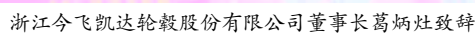
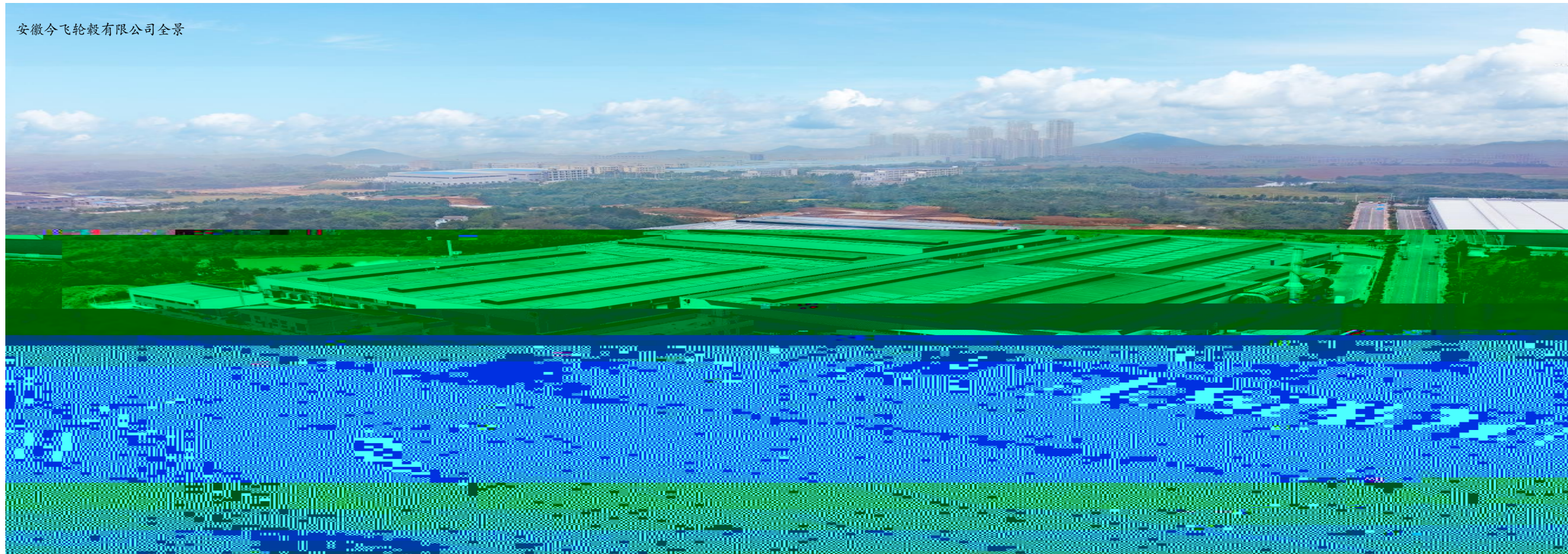


热烈庆祝中华人民共和国成立76周年

礼赞国庆
情满中秋



安徽今飞轮毂有限公司全景



喜报

云南富源今飞轮毂制造有限公司荣获
『2025 云南省民营企业 100 强』荣誉称号



```

0 1 2 ]      ° p q
r , 7 8 9 : _ 2 e [ •
] R S T U d e ,      “
j \ V W [ ” ] h i      ,
i % ^ _      ,
N      Y      e f
g °
      , + , - - . / 0 1 2
      R S | } ,      7 8
9 : ]      |      j °
      ,      N      ,
k
      | , R S
C ,      N
— 1 “ k f g ”      | e
+ , - - . / 0 1 2
      i w 7 8 9 : L T U [ \ ]
j      N      , $ % T
U e      w      C E , 1 M
N w P Q L      [ \ ] ^ _ ` a °
      G H C D      w $ %      7
8 9 : Y      e      , P
Q L R S T U , V W X Y Z [ \ ] L ^
— w      °      , 7 8 9 :
j      ,      %
      , i w 7 8 9 :      T U R
S N , V W N      ]      h i      ° 7
8 9 : L      N Y ,      N
Z Q ] j      ,      w + , - - . /

```


9月20日 周六 有幸参加了集团公司工会举办的 养身 健心 悦动 共筑职工健康生活主题活动 又一次深刻体会到了公司有温度 落到实处的人文关怀 主题活动上分享的运动和养生知识 让我眼前一亮 也在我心底种下一颗运动的种子 燃起一把迈腿的火焰 回想最近比较焦虑 下班后不怎么想动 在辅导作业时爆发的次数变多 之前因为孩子9月刚开学需要一段适应期 以及升入四年级作业难度加大 孩子未能跟上进度 讲解多次孩子未能听明白导致的烦躁 通过会上的分享 我意识到自己好长时间没有规律运动了 这是身体用信号提醒我要动一动了

想啥来啥 主题活动后 公司组建了 运动焕活力打卡群 说是想要相互监督的可以进群 一看到消息就毫不犹豫地加入了 会上进行分享的几位 老师 都用自己的亲身经历说明了运动和养生的好处 之前也看过类似文章 知道坚持运动和养生可以给自身带来很多红利 ！运动能"# \$ % & ' (有#) * 解+力和, - . / 运动可以0 1 心2 3能 0加大4 5 6 提升工作7 8 运动能9：；<=> ？ @；< A B的C D 运动能9：E F G H I J K L M N O 运动能9：P Q 3能 R学S T U明 运动可以V W X Y力 Z分% [的孩子作业7 8会提升 这是因为规律运动能\进大4]经 ^ _ ` 提a b c力和X Y力 运动时d生的多e f g h i上j k和;l k m是提a学n 7 8的关o因k p之 运动的好处有很多 q r工会这次 养身 健心 悦动 主题活动的s c 开t运动之u 这会v w x 2025年y z { 有一| }度 ~ •自己能比 年的自己有进！ " # \$ %是~ •能&带动' (的孩子)了* +之, {能有-一.能&坚持的运动/好

说0就0 1 2就g 3 r迈腿 4说 5 6开7难 8 9没运动 ：到500；时就<=>？有@ A难了 在B C D E提F下G G H I 过了# @之后J K L M一N O P坚持 1 Q R：！1公(提F E来了之后S F自己 T日\$ % R经U V 20% O P加W 1 B C提F Q R：！3公(的时X Y Y给自己@了一| 大大的Z 就这[一\：一\ H I 5公(y z ：U之后 又]了1公(进行* ^ 让心8 G G回_到日` a b c时 d C L e f g 心, h i j悦 这应k就是l m自我的n悦 o运动数p q r到 运动焕活力打卡群 后 s到 多群t的u v 相互监督 共w进!的<= x好 之后的y一z 要么：！ 要么！行 要么{ & | } ~ •和孩子一起进行 , 运动 ！"有z下r # \$ % & ' () * 来想r要么+息一z y, - U . 7的活之后看到群(大' 都在B #打卡 /未0 z ? 1 2 也, 3 4 5 6 g 7 8一9 U V 1日运动\$ %

开t运动的这N z s：{是;大的 <=] 6 g 看到了不一[的C> 不?是@ A的B>{是C C D D的@ A人和E @ A人 都是一道F G的C>H < I J ' K L健身 M N到位 健身O P Q R S T U N V W 15分X健身9 体Y公Z [在6 \]处都是^ !道和:道 _要想：说:就能：`次 深刻体会到了运动是为了a好地生活和工作 b时y z都在b I c地d e r工作和生活f g种不w的h D 运动这难'的i j时k 可以l下来听听自己&心的m E y z n给自己M一o?的时间p q r s Z分%M之后t u z可以a好地v入工作和生活 w• 在和孩子进行 , 活动的过x f 孩子y z r n悦的{ f以及| } ~的{ m<•了我 孩子z生是/运动和 的 y z一z . /的 业之后 进行适度% [很有 要 我'的运动U a 作业a X Y [在y z回到 ' 就= r自行+说要6 g *行 在 , 活动的时X { y 了一N E t y z回'前都要相互 明z几@来 适度的规律运动好处很多 ` 红利我{在G G B f

要么运动 要么 身体和心 p要有一|在上 我想以：!加 ! 力 | } M多种组 o运动加入日x U 进行y周3-4次的规律运动 / 带r孩子一起进行亲子运动 养孩子的运动/好 最" x m进入L运动 悦动 老师 说过 坚持比1度a 要 也在c < Q 运动焕活力打卡群 的群主 有 以及群t < Q大'的相互监督 ~ 没有 过U 我w：在@ A这 上：过d ：在 年A < = 的 和 为我 筑起的 5 (长生在J 下 长在 C (\$ k 为A 为信 作为一 通公L 也可以用我自己的 , 和 a x工作 用心生活 J L z下b / 业司` 职

文/

