

用家常话讲活大道理,让职工听得懂、记得住、受启发

“小板凳”宣讲队打通思想教育“最后一公里”

阅读提示

如何将大道理与基层职工的实际相结合,让理论宣讲变为润物细无声的思想引导?文中企业组建“小板凳”宣讲队,以短平快的方式、细小入微的切入点深入施工一线,以“接地气”“沉浸式”的工地理论课开展宣讲,把思政课讲好讲深讲活,让职工爱看爱听爱学。

“小板凳”宣讲队坚持用通俗的语言、生动的事例、鲜明的对比来增强感染力和亲和力,善于用家常话讲活大道理,让职工听得懂、记得住、受启发。先后在武汉、天津、郑州、成都等30余个城市组织近千场理论宣讲,覆盖5000余人次。

“讲得准”:精选多维度宣讲内容

该公司采取“上下互通”式宣讲路线,定制符合基层职工需求的“特色菜单”,通过基层调研、工作巡检、职工代表巡视等方式广泛收集基层意见建议,了解职工所需所盼,通过线上平台、职工信箱、电话热线等畅通反馈渠道,聚焦热点难点。

宣讲队通过系统、全面、及时、深入地讲解,引导职工感悟蕴含其中的立场观点方法,自觉武装头脑、指导实践、推动工作。党的二十届三中全会召开后,“小板凳”宣讲队第一时间深入施工一线,围绕政策热点开展宣讲188场,结合岗位要求和工作实际组织职工说变化、谈体会、话发展,畅谈理解感悟,谋划美好未来,推动党的创新理论学习

走深走实。

宣讲队结合实际制作口袋书、思维导图等,将行业发展趋势、企业发展战略、重点工作安排等第一时间传达到基层一线。用身边的道德模范、中国好人、时代楷模等典型人物冒着热乎气儿的暖心励志故事,讲好改革发展成就,用生动的故事、朴实的语言、真挚的情感,充分发挥示范效应,把理论政策讲到职工的心坎上。围绕重点工程和重大项目,开展系列主题宣讲,以参加建设的典型榜样事迹为鲜活素材,讲述其中不为人知的困难和故事,激发广大职工干事创业的激情。

宣讲队还邀请劳模工匠、业务达人、岗位能手、技术专家等,将行业规范、操作流程、经验教训等直达施工现场,讲解施工技术要领,分享实操技巧,助力职工业务技能提升。通过面对面地讲、手把手地教,职工的专业技能和综合能力得到持续提升。

“通过屏幕,我们可以看到塔吊周围360°全景画面,这个按键可以调整焦段……”在光谷智能网联产业研发生产基地项目,宣讲队成员、湖北省“金牌吊装手”罗俊正在地面上的驾驶舱为塔吊司机讲解5G塔吊远程控制技术。以实践+沉浸式讲解的方式,在工歇间隙为职工们快速“充电”,助力产业工人由“工”到“匠”,实现技能水平与个人发展的

新跃升,助力新时代产业工人队伍建设。

“讲得好”:打造全方位宣讲体系

宣讲队积极推进制度化规范化建设,通过统一形象标识,明确宣讲主体,规范宣讲流程,打造宣讲队伍,不断提升宣讲队的理论素养、文化涵养、知识储备,让宣讲更具感染力、专业性。

目前,该公司已组建27支“小板凳”宣讲队,拥有200余名宣讲员,他们中有参加上海“四叶草”方舱医院建设的农民工党员向舒华,有孝老爱亲、助人为乐的“中国好人”邹令冬,有蓝天救援队的“好青年”王琦……这些宣讲员之前是宣讲队的忠实听众,在参与过活动后被深深吸引,后来主动要求加入宣讲队,逐步形成从“一个人到一个团”的生动局面。

建立“小板凳”宣讲队人才库,做到“三个纳入”,即典型人物纳入,充分发挥全国五一劳动奖章获得者、向上向善好青年、青年岗位能手等榜样的引领示范作用,先后培育了肖帅、武超等一批“小板凳”宣讲队员;将演讲能人纳入,通过举办“身边的榜样”等演讲比赛,发掘出有真情实感、善于演讲的职工充实“人才库”;将外部专家学者纳入,邀请专家学者作为宣讲队特邀嘉宾,开展点单

式”宣讲,让宣讲更加专业,更有成效。

“讲得活”:创新零距离宣讲形式

“小板凳”宣讲队创新形式,把握贴近基层、注重实效的原则,以接地气、受欢迎的语言和形式,让基层理论宣讲活起来,切实做到“工会事事有思政、干部人人讲思政、工人处处学思政”。

以一名宣讲员带一张小板凳,一支小喇叭,一本宣讲册,一块小黑板的形式,因势利导,有效利用一线项目的空地空闲,采取围坐互动模式开展宣讲。利用职工碎片化的时间见缝插针,为其“充电打气”,无论是在办公室,还是配电机房、材料库房,或者生活区、工地纳凉亭,板凳一摆、现场开讲,成为充满泥土味的“学习课堂”。

宣讲人员将“书面语”变成“口语语”,将“理论文”变成“大白话”,突出宣讲的通俗易懂。宣讲队改进常规的读报告、念文件等形式,摸索出职工喜闻乐见的讲故事、写板书、小快板、唱歌曲等新方式,灵活采取互动式、体验式、案例式等丰富多样的宣讲方式,让理论宣讲内容更好地被职工群众理解、接受和运用。职工群众在哪里,基层宣讲的触角就伸向哪里,理论宣讲工作的着力点和落脚点就放在哪里,“小板凳”宣讲队深入一线,打通基层理论宣讲的“最后一公里”。

“注重打破宣讲人员与听众之间的输出输入壁垒,着力强化两者之间的互动交流,通过面对面的形式鼓励听众谈体会、谈想法、谈发展,在讨论交流中让广大职工更有参与感、存在感和获得感。”该公司党委副书记、工会主席代勇说。

G 心路

总喜欢精神内耗怎么办?

关注当下,接纳自己

读者来问

您好,快到年底了,工作量有些大,白天已经很累了,晚上躺在床上,我脑子里总是不停地复盘,想自己在单位什么环节做得不够好,哪些话不该说,常常失眠,第二天上班更疲惫,不知该怎么办?

山东 田川

专家心解

田川您好:

除了工作繁忙,你更多的是精神内耗。精神内耗是指人在心理上过度消耗精力和情感,导致情绪低落、焦虑、压力等负面情绪。精神内耗的人往往来回纠结于事情的对错、复盘事件的细枝末节,或反复盘算未来的风险、不确定性,极力试图规避风险或尝试掌控全局。

长期精神内耗,会对人的身心健康造成严重影响,可能出现睡眠障碍、食欲不振、身体不适等生理症状,还可能伴有社交隔离和自我价值感下降等心理问题。

职场中竞争激烈,工作压力大,难免会有一些内心的焦虑纠结,不过,为了身心健康,你应该尽快地让自己摆脱精神内耗。

首先,要关注当下,把握现在。将注意力集中于当下自己可以把控的事情。越把关注点放在眼前的事与人,对生活的掌控感就越高。当注意力过多集中于过去或未来、自我纠结时,则开始累积心理上的自我消耗,造成身心疲惫。

其次,要学会自我接纳。生活处处充满“意料之外”,越是排斥、抵触,越是难以真正摆脱负面影响。试着接受生活中会出现意外事件,接纳自己会有负面情绪、不足和不擅长的事情。

此外,可以寻找合适的宣泄途径,如与亲友交流、写日记、参与社交活动等,释放内心的压力。还可以培养兴趣爱好,将时间和精力投入到自己感兴趣的事物中,如阅读、绘画、运动等,丰富精神生活。

如果精神内耗已经严重影响到日常生活和工作,建议及时寻求专业的心理咨询或治疗。心理医生可以帮助识别和处理内心的冲突和困扰,提供有效的治疗方案,帮助走出精神内耗的困境。祝你早日接纳生活以及真实的自我,充实内心,好好感受当下的每一步。

重庆黔江聚焦解决群众身边小事

740余盏路灯照亮“夜行路”

本报讯 重庆黔江区聚焦解决群众“急难愁盼”问题,把地亮化工程作为一项民生实事加快推进,新安装一批太阳能路灯,一盏盏路灯照亮了山乡,为群众夜间出行带来便利。

在黄溪镇茶山村,一盏盏崭新的太阳能路灯沿着道路两旁和房前屋后分布,每当夜幕降临,路灯准时亮起,将村寨照得格外明亮。据了解,茶山村有不少院落是沿路而建,由于历史原因,一直没有安装路灯。今年,驻村工作队广泛征求群众意见,筹集资金10余万元,以院落为单位,为村里安装了130多盏路灯,解决村民夜间出行照明问题。路灯虽小,却关乎民生,连接民心。黄溪镇按照“经济节约、绿色低碳、提质增亮”的原则,当地持续完善农村公共照明设施,投入资金80多万元,新安装太阳能路灯740多盏,亮化道路70余公里,并安排专人维护保养,极大改善了3个村、社区的夜间照明问题,让民生实事落到实处。新安装的太阳能路灯,可以自动调节亮度,比传统的路灯更节能,直接受益的群众有7000多人。

“接下来,我们会继续实施村庄亮化工程,不断提高路灯的覆盖率,尽可能延长使用寿命,为群众营造明亮、舒适的出行环境。”黄溪镇党委书记、宣传委员张琼表示,“力争通过办好身边微实事,从小切口关注大民生,以惠民生落实暖民心。”(张洋洋)

浙江青田探索“五个一”模式

让新就业形态劳动者“新”有所属

本报讯 为进一步推动新就业形态劳动者融入基层治理,浙江青田县委社工部创新举措,通过“五个一”工作新模式,让新就业形态劳动者“新”有所属、“新”有所安。

服务大局,构建一个新家园。以城内五大社区为基础,全天候提供“身体休憩、心灵停靠”24小时“家”服务,制定“月有关怀、季有恳谈、年有评优”激励措施。开展趣味运动会、情暖中秋等活动。关爱凝聚,赋予一个新身份。健全社区志愿服务岗机制,组建“侨乡奔跑者”志愿服务队,为小哥赋予“移动网格员”“宣讲员”“侨卫士”“食安员”等多样化参与基层治理身份,引导新就业形态劳动者参与社区网格服务。规范建设,推出一个“小哥码”。通过“小哥码”验证身份,就能快速进入各目标地,帮助外卖员、快递员身份验证电子化、出行管理数字化、送单行为规范化。强化指导,组建一支专业团队。组建律师团和心理辅导团,为新就业形态劳动者提供法律咨询、开展法律法规宣传等服务,并畅通小哥心理诉求沟通机制,提供全方位、立体化的援助帮扶。融合发力,搭建一张亲情网。发布“服务网”地图,将辖区内零散分布的充电、停车、就餐、休息、学习等个性化服务点位串珠成链,一键集成小哥友好服务网,方便新就业形态劳动者按图索骥、快速获取帮助。(岳瑛)



日前,国网三门峡供电公司组织党员先锋队对城区内电力井盖、电缆检修口开展隐患排查,确保井盖破损、沉降、缺失等问题早发现、早整改,同时对电力电缆设备进行红外测温,及时消除电力设施安全隐患,共同守护市民脚下安全,确保迎峰度冬期间电力可靠供应。

幸福味道暖民心

2024年,吉林省各地采取公建民营、社会合作等多种形式推进建立助老餐厅,民政部门通过餐厅运营补助对低保家庭、老年人等特殊群体给予用餐价格优惠。为了让餐厅实现市场化、可持续运作,在优先保障老年群体就餐的基础上,餐厅面向社会开放,提供“全龄”服务。截至10月底,吉林全省各地已有近1000个助老餐厅投入运营。新华社记者 张楠 摄

在济宁能源集团义桥煤矿议事厅,职工的烦心事说了不白说

“工事共办”让职工呼声变掌声

求的渠道和平台。

“职工遇到烦心事,大家想办法共同解决,协调联动、工事共办,给职工更多话语权。工事共办就是职工遇到了困难事、烦心事,由工会牵头、协调推进,共同把职工诉求和期盼变为现实。”矿党委副书记、工会主席薛明奎向记者介绍说,自“工事共办”议事厅成立以来,每周末坚持开放式、面对面办公,认真听取职工心声诉求,持续加大对职工的关怀力度,持续开展“我为职工办实事”实践活动,截至目前已接待120人次,办实事解难题90余件。

增设充电桩、自助洗车房、24小时无人售货超市……在义桥煤矿,“工事共办”议事厅正在发挥着切实作用。

该矿在开通民声通道、热线电话等征集职工诉求渠道的基础上,成立工会主席接待办公室,办公室设在生产楼的一楼,门口还设有工会主席信箱,职工在班前会及考勤间隙就可以反映问题。

“工事共办”议事厅坚持问题导向,以解决职工诉求为出发点和落脚点,以构建和谐劳动关系、营造企业健康生产经营环境为目标,由工会牵头协调各相关科室,对职工诉求协商

办理,积极落实,形成解决方案,构建起了“工事收集—工事共办—结果反馈”的工作流程。

“职工宿舍阳台不方便晾晒被褥,我在‘工事共办’议事厅提出了矿区内安设被褥晾晒架的建议,很快被采用并实施。自己的‘小点子’能帮到大家,我很高兴。矿上还给我颁奖了,出谋划策的干劲更足了。”该矿卫生所职工李云霞高兴地说。

在义桥煤矿副井口,充填工区仲建国和工友讨论着澡堂的变化。“以前澡堂放水时间是固定的,我提出了根据升井时间灵活调整放水时间,矿上真把我们的建议当回事,立马就解决了。升井后泡个舒服的热水澡太幸福了!”

该矿通过工会主席接待日,职工信箱、热线电话等方式征集,职工用独特的角度和洞察力,建议涵盖企业管理、降本增效、生产经营、后勤保障等多个方面,为企业和职工解决了实际问题,改善了职工工作和生活环境,推动企业决策更加科学、民主。矿工会还将这些建议优中选优,设立“优秀职工建议奖”,定期组织评选并发放奖品,大大提高了职工建言献策的热情。

本报记者 田国全 本报通讯员 马辉

“新装的充电桩实实在在解决了我们的大难题,以后再也不用开车到处找充电桩了。”权凯是济宁能源集团义桥煤矿的一名职工,今年上半年,他通过煤矿“工事共办”议事厅提出了增设充电桩的建议,很快,矿上就组织开展科学规划和实地研判,增设充电桩50个,安装25台智能充电桩,有效化解了职工新能源汽车停车难、充电难的问题。

该矿调度指挥中心职工徐良向“工事共办”议事厅提出的建议是增设一个自助洗车房。“职工上班时间紧张,洗车排队耽误时间,洗车费用一次至少要二三十元,每年也是一笔不小的开支。”徐良说。

矿工会接到这一提议不久,就协调开辟一个专项区域,建成24小时自助洗车房,职工利用下班时间可以自助洗车,既节省了洗车费用,又节约了时间。

“工事共办”议事厅,是济宁能源义桥煤矿为了“及时了解职工诉求、用心解决职工难题”,于2023年11月设立的一个畅通职工诉求渠道。