文化中厚植生态情怀

新时代的职工文化既要体现职工的自我要求、自我管理、自我教育、自我提升的先进管理理念，也要体现对职工素质的管理要求和对职工操守的担当要求。当前，青海经济社会已转入高质量发展阶段，培育职工生态情怀，将绿色发展理念融入职工的生产生活实践，提升职工生态环境素养，唤醒职工保护生态环境的意识，引导广大职工践行绿色生产生活方式，是工会工作面临的新形势和新任务。弘扬新时代职工文化，教育引导广大职工树立正确的生态价值观、生态发展观、敬畏自然、敬畏生命、对大自然怀有感恩之情；深化职工对生态环境信息、知识、文化的需求，引导职工深度、有序参与生态环境保护；培育职工生态环境的知识素养、伦理素养、行为素养等。让职工素养在生态环境领域得到集中体现，让职工深刻认识到环境保护素养不仅是公众文明素质和社会文明水平的重要体现，也是弘扬职工文化，培育职工生态情怀的重要途径。

二、用生态情怀激发职工使命感责任感

按照党的十九大提出的“构建政府为主导、企业为主体、社会组织和公众共同参与的环境治理体系”总体要求，积极推动生态环境管理理念和方式转变，加强社会参与为主线，构建全民参与的生态环境保护的社会行动体系，大幅提高环境治理能力，需要更多投身新青海建设的产业工人不懈努力。

尽管一些环保社会团体、环保基金会和环保社会服务机构等社会组织，作为我国生态文明建设和绿色发展的重

要力量，在提升公众环保意识、促进公众参与环保等方面作出了积极贡献。但与我国建设生态文明和绿色发展的要求比还存在差距，要进一步深化生态文明建设健康有序发展，使广大产业工人成为环保工作的同盟军和生力军，推动形成多元共治的环境治理格局，需要新时代产业工人担当作为。一是将牢固树立生态意识、生态价值观纳入提升产业工人队伍素质的总体规划方案中，用生态情怀激发产业工人使命感责任感。二是引导职工践行《公民生态环境行为规范（试行）》，积极关注生态环境政策，为政府建言献策、贡献智慧；发现生态破坏和环境污染问题及时劝阻、制止或向“12369”平台举报；建立自然教育体系，让自然教育走进企业、走进班组，使职工体会如何实现人与自然的和谐相处。三是强化对职工在生态环保领域作出贡献的考核奖励机制建设，支持、引导各行业职工参与生态环境保护行动。

三、将生态情怀转化为行动的内生动力

党的十八大以来，人民群众对生态环境问题的关注度之高前所未有的，虽然广大公众意愿强烈，但是生态环境认知水平和程度却十分有限，转化成行动的内生动力和坚定决心不足。因此，需要不断加强职工生态环境保护宣传、教育、技能培训工作，提升职工生态环境保护能力。一是鼓励企业开展以生态环保为主要内容的专项合理化建议征集与评选活动，发动全体职工建言献策，提升能效，为节能环保助力。二是积极传播生态环境保护知识和生态文明理念，参与环保公益活动和志愿服务，传递环保正能量使生态道德和生态文化得到弘扬。从我做起，从身边的小事做起，拒绝铺张浪费和奢侈消费，自觉践行简约适度、绿色低碳的生活方式。三是在黄河流域等开展生态保护区区域性劳动和技能竞赛，搭建交流合作平台，助力区域协调发展。四是以生态发展为导向，探索新产业新业态开展绿色竞赛的新形式，创新竞赛方式和载体，按照国家碳达峰碳中和部署，聚焦推动绿色发展，组织职工开展节能减排竞赛，推进重点行业和重要领域绿色化改造，调动职工积极性、团结动员职工投身国家经济建设的一系列活动中。

深学党史显成效 比学赶超创佳绩

——省总工会表彰党史学习教育自学先进典型

省总工会在党史学习教育中，按照中央和省委安排部署，聚焦“学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行”目标要求，教育引导党员干部从党的百年历史中感悟初心使命，在竭诚服务职工群众中积极担当作为，不断增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，取得了显著成效。各党总支、党支部密切配合、学用结合、扎实推进，营造了比学赶超的浓厚氛围，有力推动了党史学习教育落地落细、见行见效。

近日，省总工会对党史学习教育中涌现出的支部和个人典型进行了通报表扬。机关第七党支部等支部把党史学习教育作为一项重大政治任务，通过抓学习教育提升政治站位、抓协调配合提升责任担当、抓为民服务提升工作质量，持续在学习上用功、工作上用力、服务上用心，切实把学

习教育成果转化为推动工作的实际成效。朱爱丽等同志认真学习习近平总书记重要讲话精神和“四本必学书目”，突出原味学、突出主题学、突出致用学，把学思用贯通起来、知信行统一起来，学以致用、用以促学，做到了深学细悟、融会贯通、真信笃行，充分发挥了示范带动作用。

党史学习教育永远在路上，只有进行时，没有完成时。下一步，省总工会将继续推动党员干部在深学细悟习近平总书记“七一”重要讲话精神上下功夫求实效、在学用结合提升工作能力素质上下功夫求实效、在担当实干为职工群众办实事上下功夫求实效，唱响主旋律、汇聚正能量、振奋精气神，持续掀起“学党史、悟思想、办实事、开新局”热潮，为奋力谱写全面建设社会主义现代化国家青海篇章贡献工会力量。

（省总党史办）

巡回指导有力度 学史力行见实效

——省总工会党史学习教育获得巡回指导组充分肯定

近日，省委党史学习教育第七巡回指导组组长杨自沿对省总工会党史学习教育作出批示：

“省总工会高度重视党史、工运史学习教育，二者有机结合、相互促进，有声有色、走深走实。”

省总工会党史学习教育启动以来，在省委党史学习教育第七巡回指导组的有力指导下，全面对标对表，狠抓落地落实。用“三坚持三到位”（坚持高站位思想认识到位、坚持高要求组织领导到位、坚持高标准安排部署到位）切实加强组织领导，自觉扛起政治责任，全面夯实党史学习教育工作基础，确保了党史学习教育高标准推进、高质量开展。通过“三抓三促”（抓载体促创新、

抓党课促引领、抓宣讲促实效），扎实开展以党史为重点的“四史”宣传教育，团结引领广大职工群众听党话、感党恩、跟党走。以“六送六强”（送培训强素质、送文化强引领、送法律强维权、送健康强保障、送清凉强关爱、送政策强基础）用心用力为职工群众办实事解难题，切实把党史学习同总结经验、观照现实、推动工作结合起来，同解决职工群众实际问题结合起来，增强了职工群众的获得感、幸福感和安全感，推动了党史学习教育往深里走、往心里走、往实里走，形成了学党史、悟思想、办实事、开新局的生动局面。

（省总党史办）

西宁市总工会

以“三个一批”为抓手 积极推动新就业形态劳动者入会



今年以来，西宁市总工会不断建立健全新就业形态劳动者权益保障机制，结合“我为群众办实事”实践活动，探索适应快递物流、客货运司机、房产中介服务、外卖配送等不同行业职业特点的建会入会方式，以行业性工会组建“覆盖一批”、骨干企业工会组建“发展一批”、属地基层工会“吸纳一批”为抓手，以务实举措推动新就业形态劳动者入会，切实维护新就业形态劳动者劳动保障权益。

加强行业（区域）性工会组建“覆盖一批”。为提升“两新”组织、八大群体中组建，扩大基层工会组织的有效覆盖，解决八大群体“小、弱、散、乱”、权益维护较难、劳动关系复杂、人员流动性强等问题，西宁市总工会组织召开各行业监管部门和各行业协会企业负责人调研座谈会和推进会 20 次，针对问题及时协调解决，先后制定《关于推进快递物流行业组建工会、客货运司机入会工作的实施方案》《房产中介服务行业职工集中入会系列方案》等，以“行业主管单位+工会”的方式，组建西宁市快递行业工会联合会、道路货物运输行业工会联合会、房产中介服务行业工会联合会，

以及城中区、城西区、城北区保安服务行业工会联合会，截至目前，通过行业工会联合会，覆盖 64 家非公企业，发展会员 1.1 万人，有效推动了行业内的工会组建、发展会员等工作，夯实了工会基层基础。

加强行业骨干企业工会组建“发展一批”。组织力量对八大群体相对集中的企业开展摸底调查，通过与行业监管单位沟通协同，与各企业负责人及职工代表座谈、走访一线、问卷调查等方式，建立详实工作台帐和组建计划。充分发挥“党建带工建，工建促党建，党工共建”平台作用，制定推进八大群体集中入会、推进“群团组织入企进社”等工作方案，在建立党组织的八大群体骨干企业中，以“组建一个，带动一批”的方式，不断延长工作手臂，扩大工会组织覆盖面。全市各级工会结合“群团组织入企进社”和“工会机关干部下基层蹲点”等活动，新组建工会组织 69 家，发展会员 4700 多名，其中农民工会员 480 名。

加强从业人员属地基层工会“吸纳一批”。坚持“多措并举、立体覆盖”的工作原则，以县区、行业主管单位为重点，以属地管理为主、行业

管理为辅，逐步实现对区域、行业内的基层工会以及不具备单独建会条件的小微企业和零散就业人员全覆盖。成立城西区环唐道商圈工会，正同集团等 18 家企业的 1100 名职工入会。已成立的西宁市“菜篮子”行业工会联合会、王府井销售服务行业工会联合会、火车站商圈联合工会、中发源商圈工会、万方城楼宇工会等，吸纳商圈、楼宇及周边小微企业、个体经济组织职工 1.4 万人入会。坚持以服务吸引入会、以服务促进建会为导向，及时跟进加强服务，通过开展“四送”服务、参加职工医疗互保、组织职工免费体检、建设服务站点，举办快递行业、保安行业、拉面行业职工技能大赛，组织开展的业务培训、群众性宣讲、文艺演出、体育比赛等活动。组织 120 余名外卖员、拉面工集中参加职工免费体检活动，为全市“两新”组织、八大群体职工发放价值 600 元的体检卡 1170 张，让职工享受更多普惠政策，感受到工会组织的温暖，提升八大群体职工对工会组织的归属感和认同感，进一步推动新就业形态劳动者服务保障和入会建会工作，为加入工会组织和建工会夯实基础。

举行 2021 年度“金秋助学”助学金集中发放仪式

9月17日，西宁市总工会举办了2021年度“金秋助学”活动助学金集中发放仪式，为25名生活困难的职工家庭子女发放了3000元至6000元不等的助学金，帮助他们解决了燃眉之急。活动共资助生活困难职工家庭学生108名，共计发放助学金57万元。受资助家长代表陈蓉激动地说：“非常感谢各级党委、政府和工会组织，关心关爱困难职工及时伸出援助之手，帮助108个家庭解决了孩子上学的实际困难。‘金秋助学’活动拨开了大家心中的愁云，让大家看到了阳光、感受到了温暖。”学生代表表示，“将会更加奋发图强、刻苦学习，做一个对社会有用的人，用自己的实际行动来回报祖国、回报社会、回报家乡，在感恩中奋进，拼搏中出彩。”



海东市总工会

开展基层工会走访调研工作

9月6日至10日，海东市总工会组成调研组，赴各基层工会，对党史学习教育、群团协同化建设、“八大群体”建会入会、民主管理、职工活动阵地建设、工会经费返还、工会系统社会化工会工作者使用管理等情况开展走访调研。调研组先后深入乡镇、社区、企业、职工活动中心，与基层工会就加强职工思想引领、维护职工合法权益，结合工会系统学党史活动为职工群众办实事、群团协同化建设、打造工会特色品牌、职工阵地作用发挥等工作开展了深入交流，认真听取了基层工会和干部职工的需求期盼和意见建议，为推进工会工作高质量发展“问诊开方”。



开展在职党员进社区兑现“微心愿”暨承诺践诺活动

海东市总工会在活动前联合平安路社区对辖区内生活困难、残疾和患病职工群众、留守儿童、单亲家庭等弱势群体生活、工作、学习情况进行了摸底排查，建立了基本信息库。活动得到了广大党员的积极响应和热烈支持，10名在职党员与其中10名社区群众建立结对帮扶关系，主动认领并兑现10件“微心愿”。此次活动充分展现了党员干部联系群众、团结群众、凝聚群众的先锋作用和牢记初心、服务群众的良好形象，进一步拉近了党员干部与职工群众的关系。



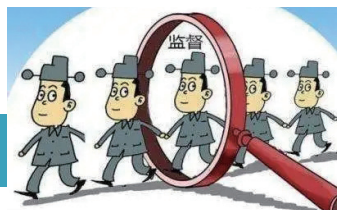
海西州总工会

蹲点组赴基层开展蹲点调研活动

9月初,海西州总工会蹲点组结合“我为群众办实事”活动,深入基层工会开展蹲点调研活动,切实为基层工会组织出实招,推动解决问题,为基层工会职工办实事,送去“娘家

人”的温暖。蹲点组深入了解基层工会组织建立、工会工作运转、企业生产经营、构建和谐劳动关系以及职工思想动态、合法权益保障等方面的情况,认真倾听并详细记录基层工会的

诉求和职工群众的心声。同时围绕“五项重点工作”,结合调研走访发现的问题,贯彻讲政策、摸实情、提建议、理思路、办实事的工作要求,提出具体对策和建议。



打造消费帮扶体验馆

9月9日上午,由海西州总工会、州扶贫开发局联合打造的海西州消费帮扶体验馆正式揭牌。来自州市两级工会直属工会主席、州内相关企业代表60余人参加了开馆仪式。海西州总工会将充分发挥消费帮扶

体验馆的作用,认真落实州委、州政府关于工会组织在职工福利发放时要优先采购本地农特产品的要求,联合海西州乡村振兴局等相关部门持续开展消费帮扶活动,通过健全完善职工福利和消费帮扶体制机制,

促进海西特色优质农畜产品融入市场大循环,并逐步拓展合作范围,推动农业和农村经济向更高效益、更高层次发展。



玉树州总工会

举办青年联谊暨爱心帮扶活动

近日,玉树州总工会、团州委、州妇联共同举办了“青年有约·携手新湖”青年联谊暨爱心帮扶活动,州直各单位团组织优秀青年共计20余人踊跃参与,开展爱心帮扶,共话青

年友谊。帮扶活动中,群团组织及青年群体向新湖儿童福利院送去课外读物200余本,防紫外线儿童眼镜30余副、卡通“盲盒”玩具90余份以及书包70

余个。在场的青年们纷纷表示,今后将积极参与爱心帮扶活动,通过绵薄之力为孩子们带去更多的关爱。



慰问困难教职工

玉树州总工会组织人员赴困难教职工家中开展慰问。向奋战在一线工作的教职工送去党、政府和工会组织的关怀,并致以教职工节日的问候。

慰问活动让困难教职工切实感受到了党、政府的关怀和工会组织的温暖,他们对党、政府和工会组织的关心关怀表示衷心地感谢。教职工表示将继续发挥

余热,立足本职工作,尽心尽力,继续为玉树发展贡献自己的微薄之力。



海南州总工会

根治欠薪冬季专项行动扎实有效



今年以来，海南州总工会积极发挥促进就业和根治欠薪工作领导小组成员单位职能作用，积极参与多部门联动治欠，严厉打击欠薪行为，充分发挥了职工娘家人作用，有效维护了劳动者的合法权益，取得了良好成效。

一、取得的成果

各级工会严格落实“属地管理、分级负责、责任追究”原则，以学习贯彻《保障农民工工资支付条例》（以下简称《条例》）为抓手，强化法规宣传、集中全面排查、及时协调解决。截至目前，共排查、受理举报投诉拖欠农民工工资案件 102 件，涉及农民工 1104 名，拖欠工资 1740.58 万元。其中，已办结 101 件，为 1091 名农民工追发工资 1720.55 万元；未办结 1 件，属于国企投资项目，涉及农民工 13 名，拖欠工资 20.03 万元，目前已追发 4 万元。

二、主要做法和经验

广宣传，营造良好舆论氛围。把“尊法守法·携手筑梦”服务农民工公益法律服务行动进工地公益法律服务行动和“12·4”宪法宣传日活动结合起来，联合全州促进就业和根治欠薪领导小组各成员单位在人口密集场所集中开展《保障农民工工资条例》的宣传活动，累计悬挂横幅 162 条、发放资料 3000 余份、设立举报投诉咨询台 5 个，提供咨询服务 320 余人次。充分利用微信公众号等平台发布

根治欠薪冬季专项行动及《条例》相关信息，同时，结合联合执法检查加强对用人单位和农民工的宣传力度，增强了用人单位依法用工意识，提高了农民工用法律手段，维护自身合法权益的能力，营造了关心关爱农民工的良好社会氛围。

严检查，专项行动推进有力。扎实开展用人单位欠薪隐患排查。海南州总工会组织和动员各县总工会和各基层工会在本区域和本单位范围内深入开展欠薪隐患排查，并联合海南州人社局、住建局组成联合检查组，在原有日常巡查机制下，健全了前期摸排梳理、中期现场巡查、后期督促整改机制，督促用人单位健全了工作台账，对在建工程项目落实《条例》，特别是保障农民工工资支付制度和按月足额支付工资等情况进行了重点检查。针对检查中发现的花名册更新不及时，台账内容不完善，劳动合同签订不规范等问题，要求各项目单位立即制定切实可行的整改方案，明确整改内容、整改时效等内容，确保整改效果。发现有涉嫌欠薪的行为立即启动执法办案程序依法快查快处，确保发现一起，查处一起。专项行动期间，全州累计检查用人单位 58 家，排查拖欠农民工工资案件 5 件，为 23 名农民工追发工资 13.24 万元。其中，政府投资项目拖欠工资案件 1 件，为 2 名农民工追发工资 1.49 万元；其他欠薪案件 4 件，为 21 名农民工追发工资 11.75 万元。

强服务，专项行动成效显著。海南州总工会加大举报投诉接待力量的投入，保持职工维权服务热线 24 小时畅通，为权益受损职工提供及时有效的法律服务。充分发挥法律顾问的作用，为被拖欠工资的农民工提供方便、快捷、优质、高效的法律服务和帮助。强化服务意识，畅通举报投诉渠道，及时受理、解决欠薪举报投诉案件，确保专项行动“两个清零”目标任务如期实现。专项行动期间，累计受理举报投诉拖欠农民工工资案件 97 件，涉及农民工 1081 名，拖欠工资 1727.34 万元。已办结 96 件，为 1068 名农民工追发工资 1707.31 万元。其中，涉及政府投资项目 37 件、国企投资项目 12 件、政府与社会资本合作项目 5 件、其他欠薪案件 42 件。

三、典型案例

针对青海湖药业有限责任公司拖欠员工工资问题，海南州总工会在前期深入调查的基础上，联合海南州人社局、州劳动监察大队、州税务局等单位，召集政府、企业及企业员工代表召开三方协调会议，并达成协议，责令企业 6 个月内为农民工追发 2018 年以来的欠薪工资，截止目前，已补发农民工工资 200 余万元，涉及农民工 102 人。依法妥善解决了企业欠薪问题，遏制了农民工上访矛头，有效维护了职工队伍稳定。

海北州各级工会

工青妇组织慰问柴达尔煤矿“8·14”冒顶事故救援现场工作人员

8月21日，海北州总工会、团市委、州妇联组成慰问工作组，赴刚察县柴达尔煤矿，为“8·14”冒顶事故救援现场的工作人员送去了慰问品。

在柴达尔煤矿“8·14”冒顶事故救援现场，来自州工青妇的工作人员协同并肩，为现场指挥组、综合协调组、专家支持组、抢险救援组、钻探设备组、灾害监测组、治安交通组、新闻舆情组、医疗救护组、善后处置组、后勤保障组、调查评估组等12个工作组1200名工作人员送去了充电宝、手电筒、洗漱用品、

防晒霜、蔬菜苹果、内衣冲锋衣、手持氧气、食品饮料等价值34.5万元的慰问品。参与现场的工作人员收到慰问品后，纷纷表示感谢，他们说道：我们收到了种类齐全、贴心周到的慰问品，切实感受到了党和政府的温暖，将加倍努力，克服困难，全力推进救援工作。

柴达尔煤矿“8·14”冒顶事故发生后，州委常委、州总工会主席叶忠措同志十分关心现场救援工作，第一时间安排群团组织负责同志赶赴现场，参与善后处置、事故调查等工作。

救援工作开展过程中，叶忠措同志再次部署慰问工作。州工青妇组织充分发挥群团协同化优势，赴西宁连夜采购了慰问物资，开展了慰问活动，切实将党和政府的温暖及时送到了参与现场救援的每位同志身边。



黄南州总工会

开展“节能降碳 绿色发展”宣传活动



9月8日，黄南州总工会通过发放宣传册、悬挂沿街横幅标语的方式，加强对节约能源资源的宣传，引导干部职工养成简约适度、绿色低碳的生活和工作方式。活动期间，

黄南州总工会紧紧围绕“低碳生活，绿建未来”活动主题，广泛宣传习近平总书记关于生态文明思想，组织全体干部职工在办公区域持续开展“周五环境卫生大扫除”活动，

增强了干部职工的节能环保意识。通过宣传活动，提升了干部职工节能环保意识，在机关内部营造崇尚节俭、厉行节约的良好氛围，大力推动了绿色节约型机关建设。

情系农民工 免费送体检

——黄南州总工会举行全州农民工免费健康体检卡发放仪式

8月27日上午，黄南州总工会在同仁市群众文化体育馆举行2021年全州农民工、职工群体健康体检卡发放仪式。州直各企业工会主席、各市（县）总工会常务副主席及同仁市农民工代表200余人参加。

免费健康体检活动是开展党史学习教育“我

为群众办实事”实践活动的生动实践。本次仪式上共发放体检卡800张，体检项目涵盖肝功十一项、肾功六项、血常规、尿常规、上腹彩超等15个检查项目。免费健康体检搭建了工会与困难职工直接对话的桥梁，让职工更深刻的体会到了党委政府及工会组织的关心关怀。



全省税务系统工会干部业务能力提升培训班顺利举办

近日，全省税务系统工会干部业务能力提升培训班在省税务干部学校贵德教学点开班，全省税务系统 65 名工会业务骨干参加培训。此次培训为期 7 天，课程设置丰富，为全面提升新时期工会干部综合管理能力，更好地适应新形势税制改革新要求奠定了基础。参训学员

纷纷表示，通过此次培训使大家不仅从政策的把握、业务的夯实、技能的提升有了很大的收获，今后将以更加饱满的热情投入到税务工会工作中，为工会工作做出积极的贡献。

（省税务系统工会）

中国电信青海省各级工会完成员工高考子女慰问活动

中国电信青海公司工会及各分公司工会在莘莘学子开学之际，为今年孩子考取大学的 71 名员工家庭分别送上了一束温馨的鲜花、一封满怀激励与爱心贺卡和慰

问金，切实地将公司的关心和关爱送到每一位员工的身边，更好地展现了公司的企业文化，增强了职工的幸福感和归属感。

（省电信工会）

省监狱工会当好五大“员” 为民办实事

为扎实推进党史学习教育和队伍教育整顿，青海监狱系统各单位、各部门紧密结合工作实际，立足群众需求，走进社区、公园、学校、群众家中，通过一件件小事、实事，把“我为群众办实事”“我为基层解难题”办到群众心里，办到人民群众的需求上。

走进学校，当好讲解员

一、爱心关注未来，真情撒播希望

9 月 24 日，局离退休干部处党支部与局关工委一行前往海南州巴卡台农牧场民族小学开展爱心关注未来、真情撒播希望金秋助学活动。青江集团副总经理贺生财，局关工委、西宁监狱关工委，离退休干部处党支部有关同志参加了爱心助学活动。

活动中，离退休干部处党支部及局关工委一行带着局党组的关怀，为孩子们送去了价值 6000 余元的校服、学习文具、体育用品。局关工委副主任、退休干部党克利发表了热情洋溢的讲话，他说：“党和国家领导人历来非常关心重视少年儿童的教育培养，毛泽东主席早在延安时期就题写了“好好学习、天天向上”“儿童们团结起来，学习做新中国的新主人”，习近平总书记在视察陕西绥德实验中学时提出要培养德智体美劳全面发展

的社会主义建设者和接班人”，他语重心长的勉励孩子们，要牢记领袖的殷殷嘱托，珍惜当下的大好时光，不负韶华、立志成才，把党和政府的关爱转化为勇敢面对困难、自强不息、奋发向上的动力，常怀感恩之心、报国之志，努力学习、刻苦钻研，长大学成后回报社会、回报家乡。

教师及学生代表做了发言，对省局长期给予的关心和资助表示衷心感谢。教师代表表示要扎根农小，脚踏实地，立德树人，从德智体美劳全面培养学生；学生代表表示虽然出生在农牧区，但我们一定会加倍努力，不辜负各界热心人士的帮助和爱护，勤学上进，做一名对国家、对人民有用的人。

局关工委副主任党克利拉起了手风琴带领全场一起合唱了《我们是共产主义接班人》，最后所有工作人员与孩子们共同做起了互动游戏，“老鹰捉小鸡”“趣味跳绳赛”一个个趣味游戏，释放了孩子们的童真和热情，欢笑和掌声久久回荡在校园，活动仪式在欢快、喜悦的气氛中结束。

海南州巴卡台民族小学是一所地处高海拔地区的牧



区学校，现有藏、蒙等少数民族学生近 20 名，近年来，在有关部门和监狱系统各级党组织的关怀下，学校硬件设施得到了极大改善，师生的学习、生活条件有了较好的保障。此次爱心助学活动紧密结合党史学习教育和第二批政法队伍教育整顿工作，广泛凝聚社会力量，充分发挥离退休干部“五老”优势，大力弘扬扶贫济困、助学育人的优良传统，是学史力行，为民办实事的延伸和拓展，凝聚着局党组对农牧区贫困儿童的关爱之情，不仅给孩子们送去了物质上的关怀，给予了精神上的慰藉和鼓励，更是以实际行动践行习近平总书记视察青海时的重要讲话精神，助力美丽乡村建设、促进民族团结进步，为孩子们接受良好教育提供了帮助，为托起乡村教育的明天和希望贡献了力量。

二、为民服务办实事，法制宣传进校园

9 月 22 日，西宁监狱一监区、十六监区、特警支队、机关第六党支部联合湟中县西拉科中学党支部开展“为民服务办实事，法制宣传进校园”主题党日活动。

全体党员共同学习习近平总书记关于“为民服务办实事”的有关论述和习近平总书记在“两会”期间参加青海代表团审议和视察青海时的重要讲话精神。结合普法教育，民警通过电教平台针对高年级学生作了“抵制校园暴力”专题知识讲座，以通俗易懂的语言和同学们进行互动交流。监狱特警以饱满的精神和整齐划一的动作为老师和学生进行了擒敌拳表演，生动地展现新时代监狱人民警察队伍的风采。捐赠仪式上，联合支部党员为学生代表送上学习、文体用品，鼓励他们好好学习，早日成为国家的栋梁之才。

走进社区，当好服务员

西宁监狱基层党支部党员民警主动与西宁市南山路东社区取得联系，与社区党支部联合开展“我为群众办实事”主题党日和志愿服务活动，用实际行动践行为民服务宗旨。大家穿上志愿者服装，带上扫帚、簸箕、小铲等工具，对南山路周边的小区 and 家属院的楼梯过道进行清扫，铲除“小广告”，大家齐心协力，美化了居民

的生活环境。

走进村子，当好宣讲员

9 月 23 日，建新监狱组织民警前往互助县三其村开展“走进三其——送文化、送健康”民族团结进步宣传月主题宣讲。

在村委会办公室，大家共同观看了庆祝中国农民丰收节暨青海（河湟）第六届农产品展交会视频直播。监狱驻村第一书记王少春结合《习近平总书记关于民族团结进步的重要论述》等重要文章、讲话精神，用通俗的语言、鲜活的事例和大家一起回顾我省各族人民群众互相关爱、互帮互助的感人故事，深刻阐释包括“三个离不开”“五个认同”在内的民族团结进步政策，深受群众好评。同时，还向村民发放民族团结进步、健康知识等宣传册，多形式向村民宣传党的民族政策，当好政策的宣讲员。

走进公园，当好宣传员

西宁监狱组织民警职工积极参加南山路社区组织的“我为党旗添光彩”公益宣传进公园志愿服务活动。

参加志愿服务单位包括公安、监狱、戒毒、城管、医疗、金融等多个部门和领域。活动现场，离退休人员管理科党支部志愿服务队积极协助社区工作人员开展各项工作，为群众发放疫情防控、戒毒常识、反诈骗、退役军人政策等宣传手册。主动宣传监狱工作，耐心解答群众提出的各种问题。

走进家中，当好联络员

西宁监狱离退休人员管理科党支部立足让老干部时刻感受到组织的关怀和温暖，当好组织的“联络员”，用心用情做好老干部工作。带着监狱党委的深情嘱托，支部党员分别前往在宁的三名离休干部家中进行节日慰问，为他们送上月饼等节日礼物。

大家在一起亲切交谈，详细询问他们的日常生活和身体状况，嘱咐他们保重身体。同时向他们汇报监狱发展现状，致以节日的祝福。

（省监狱工会）



格尔木市总工会 举办货车司机 集中入会活动

近日，格尔木市总工会结合调研蹲点活动，举办货车司机集中入会仪式。活动现场，格尔木市总工会为新入会货车司机颁发会员证，并为昆仑物流园货车司机赠送微波炉、保温杯等入会大礼包，暖心的送上“娘家人”的关怀关爱。货车司机纷纷表示，“今天我们加入了工会组织，成为了工会会员，终于找到了家的归属感。将来，我们在各自的岗位上，坚持安全驾驶、文明驾驶，提升服务质量，为格尔木经济发展贡献自己一份力量。”

（格尔木市总工会）

情系一线 暖心慰问

——城北区总工会慰问疫情防控一线干部职工

疫情防控关乎人民群众生命安全和身体健康，严格落实省、市、区疫情防控工作要求，做好各项防控工作，是当前的一项重要政治任务，区总工会根据区委、区政府要求，主动作为，积极行动，赴区卫健局慰问奋战在疫情防控一线的干部职工。

区委常委、宣传部部长、总工会主席谢海宏，副区长刘波将2万余元的加多宝、达利园饼干、巧克力等物资送到疫情防控一线，让广大干部职工充分感受到工会“娘家人”的温暖与关怀。一件件物资代表着区委、区政府及区总工会的关心关爱，更代表着对坚守疫情防控一线工作人员的感谢。

在积极筹措资金慰问卫健系统一线防疫人员的同时，区总工会全体干部职工将继续按照区委区政府要求，深入联点社区，通过线上发动、上门宣传、广泛联系、重点对接等形式，引导居民积极接种新

冠疫苗，并对外省市来宁人员开展排查及电话回访工作，在小区进出门口张贴健康码，扫码测温，协助做好疫情防控，广泛宣传防控知识，提高广大职工群众防控意识，同时积极发挥工会组织作用，以职工需求为导向，不断提升服务能力，为基层做好服务保障，为打好疫情防控攻坚战贡献力量。

（城北区总工会）



家国圆梦 共庆团圆

——城北区总工会迎中秋月饼DIY活动

农历八月十五中秋节是中国的传统节日，是阖家团圆的日子，自古有赏月、吃月饼等习俗。为感受节日魅力，弘扬传统文化，9月17日城北区总工会、区群团服务站在青海省科技技能培训学校开展“家国圆梦 共庆团圆”——城北区总工会迎中秋月饼DIY活动，各镇（街道）地区工会、企业职工共35人参加。

家是最小的国，国是最大的家。家国情怀是一股不竭的精神涌流，将个体的生命与国家和民族的生命融汇在一起，成为中华民族最为深厚的历史情感，此次月饼DIY活动的主题是“家国圆梦 共庆

团圆”，主持人首先通过幻灯片向大家介绍家国文化和以时代精神涵养家国情怀的社会意义，家国情怀激发中华民族团结奋斗的巨大作用。接着老师讲解了月饼制作过程中和面、调色、包馅、压花、装袋一系列流程，然后带领大家从和面开始一步步制作，职工们共同体验了制作月饼、烤制月饼、月饼冷却等工序。当精美的月饼做出来时，现场一片欢呼和惊叹，大家对自己的手艺非常满意，一起品尝了自己动手制作的月饼，共同分享交流自己的制作体验，现场气氛非常快乐。

通过此次月饼DIY活动，职工群众们共同制作月饼，深入了解家国文化和中秋传统民俗文化，形成乐于探究、勤于动手、努力求知的积极态度，有力提升了广大职工群众文化涵养水平，培养了团结协作精神，进一步增强了群团组织的向心力和凝聚力。



夏日炎炎送清凉

情意暖暖感人心

——刚察县总工会开展夏季“送清凉”慰问活动

为切实做好防暑降温工作，保证职工身体健康和生命安全。8月26日至27日，按照县委、县政府、刚察县总工会主要领导的安排，县总工会开展夏季“送清凉”慰问活动，为高温天气坚守在工作一线的职工们送去了关心和关爱。

期间，为县城镇管理局执法大队、县应急管理局执法大队、县自然资源局执法大队、交警大队、疾控中心、五乡镇兽医站等10个单位的170名一线职工进行慰问，详细了解职工工作、生活情况，询问职工身体状况，认真倾听职工心声，并送去夏凉被、洗漱用品、白糖、雨伞等共计5.1万元的防暑慰问品。同时对大家不畏高温、忠于职守、辛勤工作表示感谢，叮嘱一线职工在坚守岗位的同时要注意防暑和安全，适当休息、爱护身体，以更好的状态投入工作。

此次“送清凉”慰问活动使广大一线职工深受鼓舞，大家纷纷对工会组织的关心、关爱表示感谢，将克服困难，坚守岗位，做好本职工作。县总工会希望各基层工会负责人要切实保障好职工生命安全和身体健康，保证工作安全两不误，为职工群众营造良好的工作环境。



8 小时工作制De来之不易

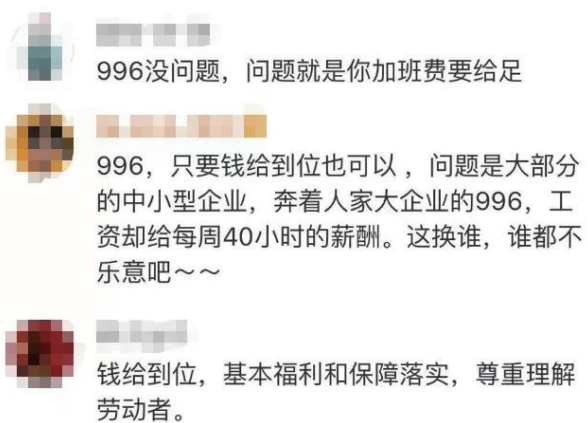
近日，人社部、最高法联合发布第二批劳动人事争议典型案例，在其中一宗典型案例中明确“996”（指“工作时间为早9时至晚9时，每周工作6天”）严重违法违反法律关于延长工作时间上限的规定，应认定为无效。



早在2019年3月末，互联网公司程序员抵制996工作制度就一度冲上热搜，在一些企业，“996”成为常态；在一些行业，“白加黑”“5+2”成为一种工作氛围。

这一次，以这么高的规格指出996违法，“996”似乎很快将成为历史。

然而说到“996”工作制，网友并非一面倒地批评，也有人无奈、有人表示理解，称只要给够加班费，996没问题。



事实上，此前字节跳动关于“取消大小周”的调研中，就有三分之一的员工表示反对，有人坦承如果取消了大小周，自己每年损失10万元收入，“我当初加入字节，这部分收入是算在薪酬总包里的。”

一些自称字节跳动的员工在脉脉上发帖称：加班两个月，我一个月的房租就有了，为什么不加班？

劳动法第三十六条规定：国家实行劳动者每日工作时间不超过八小时、平均每周工作时间不超过四十四小时的工时制度。而按照“996”的计算方法，每周要工作72个小时，足足高出了法律规定工作时长28小时。很明显，这极大增加了职工的劳动强度，对于劳动者的身心都会造成压力。

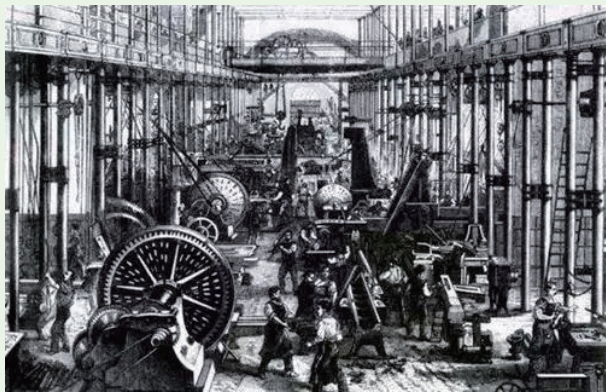
要知道，我们曾经为了争取8小时工作制，付出了多大努力。今天，小编就带大家复习一下8小时工作制的由来。

随着工业革命快速铺开

工厂残酷、劳资矛盾紧张

八小时工作制其实最早由空想社会主义者罗伯特·欧文于1817年8月提出。他还提出了一个口号，“8小时劳动，8小时休闲，8个小时休息”。

罗伯特是八小时工作制的提出者，但真正将这一制度落实到所有人依靠的却是广大工人群众和工会的持续斗争，八小时工作制才成为被世界广泛接受的工时制度。



19世纪，随着工业革命在西方的快速铺开，越来越

越多的劳动者被卷入了这场浪潮之中。不过，这也产生了一个问题：在农业时代，人们压根儿没有工作时间这个概念，靠天吃饭嘛，当然是有体力就上工，累了就歇歇，赶上刮风下雨干脆休假。

一旦从农民变成工人，工作的对象从土地变为机器，这事就变了。因为与人工作一段时间需要休息不同，机器是可以持续运转的，很多机器甚至必须尽量减少停机次数以延长使用寿命。

所以，在这种“人服侍机器”的工厂里，工人的上班时间被拉长到了令人恐怖的地步。在当时的美国，工人们每天要劳动 14 至 16 个小时，有的甚至长达 18 个小时。

马萨诸塞州一个鞋厂的监工说：让一个身强力壮体格健全的 18 岁小伙子，在这里的任何一架机器旁边工作，我能够使他在 22 岁时头发变成灰白。

当时的工厂之残酷、劳资矛盾之紧张可见一斑。

“八小时工作制”的诞生



1877 年五一大罢工便是在这种背景下产生的。当时工人们喊出的口号正是：“八小时工作，八小时休息，八小时娱乐。”“八小时工作制”的概念。

那么，这次声势浩大的五一大罢工是否真的给美国工人争来了“八小时工作制”呢？这实在很难说：的确，在工人的庞大压力下，美国政府迅速推出法案，规定企业需执行八小时工作制。

但问题是这纸法令很难落到实处——与笼统的法律相比，企业主们永远是精明而狡猾的，在法案推出后，很多工厂迅速推出了“计件工资”制度，即——你能拿到多少工资，是按完成多少工作量来结算的。

在这种制度下，你可以每天只干八小时，但代价是能拿

到的工资根本不够养家，所以大多数工人到头来还是得被迫“自愿”加班，以便填饱肚子。

如果这样发展下去，八小时工作制将永远只是个空想。好在后来，一个“奇迹”出现了。

第一个执行八小时工作制的工厂



人类历史上第一个开始主动执行八小时工作制的工厂，是 1914 年开张的福特汽车公司。令当时所有人感到匪夷所思的是，开办该公司的老板福特，不但严格遵守八小时工作制，甚至严令禁止工人们超时工作以换取加班费。

福特甚至数次在厂区发表演讲，要求工人们“有时间多陪陪老婆孩子，做个称职的丈夫和父亲”。他还许诺工人少加班不会影响工资——这倒是真的，福特公司给工人的日薪是每天五美元，是当时美国其他工厂的两倍。

再到后来，福特公司招聘时甚至定了条规矩：只要那些有家有室的男青年来做工，而不招收那些一人吃饱、全家不饿，有大量空余时间的单身汉。

让工人少做工，却发高工资，这不是傻吗？

但事实上，在这个“慈善举动”的背后，隐藏着福特作为企业家的精明算计：别忘了，福特的公司是第一家引入流水线模式生产的企业，工厂正是在他手中完成了从手工作坊式制作向流水线大生产的转型。这个转型意味着工厂对工人的要求发生了质变——在流水线上，每个工人必须高度集中精力，不断完成重复动作。

这个工作是相当累人而且容不得半点马虎的，一旦有一个环节的工人因为劳累过度而出了差池，很可能意味着当天的所有产品都将报废，这个损失，靠多剥削一点工人加班时间可是补不回来的。

在这样的背景下，福特有什么办法能让工人集中精力呢？当然是主动要求他们严格遵守休息时间，以期上班时能减少差错。

生产方式的革命，带来工作方式的转变，这其实才是“八小时工作制”得以铺开的真正原因。

无论是旧式工厂监工残酷的独白，还是福特老板感人至深的演讲，在这些不同言辞的背后，是技术的铁律在决定他们的行动。这个道理未来恐怕依然适用。

国际劳工组织

1919 年确立八小时工作日

推动社会正义 促进体面劳动



国际
劳工
组织

100



作为联合国系统历史最悠久的专门机构之一，国际劳工组织在 2019 年迎来了成立 100 周年华诞。其最初的愿景是为工人、雇主和政府建立一个基于社会正义的和平世界。

过去一个世纪中，劳工组织在促进体面劳动、保护劳工权益、保护弱势群体和妇女权益以及消除童工现象等方面发挥了重要作用。

您知道吗，是劳工组织最先通过 1919 年《国际劳工组织（行业）工时公约》在全球确立了八小时工作日以及最低休息时间：第一次世界大战后，8 小时工作制被 1919 年 10 月国际劳工会议所承认。新中国成立后，我国也实行这一制度。

同时，劳工组织还通过《生育保障公约》等国际文书，建立起不应少于 14 周的妇女生育国际标准。

国际劳工组织 1946 年成为联合国专门机构之一，总部设在瑞士日内瓦，目前拥有 187 个成员国。

一次劳大和八小时工作制

我国革命年代，工人身受帝国主义、封建势力和资产阶级三重压迫，生活如牛马。

1922 年，各地工人运动如火如荼。中国劳动组合书记部成立之后，工人运动局面焕然一新。共产党认识到，要有一个统一的组织指导开展工人运动。

鉴于此，中国劳动组合书记部遂发起了第一次全国劳动大会。

1922 年 5 月 1 日，第一次全国劳动大会在广州召开，宣言中说：

我们做工的时间太长了，我们再也不能为着资本家——我们的敌人——的利益来累死，我们宁可奋斗而死；我们再不能忍住我们的饥饿了；我们再不能让那些外国的或本国的监工们的手掌打到我们脸上；我们再不能看着资本家驱策那些亲爱的小孩子们死在机器旁边。我们决意也不让我们的自由完全被剥夺。所以我们要即刻联合起来，组成一个阶级的坚固的紧密的阵线，向着资产阶级和压迫阶级不断的奋斗。

第一次全国劳动大会上通过了一系列决议案，其中就有《八小时工作制案》。

八小时工作制是工人阶级同资产阶级长期斗争的结果，百年奋斗的成果岂可轻易摧毁？

中国青年报社社会调查中心曾联合问卷网对 1980 名上班族进行调查，结果显示，44.1% 的受访者认为过度加班会降低工作效率，让员工患上“拖延症”。可见，996 带来的收益，可能没有想象中那么大。

停止 996、大小周，剩下的时间我们可以去学习，增加以后升职加薪的筹码；去健身，让自己拥有良好的革命本钱；去谈恋爱，享受人生的美好时光……

何乐而不为呢？

（摘自：全国总工会）



中国人在秋天的八种情调，流淌千古

聆听秋蝉低吟浅唱，慢品秋虫轻轻的呢喃，品落叶知秋之韵，赏黄叶飞舞之淡泊。成熟而美丽的秋意情调，是八首流淌千古的诗篇。

1. 秋之相思

李清照《月满西楼》

红藕香残玉簟秋。轻解罗裳，独上兰舟。
云中谁寄锦书来？雁字回时，月满西楼。
花自飘零水自流。一种相思，两处闲愁。
此情无计可消除，才下眉头，却上心头。

李清照和赵明诚结婚后，夫妻感情甚好。

赵明诚出外求学后，李清照本来已因丈夫外出而有所牵挂，如今面对这样一个荷残席冷、万物萧疏的深秋景象，免不了触景生情，其思夫之情必然更加萦绕胸怀。

于是，所有的愁绪，横亘掌心，饮不尽，诉无言，似堆于眉心、挂在眼睑，却又无从舍弃。

“才下眉头，却上心头。”这种种愁绪，似在摇曳飘零的秋风秋雨里纷至沓来。

或许在李清照清冷孤寂的晚年，每每念及此处，也只有断魂的牵挂，在岁月的尘埃里愈显明晰透彻，了无尽头。

2. 秋之清丽

范仲淹《苏幕遮》

碧云天，黄叶地。
秋色连波，波上寒烟翠。
山映斜阳天接水。芳草无情，更在斜阳外。
黯乡魂，追旅思。
夜夜除非，好梦留人睡。
明月楼高休独倚。酒入愁肠，化作相思泪。

这首词作于宋仁宗康定元年（1040年）至庆历三年（1043年）间，当时范仲淹正在西北边塞的军中任陕西四路宣抚使，主持防御西夏的军事。

同样是描写羁旅乡思的离愁别恨之情，但范仲淹词中意境的阔大却极为少有。

词人描绘了一幅巨景，物象典型，境界宏大，气象空灵，因而不同凡响。

3. 秋之高洁

韩愈《幽兰操》

兰之猗猗 扬扬其香
众香拱之 幽幽其芳
不采而佩 于兰何伤
以日以年 我行四方
文王梦熊 渭水泱泱
采而佩之 奕奕清芳
雪霜茂茂 蕾蕾于冬
君子之守 子孙之昌

《幽兰操》只有短短的六十四个字，却韵味十足，汲取了史诗与英雄传说的浩渺气质，带着兰花冷漠的美艳，但又说着人生的变动和永恒。

《幽兰操》，最早相传是孔子所作，孔子游历众国皆不为所用，归途中见兰花独茂，停车援琴鼓之，曰：“兰当为王者得，今乃与众草为伍。”

并作《猗兰操》：“习习谷风，以阴以雨。之子于归，远送于野。何彼苍天，不得其所。逍遥九州岛，无所定处。时人暗蔽，不知贤者。年纪逝迈，一身将老。”

琴曲似诉似泣，如怨如愤，把孔子此时此刻的内心世界抒发得淋漓尽致，在兰的身上寄托了自己全部的思想感情。

韩愈的这首同名作品，正是为了唱和孔子，并在序中说：“孔子伤不逢时作。”

4. 秋之哀婉

柳永《雨霖铃》

寒蝉凄切，对长亭晚，骤雨初歇。
都门帐饮无绪，留恋处，兰舟催发。
执手相看泪眼，竟无语凝噎。

念去去，千里烟波，暮霭沉沉楚天阔。

多情自古伤离别，更那堪，冷落清秋节！

今宵酒醒何处？杨柳岸，晓风残月。

此去经年，应是良辰好景虚设。

便纵有千种风情，更与何人说？

柳永是宋代婉约词派的代表词人，他继承发展了突出男欢女爱，别恨离愁的婉约词风，剪红刻翠的“艳科”，旖旎温柔的“情语”，成了柳词的主题。

《雨霖铃》便是柳词中最能体现这种风格的杰作。

这首词主要以冷落凄凉的秋景来衬托情人难以割舍的离情。

可以看出，作者当时在仕途上失意，不得已离京远行，这种抑郁的心情和失去爱情慰藉的痛苦交织在一起，便谱成了这首词的主旋律。

5. 秋之静谧

王维《山居秋暝》

空山新雨后，天气晚来秋。
明月松间照，清泉石上流。
竹喧归浣女，莲动下渔舟。
随意春芳歇，王孙自可留。

《山居秋暝》是王维山水诗中的名作。

作者把山间秋天的月夜写得那么宁静而又富有生气。全诗的语言清丽，诗人把秋天写得很清新迷人，一反悲秋的格调。

松间明月，石上清泉，晚归浣女，泛舟渔人等等，都给人带入诗一般的境界。

像这样又动人又自然的写景，达到了艺术上炉火纯青的地步，非一般人所能学到。

6. 秋之空灵

屈原《九歌·山鬼》

若有人兮山之阿，被薜荔兮带女萝。
既含睇兮又宜笑，子慕予兮善窈窕。
乘赤豹兮从文狸，辛夷车兮结桂旗。

被石兰兮带杜衡，折芳馨兮遗所思。

余处幽篁兮终不见天，路险难兮独后来。

表独立兮山之上下，云容容兮而在下。

杳冥冥兮羌昼晦，东风飘兮神灵雨。

留灵修兮憺忘归，岁既宴兮孰华予？

采三秀兮于山间，石磊磊兮葛蔓蔓。

怨公子兮怅忘归，君思我兮不得闲。

《山鬼》不是屈原最重要的作品，但却是他作品中比较活泼灵动的一篇。

作品描写了一位巫儿去迎接山鬼的故事。山鬼就是一般所说的山神，因为未获天帝正式册封在正神之列，故仍称山鬼。

这首诗讲述的是巫山女神与其人间的恋人的爱情悲剧，在诗中，女神是山中精灵的化身，她秀美而纯真，痴情而热烈，与人间的男子相爱，最后却因人神相隔而最终破裂。

虽是一首叙事诗，但《山鬼》不仅成功地塑造了一个痴心、痴情的女子形象，而且创造了很美妙的意境，其情感人肺腑、催人泪下。

7. 秋之乐观

刘禹锡《秋词》

自古逢秋悲寂寥，

我言秋日胜春朝。

晴空一鹤排云上，

便引诗情到碧霄。

刘禹锡的《秋词》有两首，这一首最富有乐观基调。

全诗宛如一幅色彩瑰丽的秋日美景图卷，带给我们强烈的视觉冲击，秋之开阔，秋之自由，秋之绚烂，秋之壮丽，尽在诗句里一览而尽，全篇激荡着一股乐观的气势，让人称绝。

此诗不过四句，却一扫古来逢秋而悲的固化情绪，让我们领略了秋日里别有诗情的壮丽图卷，令人一读而身心沸腾，堪为佳作。

怀一颗从容的心看世界，行走于天地间，处处都是美

好。

8. 秋之豪迈

苏轼《水调歌头·明月几时有》

明月几时有？把酒问青天。

不知天上宫阙，今夕是何年。

我欲乘风归去，又恐琼楼玉宇，高处不胜寒。

起舞弄清影，何似在人间？

转朱阁，低绮户，照无眠。

不应有恨，何事长向别时圆？

人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。

但愿人长久，千里共婵娟。

明月是文人墨客最喜欢用来进行比喻的意向。

而苏轼此时正处在辗转各地为官的状态，在中秋之夜独居他乡，不能与亲人团聚，面对一轮明月，心潮起伏，于是乘酒兴正酣，挥笔写下了这首名篇。

“但愿人长久，千里共婵娟”典故出自南朝谢庄的《月赋》：“隔千里兮共明月。”

既然人间的离别是难免的，那么只要亲人长久健在，即使远隔千里也还可以通过普照世界的明月把两地联系起来，把彼此的心沟通在一起。

既然不能人生不能完美，那就只能带着豁达的情感来看世界，这也是一种豪迈的人生观。

（摘自：诗词世界）



历史性一刻！神舟十二号成功着陆！ 三名航天员状态如何？还要隔离？

你还记得“太空三人组”离开地面的日子吗？

“抛防热大底！”

“返回舱垂挂！”

“反推发动机！”

……

9月17日13时30分许，神舟十二号载人飞船返回舱反推发动机成功点火后，安全降落在东风着陆场预定区域。

据悉，这是神舟飞船首次在东风着陆场着陆。

神舟十二号返回舱舱门打开，医保人员确定，三名航天员状态良好。



乘组3人在太空工作出差90天，返回前，完成了货运飞船物资转移、天和核心舱组合体管理、大机械臂操作等工作，开展了两次出舱活动，并执行了多个领域的空间科学实验任务。

返程前需要做哪些准备工作？返回时需要完成几步？下一次发射又是什么时间？

返回前要做哪些准备工作？

工作收尾：检查，撤离，清理

与核心舱分离前，航天员乘组在地面人员的支持下完成各项返回前准备工作。

空间站就是太空旅店，需要进行包括对站内的物资物品进行梳理、盘点。

另外，为了后续旅客入住的方便、节省空间及任务保障的需要，必须要大扫除和垃圾清理，装入垃圾袋放入轨道舱，让它们随轨道舱坠入大气层销毁。

在返程前，也需要对相关设备和产品的状态进行检查，包括舱内压力服气密性检查以及通信头带的气密性的检查等，这对于将来返回时用的防护装备很重要。

各项检查完成，关闭货船、核心舱、节点舱舱门，进入神舟十二号，换上舱内压力服。

打包固定

乘组人员变身打包员，对返回舱物品进行收纳捆绑固定，因为返回时颠簸速度变化冲击很大，如果捆绑不符合要求，不仅会损毁，还可能对飞行任务造成难以预料的干扰。

航天员的返程行李，科学实验样品，包括采集的尿液、唾液等样本，都要带回地面进行分析。



▲ 聂海胜太空展示踩单车

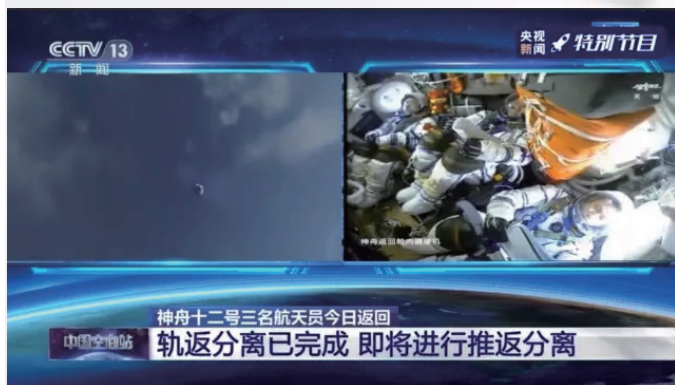
身体条件准备

加强身体锻炼，练好肌肉、骨骼和心肺，为返回和着陆再适应做准备。

返回地面需要完成几步？

返程的大体步骤包括：制动、滑行、再入、着陆、搜救。神舟载人飞船包括轨道舱、推进舱和返回舱3部分。

飞船返回过程中，首先与轨道舱分离，之后返回舱和推进舱利用反推减速，改变飞船姿态，进入返回地球的弹道，通过姿态调整在一定程度上控制返回落点范围。



▲ 推进舱与返回舱已分离

之后，返回舱与推进舱分离，返回舱带着3名航天员返回地面。

飞船再入地球大气层时，由于速度太快，与大气产生剧烈摩擦，变成了闪光的火球，周围产生等离子气体层，导致电磁波被屏蔽，形成“黑障”，使返回舱暂时与地面失去联

系。直到距离地表高度约40千米处时“黑障”消失，返回舱与地面的联系可再次恢复。



▲ 返回舱进入“黑障区”

紧接着，就是回收着陆阶段。

当返回舱距离地球约10公里时，开始回收着陆作业，打开降落伞，抛掉返回舱的防热底，在距离地面1米左右时，反推发动机点火，确保返回舱软着陆，最大程度确保航天员安全。

返回舱安全着陆后，其标位系统开始工作，指示自己所在位置，以使搜索救援系统及时发现目标，提高了救援的可靠性和实效性。

为什么选择在东风着陆场？

这也是首次在东风着陆场迎来太空返回的航天员。

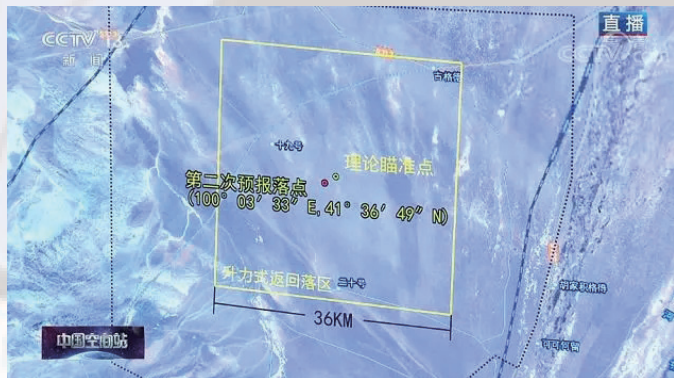
之所以降落在东风着陆场，是因为东风着陆场比四子王旗着陆场面积更大，在攻克了沙漠搜救技术后，东风着陆场具有地广人稀的优势，安全系数更高。



▲ 酒泉卫星发射中心东风着陆场（摄影：董延荣、贾天格、王振、胡毅）

东风着陆场系统，已完成了三次全系统搜索回收综合演练，并开展了多次针对着陆区域复杂特殊地形的搜救、野外生存等训练。

我国一般采用“空中搜救航天员，地面处置返回舱”的模式，这样可以实现“快速定位、快速到达、安全出舱”。返回舱抵达地面后，搜救系统第一时间确定位置并奔赴着陆点。



▲ 空中搜救回收分队到达预定区域

回来后还要被隔离吗？

刚落地时，航天医学专家会对航天员做医学监督和医学保障，结合航天员在轨期间采集的尿液、唾液等样品开展。

航天员返回后感受最明显的就是长期失重环境带来的不适应，航天员中心更有针对性地为航天员准备了恢复计划。

身体恢复分为医学隔离期、医学疗养期和恢复疗养期3个阶段。

第一阶段：医学隔离期

大概三周到四周，参照三级隔离制度，航天员与外界基本隔绝。

航天员会得到充分的休息和膳食营养，然后才能适度地活动一些上肢促进体液的再分布，改善心血管调节功能，并进行相关的理疗保健和身心调养。

航天员需再适应地球重力环境，提高心血管系统和支持运动器官功能，提高立位耐力，消除飞行后疲劳。航天员还会接受按摩或一些渐进式的运动等方式以恢复身心状态。

第二阶段：医学疗养期

这个阶段将维持大约20天至30天。

航天员将入住天气好、空气好的疗养院，在继续恢复健康的同时逐渐增加活动量。

第三阶段：恢复疗养期

这个阶段约3个月左右。

航天员各项生理参数将被恢复到飞行前的状态。如果3个月后航天员身体情况良好，就要开始正常的日常训练。

下一次去是什么时候？

神舟十二号刚返回，天舟3号接力续航。

根据载人航天工程办公室的消息，天舟3号已经整装待发，近日将择机发射。之后，预计10月份，将发射神舟十三号，届时3名航天员计划将在轨驻留6个月。高密度的发射任务让太空也变得忙碌起来。



临近中秋

回到地球后

三位航天员最想吃啥？

三人给出了不同的答案：

聂海胜最想吃襄阳的牛杂面

刘伯明最想吃老家的紫花油豆角

汤洪波最想吃的竟然是西瓜图片

除此以外

今天还是航天员刘伯明的生日

欢迎英雄凯旋

也祝刘伯明生日快乐！

（摘自：科普中国）

诗两首

仇士鹏

只有群星能够懂得星火

我相信

笔墨能酝酿星河，留痕丹青
诗行能承载雷电、山洪，喷发熔岩
让所有流进泥泞的泪与血汗被祝福
成全七月的赤红与九月的丰收

扎根在心房的感叹号大音希声
在言语之外留下红船飘荡过的涟漪
只有群星能够懂得星火与崭新的日月
只有党员能够实现复兴与强盛的使命

我把红旗插在经纬的节点，卷动风云
用党的光辉重新定义生命的底色与逻辑
每个站在群众影子里的人都是太阳
让人间拥有着永恒的光与热，源源不绝
于是雄鸡一唱，天下白

他看见了

他看见了

烟花与灯火辉映的盛世安康
人们衣食无忧，把小康纳入地平线
绝对贫困成了影子，被历史关上门

他看见了

这站起来了的中国，走过泥丸
强起来了，富起来了，美起来了
用镰刀与锤头谱写伟大复兴的乐章
喇叭响起，两个半球的经纬都要晃动

他看见了

万山红遍，层林尽染
改革开放和现代化建设如火如荼
东来的紫气为社会主义的光芒着色
中国特色成了力透时光的专属形容词

他看见了

我们哭着，笑着
他也笑了
和我们一起，热泪盈眶



让劳模成为青少年偶像

□ 何应洋

9月1日，陕西省西安市莲湖区庆安小学教育集团的同学们，开学第一课，来到西安市劳模精神展示馆，聆听劳模故事、感受榜样力量。（9月6日《工人日报》）

劳动模范是民族的精英、人民的楷模，是共和国的功臣。曾几何时，劳模不再是青少年崇拜的偶像。说起王进喜等劳模，他们是懵懵懂懂，一问三不知。谈到当红的歌星影星，则是津津乐道，如数家珍。不可否认，歌星影星对丰富人民群众精神文化生活起到了积极作用，他们良好的作风和技艺应当赞扬，受到青少年的追捧、崇拜无可厚非。但作为各行各业的劳模，他们身上集中体现出来的“爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新、淡泊名利、甘于奉献”的劳模精神，是社会主义核心价值观的最生动

诠释，是全社会最可宝贵的精神财富。无论是工作业绩，还是思想境界，皆领时代风气之先，他们才是我们这个社会真正当之无愧的明星，才更值青少年去崇拜。

令人欣喜的是，近年来，尊崇劳模的社会氛围日益浓厚起来。去年，中共中央、国务院印发《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》，要求“职业院校以实习实训课为主要载体开展劳动教育，其中劳动精神、劳模精神、工匠精神专题教育不少于16学时”。今年开学第一天，上海杨浦区齐一小学，请来了全国劳模张榜，他与同学们分享了自己为梦想而努力的故事，向全校师生形象地诠释了“劳模工匠精神”：立足好本职工作，勇于创新，勇于挑战，创造比别人更优

秀的成绩。（9月1日《劳动报》）

劳模是最美的劳动者。请劳模走进校园，把劳模精神纳入劳动教育，组织学生参观劳模精神展示馆，使一度黯淡的劳模重新热起来、劳模精神重新亮起来，这是对过去失衡价值取向的一次反拨。其意义不只是尊重了他们的劳动，肯定了他们的贡献，更重要的是确立了一种好的舆论和价值导向，对于人们特别是青少年树立正确的世界观、人生观、价值观，将起到一种积极的、鲜明的示范引领作用。

青少年阶段是人生的“拔节孕穗期”，最需要精心引导和栽培。期待更多的学生走近劳模，聆听劳动故事、职体味职业精神、感受榜样力量，扣好人生第一粒扣子，努力成长为担当民族复兴大任的时代新人。

万事功成德为先

□ 刘良军



国无德不兴，人无德不立。中华文明绵延五千多年而薪火不断、代代传承，一定程度上，正是道德发挥着支撑作用，凸显决定性力量，也由此形成中华民族独特的精神标识，引领国家、民族、人民不断从胜利走向新的胜利。奋斗新时代、奋进新征程，尤需我们每个人以德修身、以德润身、靠德立身，不负韶华、不负时代，于人生出彩、梦想成真的基础上，助力中华民族伟大复兴。

哀其不幸，怒其不争。也得看到，在全社会崇尚道德，大力弘扬、践行社会主义核心价值观的同时，违德、失德、无德现象也并不鲜见。比如一段时间以来，既有不良商家无视商业伦理道德，不惜掺假制假、以次充好，欺骗愚弄消费者，严重侵害消费者的合法权益，也有文人、艺人淡漠本应承担的社会责任，一朝出了名，便忘乎所以，甚至原形毕露，既有负公众的期望，也折射自身道德底蕴的缺失、道德素养的低下等等。

“德不配位，必有余殃。”正因为如此，对道德严重失规、失范，乃至违法乱纪者施以严格处分、严厉处置，实属应然且必然，也告诫人们，道德如水无形，却是内心里的法律，只有做社会主义道德的坚定信仰者、忠实实践者，才能与伟大祖国和时代一起成长与进步，事事顺心、万事如意。

德才兼备，以德为先。尤其对于为官从政者而言，更要深刻认识到“德”不仅是我们党百年来选拔任用干部的第一位要求，也是能干事、不出事，能出彩、不出局的基准基线。至少古之贤人一致认可，“观人必先心术，次才学。心术不善，纵有才学何用”，极言心术善良、道德纯正，才能为官一任，造福一方。事实也是如此，放眼当下，官员落网大多不是“才”方面出了问题，而是“德”的视而不见、极端背离，与党的性质宗旨格格不入，同党的初心使命南辕北辙。

“君子之德风，小人之德草，草上之风，必偃。”追根溯源，党风影响政风，塑造社风与民风。让社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德“飞入寻常百姓家”，使社会主义核心价值观见诸于人们日常生产生活的全过程各方面，应该、也必须紧紧抓住党员干部这一特殊群体，藉

由党员干部崇德向善、见贤思齐，带动身边群众返朴归真，明是非、辨对错、识美丑、知荣辱，终至高尚的人，纯粹的人，脱离了低级趣味的人，有益于国家、社会和人民的人。

习近平总书记指出，党员干部要崇尚对党忠诚的大德、造福人民的公德、严于律己的品德。“天下至德，莫大乎忠。”对党忠诚，是党员干部履职尽责、干事创业的根本，也是不变质、不变色、不变味的“压舱石”“定盘星”。否则口是心非、阳奉阴违、表里不一，只能是“两面派”“伪君子”。江山就是人民，人民就是江山，打江山、守江山，守的是人民的心。党员干部的特殊身份，决定了其价值追求只能是持续增进群众的获得感、幸福感和安全感，而不能既想当官，又想发财。“己不正，焉能正人？”“子帅以正，孰敢不正？”党员干部只有严于律己，才有公信力，才能振臂一呼，纷至沓来，而不是喊破嗓子，应者寥寥。明大德、守公德、严品德，党员干部便如同耸立的标竿，让群众知所趋附，有所指望。

“靡不有初，鲜克有终。”实事求是地讲，党员干部之所以能成为党员干部，无不刚开始品学兼优、德才兼备，深受组织信任、群众信赖。而为何一直往前走，竟然先进性和纯洁性不再？答案只能是道德修养只有进行时，没有完成时，不可能一蹴而就、毕其功于一役。换言之，道德素养、道德品质、道德情操不会随着党龄的积累而与时俱进，不会随着职务的升迁而水涨船高，必须慎终如始、始终如一，时时修炼、勤于磨炼、严格淬炼。“苟日新，日日新，又日新。”以日拱一卒的精进、日积月累的精炼，才能德位相配，如日中天。

“德者，人之所得，使万物各得其所。”本质上言，强调言应有德、行必守德，传承弘扬中华优秀传统文化，勠力践行社会主义核心价值观，实基于道德乃人生于世，如何为人处世的内在规律、基本原理。党员干部守德，就能永葆公仆之心，永行公仆之事；社会各界守德，就能“授人玫瑰，手有余香”，带给他人以温暖，留给自己以温馨。由此各美其美，美人之美，美美与共，方能推动文明的传承，促进社会的进步，创造明天的美好。

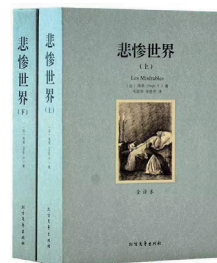


《约翰·克利斯朵夫》： 给自由勇敢的灵魂

19 到 20 世纪的法国文学，大师级作家和旷世经典不断涌现，在世界文学舞台上产生了经久不衰的影响力。法国文学独特的感染力，曾经让习近平总书记感觉到“一种爆发性的震撼力量”。

2014 年 10 月 15 日，习近平总书记主持召开文艺工作座谈会时，曾经如此回忆：“我青年时代就对法国文化抱有浓厚兴趣，法国的历史、哲学、文学、艺术深深吸引着我。我们年轻的时候，法国的很多书籍都翻译过来了。司汤达的《红与黑》很有影响，但对人世间的描写，还是要算巴尔扎克、莫泊桑的作品，像《人间喜剧》的影响就很大。最让我震撼的是雨果的作品，《悲惨世界》《九三年》都是以大革命为背景的。我看《悲惨世界》，读到卞福汝主教感化冉阿让那一刻，确实感到震撼。伟大的作品，就是有这样一种爆发性的震撼力量，这就是文以载道。再有，就是罗曼·罗兰的《约翰·克利斯朵夫》。法国的画家有一大批，像莫奈、塞尚、德加、马奈等，音乐家有比才、德彪西等，都让我印象深刻。”

习近平总书记提到的一系列法国文学作品，大部分是 19 世纪的杰作，唯有《约翰·克利斯朵夫》是在 20 世纪，即 1912 年完成，当时它甫一出版就接连获奖，荣膺 1913 年的法兰西院士文学奖和 1915 年的诺贝尔文学奖。这部罗曼·罗兰的“第一杰作”打动了欧洲、中国乃至全世界千千万万读者真诚的心，“哺育万千青年”（傅雷先生致罗曼·罗兰信中语）。跻身世界文学经典殿堂的作品大多非常“高龄”，为什么这部仅有百岁的法国小说，能得到习近平总书记和很多中国读者的喜欢呢？





罗曼·罗兰
1866—1944

交响乐中贝多芬式的英雄

罗曼·罗兰的《约翰·克利斯朵夫》，是耗时 20 年写成的一部“长河小说”，堪称史诗般恢宏的作品，据说书中主人公克利斯朵夫是以贝多芬为原型而创造。小说描写了诞生在莱茵河畔的德国音乐天才约翰·克利斯朵夫的一生，从他出生，受到音乐教育，到成年后在欧洲各地动荡的生活经历和精神探索，再到最后归隐。这部长篇小说的主人公是音乐家，然而翻译这部小说的傅雷先生提醒读者：“尤须牢记的是，切不可狭义地把《约翰·克利斯朵夫》单看作一个音乐家或艺术家底传记。”克利斯朵夫是一位贝多芬式的英雄，他在磨难的一生中不断探索音乐的最高境界，最终实现灵魂的自由，进入精神世界的和谐。

因应着小说的音乐家主人公，这部小说的结构不是以逻辑为先后，而是以艺术的气氛和调性作为结合原则，全书共四册，相当于交响乐的四个乐章。

首先以黎明、清晨描写他感官与感情觉醒的少年时代，困窘和苦难的生活让他醒悟：他的一生必然有受难、有战斗，这就是他的命运——贝多芬式的英雄由此萌生。

然后，血气方刚的克利斯朵夫满怀激情

和憎恨，像堂吉诃德一样挥舞着长矛冲向社会和艺术中的谎言与虚伪，他发现了“德国艺术的谎言”，他大笑，他愤怒，继而失去宫廷和爵爷的庇护，为了自由和独立不羁的精神，因打抱不平犯下案子的他不得不逃离祖国，流亡法国、瑞士。

成年阶段他在欧洲各地认识很多朋友，奥里维给孤独的他带来终生不渝的亲密友谊，葛拉齐亚则是微笑的天使，他们富于诗意的柏拉图式爱情始终未能在现实中圆满。

音乐家克利斯朵夫不断研究各国艺术，他独立思考和创作，他的生命中交汇了德国、意大利、法国的文化音符，最终创作出伟大作品。

“创造才是欢乐”“创造是消灭死”“创造是唯一的救星”，这就是罗曼·罗兰用这部小说演奏的交响乐的基调。他最终实现的艺术不朽和永生，无不与超越现实局限的精神创造有关，在永不停歇的创造中，“英雄的种族再生”。

冲破黑暗奔向光明之境

克利斯朵夫是古往今来一切伟大而自由的心灵的象征，他的英雄主义直击现实、荡涤人心，从而感染每一个普通人。他的一生从未停止过精神探索和艺术创造，哪怕他曾经走过弯路、犯过错误，哪怕他内心也有卑下、软弱、矛盾与痛苦，却仍然在创造中实现了波澜壮阔的一生。

克利斯朵夫遭遇过许多黑暗时刻，而真正的勇士必须直面惨淡人生。当他在德国和法国犯下案子人生危机四伏的时候，当他所爱的萨皮纳、舅舅、奥里维遽然去世的时候，当他像《神曲》中的但丁在生命中途遇到大难关的时候，当他一次次面对孤独和绝境的时候，都能凭借不屈服的意志，在那些至暗时刻，在几近泰山压顶般的黑暗和毁灭中跨过阴影，朝着光亮的方向战胜自己、超越自己，逐渐进入光明的清辉倾洒之下的澄明之境。

傅雷先生写在汉译本扉页上的那段话，揭示了克利斯朵夫在黑暗与光明之间永不止息的奋斗：“真正的光明决不是永没有黑暗的时间，只是永不被黑暗所掩蔽罢了。真正的英雄决不是永没有卑下的情操，只是永不被卑下的情操所屈服罢了。所以在你要战胜外来的敌人之前，先得战胜你内在的敌人；你不必害怕沉沦堕落，只消你能不断的自拔与更新。”

在自拔与更新的克利斯朵夫身上，傅雷先生和万千读者洞悉了这部小说的真意：真正的光明必与晦暗相随相争并最终冲破黑

《约翰·克利斯朵夫》：给自由勇敢的灵魂

暗，真正的英雄必然能够克服卑下与懦弱走向自拔与更新。

在这个意义上，《约翰·克利斯朵夫》关乎我们每一个人，它是人类的一部伟大史诗，一部英雄的交响乐，这个英雄历经苦难却初心不改，勇敢冲破重重黑暗时刻，最终迎着光明走去。

世界公民和人类和谐

罗曼·罗兰是“土生土长的高卢人”，但《约翰·克利斯朵夫》的主人公却是一名德国人。这个身份设定是故意为之。德国人的身份，让克利斯朵夫具备德国质朴的精神，“具有贝多芬式的英雄意志”。然后罗曼·罗兰让他去到莱茵河彼岸，领受文雅而自由的法国文化的洗礼，最后在意大利文化中，克利斯朵夫找到心灵的归属地。克利斯朵夫的成长轨迹和精神探索呈现出欧洲不同文化的碰撞和交融，正如书中不断出现的莱茵河——这条横贯欧洲的巨流大河是贯穿全书的血脉。小说中的几个重要人物也具有象征意味，法国人奥里维和他的姐姐安多纳德代表着法兰西文化中的自由精神，意大利姑娘葛拉齐亚身上则体现了拉丁民族的现实精神和对美的追求。克利斯朵夫与他们的交往形成了德、法、意三国的欧洲“三重奏”。在欧洲读者看来，罗曼·罗兰因为梦想重构西方精神而被尊称为“欧洲的良心”。

但罗曼·罗兰的思想边界远非于此，克利斯朵夫是罗曼·罗兰眼中新人类的代表，他的一生实现的是由小我见大我，由个体走向民族，由欧洲趋向全世界、全人类的和谐。克利斯朵夫从一个不断奋斗的贝多芬式的英雄，成为不限于任何一种地域文化精神束缚的世界公民。罗曼·罗兰的很多作品，从非虚构类作品《名人传》到虚构类作品《约翰·克利斯朵夫》，主人公既不只属于特定国家，也不单纯属于欧洲。罗曼·罗兰孜孜以求的是让所有灵魂找到祖国，对世界公民来说，只有在人类命运共同体的伟大交响乐中，那些刺耳的不和谐才会被最动听的人类大和谐替代。

罗曼·罗兰的文学思想虽然不乏乌托邦的成分，但仍然是20世纪20年代的一颗最广博的心灵给予世界的珍贵馈赠。《约翰·克利斯朵夫》“墙内开花墙外香”的世界声誉，恰恰是书中世界公民意识和人类和谐追求合乎逻辑的发展结果。

罗曼·罗兰、克利斯朵夫与中国

据说，罗曼·罗兰在1925年1月写过《约翰·克利斯朵夫给他在华的弟兄们的公开信》，信中说，不管来自何方的人类，都是他的朋友、同盟者和兄弟。

罗曼·罗兰以世界主义和人道主义的胸怀，期待着与世界所有文明的会面 and 互动。他曾在1929年10月10日的日记中说，他特别期待听到的，就是来自遥远而古老的中国文明的声音。最近的档案资料披露，在《约翰·克利斯朵夫》出版之后的20世纪20到30年代，罗曼·罗兰曾与留学法国的多位中国青年友好往来，敬隐渔、梁宗岱、阎宗临和汪德耀曾到瑞士登门拜访大师，傅雷、李又然和张昊与他有书信往来。罗曼·罗兰对这些中国青年人亲切友善，他关心他们的文学、生活和工作，甚至在敬隐渔遇到危难时出资相助、用尽心血。他的爱才惜才，他对青年人的热心鼓励，在中法均留下了不少书信、日记的历史印痕，成就了中法文学交流中的佳话。

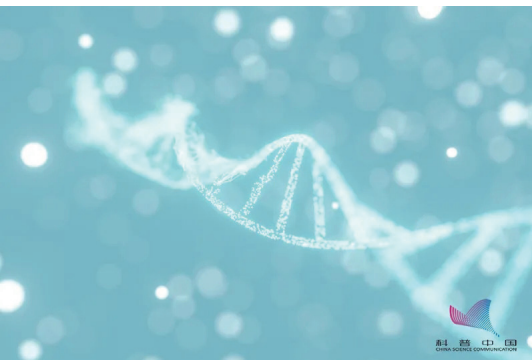
敬隐渔和傅雷两位先生都翻译过《约翰·克利斯朵夫》。傅雷先生信达雅的译文，不仅让这本小说具备了它应有的“英雄之躯”，更为其注入了“华夏之魂”。罗曼·罗兰所追求的人与社会、世界的和谐，经由傅雷先生翻译的洗礼后，恰恰是用文以载道的方式，与中国先哲的大同社会遥相呼应。

《约翰·克利斯朵夫》的扉页上写着：“献给各国的受苦、奋斗、而必战胜的自由灵魂。”大师早已知道，这部小说定然是“他乡有故知”。罗曼·罗兰与中国年轻的有识之士们的交往，是自由灵魂的相互吸引，也证明了他知行合一的伟大操守和世界主义的广阔视野。从那时起，到习近平总书记的青年时代，再到现在，不同时代的中国读者不断从《约翰·克利斯朵夫》中获得力量和启迪，正是克利斯朵夫那顽强奋斗的无畏心灵，正是在创造中获得精神自由的“吾道一以贯之”，在读者心中爆发出永恒的“震撼力量”。

（摘自：秘书工作）

《约翰·克利斯朵夫》：给自由勇敢的灵魂

为什么有人光吃不胖？



在我们周围，会有这样两类人——有些人每天挥汗如雨地运动着，难得吃顿大餐，但稍一多吃就胖了；还有些人则是一个十足的吃货，从早到晚嘴巴不停，但却怎么吃也吃不胖，非常的令人羡慕。

那为什么有些人可以“只吃不胖”，有些人却连“喝水都胖”呢？今天就为大家揭秘~

吃不胖的相关因素

1、基因

英国哥伦比亚大学的一组研究发现：一种名为 ALK（间变淋巴瘤激酶）的基因在抵抗体重增加时发挥了重要作用。它能调节大脑，同时还能通过整合和控制能量消耗，来调节新陈代谢。而大多数吃不胖体质的人都会有这种基因。

还有一项研究表明，肥胖与一种简称为 FTO 的基因有关，其专门管理人们的食欲。

简单来说，有这种基因的人从童年开始就会养成“吃饱了就一口也不多吃的”习惯，也就比较难吃胖了；而缺少此基因的人则会有“吃饱了还继续吃两口”的习惯，就相对更容易胖了。

2、基础代谢高

通俗来说，基础代谢就是你坐那儿一动不动时，身体维持正常血液循环、呼吸心跳等基本生理活动所消耗的能量。

人体主要是通过消化食物、基础代谢、身体活动这三个部分来消耗热量的。这其中基础代谢消耗的热量占到 65% 左右，而身体活动消耗的热量，只占到整体的 10 ~ 30%。

由此可见，与运动相比，基础代谢才是“耗能大户”，也就是基础代谢越高，越不容易长胖。

3、肠胃吸收不好、消化过快

消化好不好，营养吸收是否充分都会影响到机体状态。

当胃肠功能较弱时，消化吸收系统无法很好的运行，吃进去的食物很可能还没消化完全就被排泄出来了，人也就不容易胖起来，甚至很瘦削。

而消化系统太过发达，也可能造成机体瘦弱。一般进食后，机体在 1-3 个小时后才开始消化，但如果消化系统太过发达，刚进食完就可能处在消化过程中了，往往有消化快、代谢亢进、消耗过多的特点。因此，即便吃得多也很容易饿，人也不胖。

4、活动量太大

常见于重体力劳动者及运动员。由于运动量大，机体要消耗比常人更多的热量，因

此，即便看起来吃得比常人多，也不容易发胖。

多吃不胖，也可能是疾病征兆

还有一些人突然出现怎么吃都不胖，体重还直降的，则要当心疾病来袭：

1、甲亢

甲亢患者血液中甲状腺激素是高于正常的，而甲状腺激素能促进蛋白质、脂肪、糖原的分解。换句话说，甲状腺激素增多，人体代谢就变快，明明吃得多却会不断变瘦。

此类人群还会出现怕热出汗、心动过速、失眠、焦虑等不适。

2、糖尿病

糖尿病患者由于胰岛素缺乏造成体内的糖代谢紊乱，血糖并没有提供能量给细胞，进而加重了脂肪和蛋白的分解，所以患者经常会产生饥饿感，却日渐消瘦。

多饮、多食、多尿、体重减少这“三多一少”是糖尿病的典型表现，要注意识别。

3、消化系统疾病

如肠易激综合征、消化不良、慢性肠炎等人群。虽说胃是正常的，甚至可以吃很多，但由于营养在小肠的吸收利用率低，真正进入身体的热量很少，所以也不容易发胖。

此外，一些恶性肿瘤（如肝癌和胃癌）、结核病、慢性感染也会导致消瘦。所以一旦出现体重下降还伴有其它不适的，最好及时去医院检查，切勿忽视。

三招教你养成“易瘦体质”

1、科学增肌，提高基础代谢

基础代谢的变化跟个人的肌肉含量有很大关系。人体的肌肉含量越多，自身消耗的热量就越高。

所以想养成易瘦体质，需要多做增肌运动，如推举、深蹲、平板支撑、俯卧撑等，从而提高自身的基础代谢。

2、调节肠道菌群

肥胖与肠道菌群有关。肠道菌群可以通过调节代谢影响能量物质的吸收，还能直接调控脂肪的代谢与储存，从而直接或间接地控制机体的脂肪含量。

因此，维持菌群平衡也容易减少肥胖的发生，保持较好的体型。

常吃富含膳食纤维、果胶、抗性淀粉等“益生菌的粮食”，可以帮助促进益生菌的生长。

3、睡眠充足，抑制食欲

睡眠能够影响瘦素的分泌，而其能够帮助抑制食欲。

此外，睡眠不足还会造成体内皮质醇浓度升高，造成肌肉被分解，同时降低基础代谢！

所以，如果你想要瘦得再快一点，最好还是提前睡觉，最迟不能超过晚上 12 点睡觉，并且保证每天的睡眠在 7-9 个小时。



（摘自：科普中国）

在工作场所受伤， 都算工伤吗？一起了解



在工作场所受的伤，都是工伤吗？

不在工作时间内受伤，就都不能算工伤吗？

01

小王和小李在上班时，因为私事发生口角，在办公室扭打在一起，导致两人都受伤，可以认定为工伤吗？



不可以

虽然小王和小李是在工作时间和工作场所内受伤，但因为私事斗殴，不属于工作原因受到事故伤害，所以不能认定为工伤。

02

下班点刚过，老王在库房清点货物时，不慎被掉落下来的货物砸伤，可以认定为工伤吗？



可以

虽然老王受伤时不在工作时间内，但是在工作时间前后在工作场所内，从事与工作有关的预备性或者收尾性工作受到事故伤害的，所以可以认定为工伤。

03

小赵被领导指派去开车接人，从办公室走到停车场时摔倒受伤，可以认定为工伤吗？



可以

小赵在工作时间内，受到领导指派，满足在工作时间内和因工作原因受伤。同时，在来往两个工作场所的合理路线内，也应认定为工作场所，所以可以认定为工伤。

04

保安老李在值夜班时，发现有小偷偷东西，在阻止小偷时被打伤，可以认定为工伤吗？



可以

老李是在工作时间和工作场所内，因履行工作职责受到暴力等

意外伤害的，所以可以认定为工伤。

05

小张订了许多私人快递到公司，收快递时不小心摔伤，可以认定为工伤吗？



不可以

虽然小张是在工作时间和工作场所内受伤，但取私人快递不属于工作原因受伤，所以不能认定为工伤。

06

老孙因心情不好，中午午休时大量饮酒，下午醉酒状态下工作，在车间操作不慎受伤，可以认定为工伤吗？



不可以

虽然老孙受伤满足工作时间、场所、原因，但在醉酒状态下，不得认定为工伤。

07

做好准备工作

小王在工作期间上厕所时因地滑摔伤，可以认定为工伤吗？



可以

上厕所摔伤虽非直接的工作导致受伤，但上厕所是必要的、合理的生理需求，与其正常工作密不可分，所以可以认定为工伤。

（摘自：全国总工会）

如何理直气壮地要加班费？ 最高法、人社部的“攻略”来了！



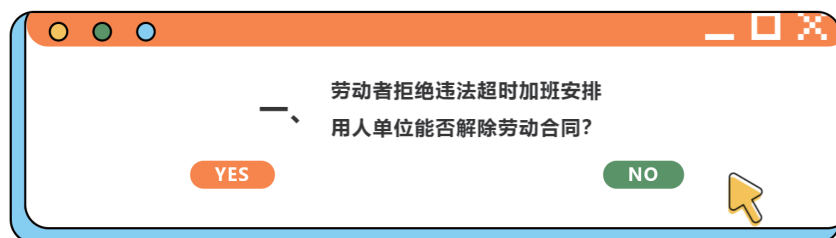
努力上班是很好，但小伙伴们更要注意身体健康哦~



我比较担心的是，小伙伴们加了班有没有加班费呢？



小伙伴们别急，近日，人力资源社会保障部与最高人民法院联合发布了第二批劳动人事争议超时加班典型案例，对于切实提高劳动人事争议案件处理质效，及时纠正用人单位违法行为，有效保障劳动者休息权及劳动报酬权具有重要意义。而今天，咱们就用3个案例帮助大家更加清楚得有效维权。



基本案情

张某于2020年6月入职某快递公司，双方订立的劳动合同约定试用期为3个月，试用期月工资为8000元，工作时间执行某快递公司规章制度相关规定。某快递公司规章制度规定，工作时间为早9时至晚9时，每周工作6天。2个月后，张某以工作时间严重超过法律规定上限为由拒绝超时加班安排，某快递公司即以张某在试用期间被证明不符合录用条件为由与其解除劳动合同。张某向劳动人事争议仲裁委员会申请仲裁。

申请人请求

请求裁决某快递公司支付违法解除劳动合同赔偿金8000元。

处理结果

仲裁委员会裁决某快递公司支付张某违法解除劳动合同赔偿金8000元（裁决为终局裁决）。仲裁委员会将案件情况通报劳动保障监察机构，劳动保障监察机构对某快递公司规章制度违反法律、法规规定的情形责令其改正，给予警告。

案例分析

本案争议焦点：

张某拒绝违法超时加班安排

某快递公司能否与其解除劳动合同？

《中华人民共和国劳动法》第四十一条规定：“用人单位由于生产经营需要，经与工会和劳动者协商后

可以延长工作时间，一般每日不得超过一小时；因特殊原因需要延长工作时间的，在保障劳动者身体健康的条件下延长工作时间每日不得超过三小时，但是每月不得超过三十六小时。”第四十三条规定：“用人单位不得违反本法规定延长劳动者的工作时间。”

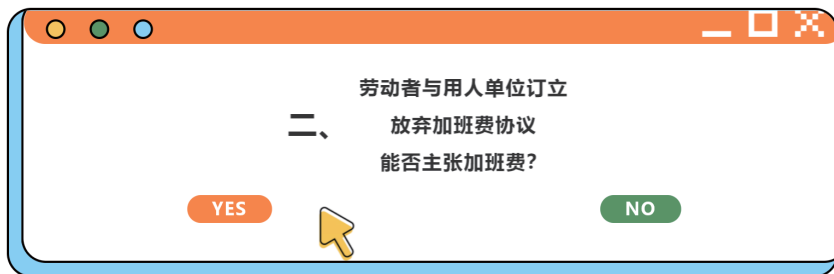
《中华人民共和国劳动合同法》第二十六条规定：“下列劳动合同无效或者部分无效：……（三）违反法律、行政法规强制性规定的。”为确保劳动者休息权的实现，我国法律对延长工作时间的上限予以明确规定。用人单位制定违反法律规定的加班制度，在劳动合同中与劳动者约定违反法律规定的加班条款，均应认定为无效。

本案中，某快递公司规章制度中“工作时间为早9时至晚9时，每周工作6天”的内容，严重违法法律关于延长工作时间上限的规定，应认定为无效。张某拒绝违法超时加班安排，系维护自己合法权益，不能据此认定其在试用期间被证明不符合录用条件。故仲裁委员会依法裁决某快递公司支付张某违法解除劳动合同赔偿金。

工会君有话说



《中华人民共和国劳动法》第四条规定：“用人单位应当依法建立和完善规章制度，保障劳动者享有劳动权利和履行劳动义务。”法律在支持用人单位依法行使管理职权的同时，也明确其必须履行保障劳动者权利的义务。用人单位的规章制度以及相应工作安排必须符合法律、行政法规的规定，否则既要承担违法后果，也不利于构建和谐稳定的劳动关系、促进自身健康发展。



基本案情

张某于2020年6月入职某科技公司，月工资20000元。某科技公司在与张某订立劳动合同时，要求其订立一份协议作为合同附件，协议内容包括“我自愿申请加入公司奋斗者计划，放弃加班费。”半年后，张某因个人原因提出解除劳动合同，并要求支付加班费。某科技公司认可张某加班事实，

但以其自愿订立放弃加班费协议为由拒绝支付。张某向劳动人事争议仲裁委员会申请仲裁。

申请人请求

请求裁决某科技公司支付2020年6月至12月加班费24000元。

处理结果

仲裁委员会裁决某科技公司支付张某2020年6月至12月加班费24000元。

案例分析

本案争议焦点：

张某订立放弃加班费协议后
还能否主张加班费？

《中华人民共和国劳动合同法》第二十六条规定：“下列劳动合同无效或者部分无效：……（二）用人单位免除自己的法定责任、排除劳动者权利的”。

《最高人民法院关于审理劳动争议案件适用法律问题的解释（一）》（法释〔2020〕26号）第三十五条规定：“劳动者与用人单位就解除或者终止劳动合同办理相关手续、支付工资报酬、加班费、经济补偿或者赔偿金等达成的协议，不违反法律、行政法规的强制性规定，且不存在欺诈、胁迫或者乘人之危情形的，应当认定有效。前款协议存在重大误解或者显失公平情形，当事人请求撤销的，人民法院应予支持。”

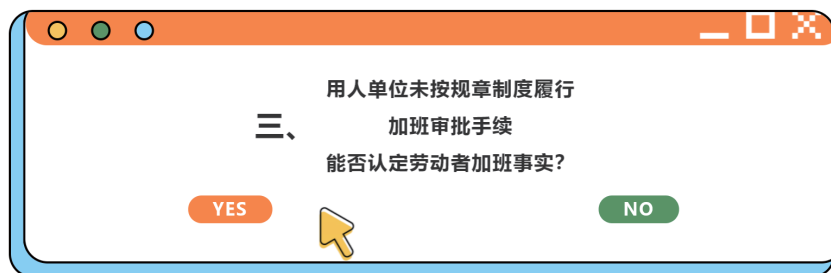
加班费是劳动者延长工作时间的工资报酬，《中华人民共和国劳动法》第四十四条、《中华人民共和国劳动合同法》第三十一条明确规定了用人单位支付劳动者加班费的责任。约定放弃加班费的协议免除了用人单位的法定责任、排除了劳动者权利，显失公平，应认定无效。

本案中，某科技公司利用在订立劳动合同时的主导地位，要求张某在其单方制定的格式条款上签字放弃加班费，既违反法律规定，也违背公平原则，侵害了张某工资报酬权益。故仲裁委员会依法裁决某科技公司支付张某加班费。

工会君有话说



崇尚奋斗无可厚非，但不能成为用人单位规避法定责任的挡箭牌。谋求企业发展、塑造企业文化都必须守住不违反法律规定、不侵害劳动者合法权益的底线，应在坚持按劳分配原则的基础上，通过科学合理的措施激发劳动者的主观能动性和创造性，统筹促进企业发展与维护劳动者权益。



基本案情

吴某于2019年12月入职某医药公司，月工资为18000元。某医药公司加班管理制度规定：“加班需提交加班申请单，按程序审批。未经审批的，不认定为加班，不支付加班费。”吴某入职后，按照某医药公司安排实际执行每天早9时至晚9时，每周工作6天的工作制度。其按照某医药公司加班管理制度提交了加班申请单，但某医药公司未实际履行审批手续。2020年11月，吴某与某医药公司协商解除劳动合同，要求某医药公司支付加班费，并出具了考勤记录、与部门领导及同事的微信聊天记录、工作会议纪要等。某医药公司虽认可上述证据的真实性但以无公司审批手续为由拒绝支付。吴某向劳动人事争议仲裁委员会申请仲裁。

申请人请求

请求裁决某医药公司支付2019年12月至2020年11月加班费50000元。

处理结果

仲裁委员会裁决某医药公司支付吴某2019年12月至2020年11月加班费50000元。某医药公司不服仲裁裁决起诉，一审法院判决与仲裁裁决一致，某医药公司未上诉，一审判决已生效。

案例分析

本案争议焦点：

某医药公司能否以无公司审批手续为由

拒绝支付吴某加班费？

本案中，吴某提交的考勤记录、与部门领导及同事的微信聊天记录、工作会议纪要等证据形成了相对完整的证据链，某医药公司亦认可上述证据的真实性。某医药公司未实际履行加班审批手续，并不影响对“用人单位安排”加班这一事实的认定。故仲裁委员会依法裁决某医药公司支付吴某加班费。

工会君有话说



劳动规章制度对用人单位和劳动者都具有约束力。一方面，用人单位应严格按照规章制度的规定实施管理行为，不得滥用优势地位，侵害劳动者合法权益；另一方面，劳动者在合法权益受到侵害时，要注意保留相关证据，为维权提供依据。仲裁委员会、人民法院应准确把握加班事实认定标准，纠正用人单位规避法定责任、侵害劳动者合法权益的行为。（摘自：深圳市总工会）





劳模精神 光耀神州

“爱岗敬业、争创一流，艰苦奋斗、勇于创新，淡泊名利、甘于奉献”的劳模精神，生动诠释了社会主义核心价值观，是我们的宝贵精神财富和强大精神力量。

——摘自 2015 年习近平总书记在庆祝“五一”国际劳动节暨表彰全国劳动模范和先进工作者大会上的讲话

劳动模范是民族的精英、人民的楷模，是共和国的功臣。1950 年，党和国家首次表彰劳动模范。70 多年来，各条战线英雄辈出，群星灿烂。特别是党的十八大以来，我国工人阶级和广大劳动群众在实现中国梦伟大进程中拼搏奋斗、争创一流、勇攀高峰，为决胜全面建成小康社会、决战决胜脱贫攻坚发挥了主力军作用。

习近平总书记指出，“长期以来，广大劳模以平凡的劳动创造了不平凡的业绩，铸就了‘爱岗敬业、争创一流，艰苦奋斗、勇于创新，淡泊名利、甘于奉献’的劳模精神，丰富了民族精神和时代精神的内涵，是我们极为宝贵的精神财富。”

如今，广大劳动模范和先进工作者充分发挥示范带头作用，不断丰富劳模精神的时代内涵，激励广大劳动群众争做新时代的奋斗者，推动全社会形成尊重劳动、劳动光荣的良好风尚。

劳动模范是劳动群众的杰出代表，是最美的劳动者

习近平总书记指出，劳动模范是劳动群众的杰出代表，是最美的劳动者。

劳动模范是广大劳动群众中的优秀代表。20 世纪三四十年代，中国共产党在陕甘宁边区等革命根据地发出“自己动手、丰衣足食”的号召，发起了以劳动竞赛为主要形式的大生产运动，涌现出一大批劳动模范，他们筚路蓝缕、艰苦奋斗，为生产自救、进行革命根据地建设作出了突出贡献。

1950 年 9 月 25 日至 10 月 2 日，新中国召开了全国

工农兵劳动模范代表会议，毛泽东等中央领导同志出席开幕式。会上，中央人民政府授予 464 人“全国劳动模范”称号。此后，《关于全国工农兵劳动模范代表会议的总结报告》提出，要“把评选劳模形成固定的制度”。

孟泰（右一）

检查他和工人们创造成功的自动“注油器”的质量（资料照片）。新华社发

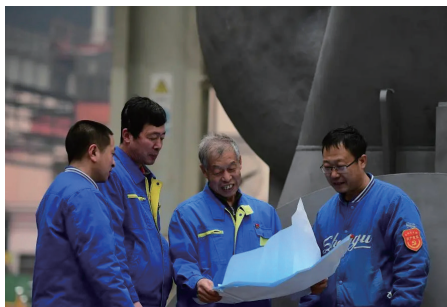


前进帽，中山装，粗粝的脸上带

着质朴的笑容——在鞍钢博物馆的英模展区，陈列着新中国第一代劳动模范孟泰的照片。新中国成立初期，孟泰组织人员进行联合攻关，先后解决了十几项技术难题，自制成功大型轧辊，填补了我国冶金史上的空白。

“宁肯少活二十年，拼命也要拿下大油田”的王进喜带领石油工人顽强拼搏，铁人精神成为激励各族人民投身社会主义建设的强大力量；“宁肯一人脏、换来万人净”的掏粪工人时传祥获得荣誉无数，仍每天背着粪桶在大街小巷穿梭……他们的事迹激发了全国人民自力更生建设社会主义的信心和热情，至今催人奋进。

改革开放，万象更新。党和国家号召尊重知识、尊重人才，充分肯定了知识分子的地位和作用，扩大了劳模队伍的外延，丰富了劳模队伍的内涵，涌现出以吴文俊、陈景润、蒋筑英等知识分子和科研工作者为代表的劳动模范。与此同时，“工人发明家”包起帆、“金牌铆工”杨建华、“专家型工人”李斌……一大批知识型产业工人的劳动模范勇立时代潮头、锐意改革创新，他们敢啃硬骨头、敢于涉险滩，在波澜壮阔的改革开放历史进程中绽放出夺目光彩。



杨建华（右二）在沈鼓集团车间和同事一起研究图纸（2021年3月11日摄）。新华社记者 杨青摄

中国特色社会主义进入新时代，更加注重弘扬劳模精神。党的十九大报告提出，建设知识型、技能型、创新型劳动者大军，弘扬劳模精神和工匠精神。从“铁路小巨人”巨晓林到“金牌焊工”高凤林，从“大国工匠”洪家光到“守护万家灯火的‘光明使者’”张黎明……他们把劳模精神、劳动精神和工匠精神融为一体，谱写了“中国梦·劳动美”的新篇章，让劳模精神在千千万万劳动者中赓续传承。

新中国成立以来，党和国家先后召开了16次全国劳动模范和先进工作者表彰大会，表彰全国劳动模范和先进工作者超过3万人次。劳动模范始终是我国工人阶级中一个闪光的群体，见证着勇攀高峰的坚定志向和坚韧品格，也是劳模精神的生动诠释者和最美传承者。

宛双正在测量工件。郑飞华 摄（九江新闻网）



全国各族人民都要向劳模学习，以劳模为榜样

劳动模范，是时代的领跑者。在不同的年代，一批又一批具有崇高精神和时代特色的劳动模范，激励着广大人民群众为民族的振兴、国家的富强而拼搏奋斗。

“爱岗敬业、争创一流，艰苦奋斗、勇于创新，淡泊名利、甘于奉献”，24个字，精准概括了劳模精神的丰富内涵，道出了劳动模范之所以能在广大劳动者群体中脱颖而出根本原因，为新时代广大劳动者群体提出了奋斗的目标和方向。

——爱岗敬业、争创一流，体现的是劳动模范的本色

和追求。

“我热爱高高的塔机，喜欢它那长长的铁臂、炽热通往天路的神梯，热爱钢铁般的气息。”谈到对自己工作的热爱，全国劳动模范、中国建筑一局塔吊工人王华曾以诗一般的语言表达了自己的心声。

干一行，就要爱一行，尽职尽责。三百六十行，行行出状元。工作岗位没有高低贵贱之分，只有贡献大小之别。从掏粪工人时传祥、公交车售票员李素丽，到水电工人徐虎、邮递员王顺友……无数个从平凡岗位上走出来的劳动模范，传递着鲜明的价值导向：劳动者只有立足岗位和本职工作，兢兢业业、精益求精，才会在为社会和国家作出贡献的同时，实现自己的人生价值，受到社会的广泛认可。

干一行，还要专一行，争创一流。早期的劳动模范产生于劳动竞赛，从一定意义上讲，劳动模范是“比”出来的。曾创造多项世界纪录的金牌工人许振超曾说：“咱当不了科学家，但可以练就一身‘绝活儿’，做个能工巧匠。”2003年，53岁的许振超和队友们以6小时27分钟的速度，卸完3400个集装箱，创造了单船效率339自然箱的新世界纪录，在全社会掀起了“振超效率”的旋风。

——艰苦奋斗、勇于创新，体现的是劳动模范的作风与品质。

艰苦奋斗，不仅是劳模精神的重要内容，也是中华民族的优良传统。“一勤天下无难事”，历年来的劳动模范，他们身上有一个共同点，那就是奋发奋斗、苦干实干。

奋斗，让只有初中文化的中铁一局电务公司电力高级技师窦铁成站在了技术最前沿，成为高级技师和知识型工人。从1999年起，那时已43岁的他从辨认一个个字母开始，练打字，钻研CAD制图软件，书写了近200万字的学习笔记，记满了90多本工作笔记，先后解决技术难题69项，并创造多项专利。

创造不平凡的业绩，勇于创新是关键。近年来评选出的劳模，高级技工、科研精兵的比重不断增加，知识型、创新型劳动者不断涌现。“多做一点点、创新一点点，日积月累，‘高原’才能成为‘高峰’，才能推动中国制造向中国创造转变。”全国劳动模范、中国电子科技集团公

司第五十四研究所钳工夏立说。

——淡泊名利、甘于奉献，体现的是劳动模范的境界与修为。

各个年代的劳动模范，都有一个可贵的品质：为了党和国家的事业以及人民的幸福生活，默默奉献着汗水和智慧。

不为名、不为利，一心一意干社会主义——这是全国劳模尉凤英始终坚守的信条。1953年到1965年间，她实现技术革新177项，重大技术革新58项，所获得的奖金全部被她用来购买科研资料、建图书馆，一门心思搞革新。

“劳模劳模，不劳动算什么劳模！”全国劳动模范、原山西省平顺县西沟村党总支副书记申纪兰几十年来从未停止过植树造林、绿化荒山的步伐。她带领村民坚持不懈植树播绿、修复生态，使昔日的荒山秃岭变成了草木葱茏的森林公园。

全国劳动模范、原交通部上海海运局海员杨怀远总是带着一根小扁担，上船、下船的时候，他用扁担将旅客的行李挑上挑下，义务服务38年，书写了为人民服务的“扁担传奇”……

习近平总书记指出：“全国各族人民都要向劳模学习，以劳模为榜样，发挥只争朝夕的奋斗精神，共同投身实现中华民族伟大复兴的宏伟事业。”

时代在变，但精神不变。“劳模精神丰富和拓展了中国精神的内涵，充分展现了我国新时代工人阶级和劳动群众的精神风貌，为实现中华民族伟大复兴的中国梦提供了强大精神动力。”中国劳动关系学院劳动教育学院院长李珂说。



位于山东自贸试验区青岛片区的山东港口青岛港前湾集装箱码头，数十艘外贸货船在装卸货物中心。新华网发（张进刚摄）

不断在新的起点上为党和人民创造更大业绩

自1950年第一批全国劳模诞生至今，劳模这一独具中国特色的社会荣誉，伴随着新中国的发展进步，影响了几代人的追求。

“劳模”中心词是一个“劳”字，关键是一个“模”字。“模”，体现了一种“示范”“楷模”的价值导向，体现了一种榜样的作用，意义就在于让广大劳动者学习和弘扬劳模身上的精神品质。在劳模精神的引领与影响下，一代代劳动者向劳模看齐、向劳模精神致敬，并以自己的实际行动践行劳模精神，汇聚起劳动托起中国梦的强大力量。

中国特色社会主义进入新时代，劳模精神不断发扬光大，并焕发出新的时代光彩。随着我国经济从高速增长阶段转向高质量发展阶段，需要更多知识型、技能型、创新型劳动者，也为劳动者、奋斗者实现人生出彩提供了广阔舞台。由此带来的变化是，“老黄牛”风采依旧，“技术精兵”谱写新曲。王进喜、时传祥、张秉贵等老一辈劳模感动了无数人，而“蓝领专家”孔祥瑞、“华夏第一炼钢工”郑久强等新一代劳模向“知识型、技术型、创新型”转变，他们身上的精神同样感召着无数人。

“我们在评选表彰中注重推荐产业工人特别是高技能人才，许多80后、90后的高技能人才已经成长起来。”中华全国总工会劳动和经济工作部一级巡视员闵迎秋说，当代工人既要有力量，还要有智慧、有技术，能发明、会创新，以实际行动奏响时代主旋律。

习近平总书记指出：“我们要在全社会大力宣传劳动模范的先进事迹，号召全社会向他们学习、向他们致敬。”“劳动模范要珍惜荣誉、谦虚谨慎、再接再厉，不断在新的起点上为党和人民创造更大业绩。”

一代人有一代人的使命，一代人有一代人的担当。随着时代的发展，劳模还将被赋予更多的时代内涵，但无论是生产者还是创业者，无论是讲社会效益还是讲经济效益，劳模精神的内涵历久弥新。

在全面建设社会主义现代化国家、实现中华民族伟大复兴中国梦的新征程上，我们更需要大力弘扬劳模精神、激发奋进力量，齐心协力创造新的伟业、谱写新的辉煌。

（摘自：人民日报）