

# 要工作更要生活 要薪水更要自由

## “工作生活平衡”渐成求职新趋势

本报讯(记者周琼)刚刚过去的这个周末,34岁的陈清昊没有像往常一样在办公室加班,而是来到人力资源市场上“领市面”,作为一家咨询公司高级管理人员的他,对自己下一份职业的定位是:工作生活平衡。记者注意到,近期出现在秋季人力资源市场上的“跳槽族”,不少是奔着“要工作更要生活,要薪水更要自由”的职业需求去的。

陈清昊告诉记者,触动他想要对职业生涯进行调整的,是生活中的一件小事:他出差期间,孩子因为意外受伤住院,当他回来赶到医院时,孩子却把他当成了陌生人,连一声“爸爸”也不愿叫。

当不少类似于陈清昊这样的“工作狂”,反思工作生活平衡点的时候,越来越多的年轻人,则将“要工作更要生活,要薪水更要

自由”深深植入自己的就业观。在多场招聘会现场采访时,记者注意到,与以前70后的求职者追求工资和待遇、80后追求发展空间和专业对口不同的是,90后的求职者将重心放在了自由上。记者采访了多名90后毕业生,超过三成的毕业生希望自己创业,因为这样比较自由,可以自己来控制工作强度和自由”深深植入自己的就业观。在多场招聘会现场采访时,记者注意到,与以前70后的求职者追求工资和待遇、80后追求发展空间和专业对口不同的是,90后的求职者将重心放在了自由上。记者采访了多名90后毕业生,超过三成的毕业生希望自己创业,因为这样比较自由,可以自己来控制工作强度和

据了解,“工作生活平衡”,通常指的是工作强度和家庭生活之间的平衡,还有娱乐生活平衡,甚至包括交通便利因素。近日,一家人力资源机构的一份调研结果显示:“获取生活与工作的平衡”已成为中国各城市职场人未来3年职业规划中的一项重要目标。在求职者越来越关心休息等软待遇的同时,过往诸多弘扬“加班文化”的企业,招人将会越来越难。

## “接地气”科技项目 惊艳鼓楼峰会

本报讯(记者余晓晨 通讯员鲍婷婷 姚焕杰)国内独家首创电动钢轨超声波轮式探头,监测速度是手动设备的15倍;餐饮社交APP不仅能分享美食体会,还能运用经济学算法实现即时聊天、拼单打折……近日,10余个创新创业项目亮相“创业·融资”2014年鼓楼峰会,吸引了50余家创投界、金融界和中介商务企业到会。

在项目路演过程中,记者发现,以往“高大上”的科技项目如今向着“接地气”转型,让普通百姓也能享受科研成果。海归叶宁带来了北斗微互联网平台项目,“高级游艇有现代通信,但是普通渔民无法负担,我们的产品就是面向渔民研发的。”叶宁介绍,用户通过平台可在手机信号覆盖不到的地方聊QQ、刷微博、发朋友圈,给家人报平安。

据悉,此次峰会除了资本对接与项目引进,还融合了高层次人才引进、企业融资、银企对接等服务。

## 道德讲堂总堂 明日举行第33讲

本报讯 宁波市道德讲堂总堂定于10月24日14:00举行第三十三讲,本期活动由市文明办主办、宁波原水集团有限公司承办,主题是敬业奉献。欢迎广大市民朋友积极参加。宁波市道德讲堂总堂地址:宁波市图书馆三楼报告厅。

## 李惠利医院“肩痛学校” 获业界认可

本报讯(通讯员吕方伟)在刚刚结束的“中国肩肘外科协作组委员会”全国会议上,李惠利医院创办的病人教育模式——“肩痛学校”,得到与会专家的赞赏和认可。

在此次会议上,李惠利医院骨科主任医师丁少华介绍了该院肩关节镜技术开展情况和他们创办“肩痛学校”的做法和经验。李惠利医院在重视“肩关节镜”技术发展的同时,注重对病人的宣传教育,帮助病人正确认识肩痛,走出防治误区,正确预防,正确治疗,促进康复。“肩痛学校”这种病人教育模式得到与会委员们的赞赏和认可。主任委员、北京大学崔国庆教授表示:“肩痛学校”的病人教育模式可以向全国推广。

据了解,此前,金华市中心医院、浙江省中医院、吉林省人民医院、哈医大二院、广西中医药大学附属瑞康医院等医院专程前来李惠利医院参观学习,并相继开办了“肩痛学校”。

## 好视力 好生活



昨日,海曙区月湖街道平桥社区邀请光明眼科医院专科医生免费为老年居民提供白内障等眼部疾病的专项检查,预防老年人眼疾疾病。(胡建华 谷叶 摄)

## 秋季,过敏性结膜炎高发

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员管昌燕)秋季是过敏性眼病的高发时期,空气干燥,粉尘类物质增加,具有过敏性体质的人容易发病。近期,来宁波爱尔光明眼科医院就诊的约1/6门诊病人患过敏性眼病,其中过敏性结膜炎占40%左右。

眼病专家马传民表示,人的眼睛与鼻子是通过鼻泪管相互连通的,因此,过敏性鼻炎可能会引起过敏性结膜炎,而有过敏性结膜炎的患者还可能产生鼻腔过敏症状,临床上称为过敏性鼻炎结膜炎。

马传民介绍,引起过敏性结膜炎的过敏原有很多,比如花粉、灰尘、湿冷空气、尘螨、动物毛发等极易进入眼睛的物质,另外还有常与眼部接触的香水、化妆品、药物、隐形眼镜及其护理液等。这些过敏原进入眼睛,会导致眼结膜肥大细胞释放出组织胺等致敏因子,而这些致敏因子又使局部毛细血管扩张,从而导致眼部产生红、肿、痒等症状。

眼睛痒,很多人会不由自主地去揉眼睛。马传民说,这种做法很不好,眼睛是身上较脆弱的部位,在揉的过程中可能损伤

周围皮肤,细菌便容易通过损伤部位进入组织,引起炎症。对于过敏性结膜炎的治疗,应在医生的指导下及时对症治疗。一经发现,立即到医院就诊,切不可自行购药、用药。马传民建议,对于过敏性体质的人应注意日常防护。要避免接触花粉、动物毛发等过敏原。要注意营养和锻炼,生活作息规律,增强体质。因为身体健康状态的改善,能使身体对抗过敏发作的潜能提高,并减少、减缓过敏发作。饮食以清淡为主,同时,要远离烟酒、辛辣等刺激性食物。

## 甬城进行时

http://weibo.com/nbrb

### #您播报#

@富春山居士202:宁波第一医院人行过街天桥大门10月22日开通了,市民看病可由天桥直接进入二楼,不用再绕来绕去。病人及家属纷纷为此点赞!

@宁波公共自行车公司:因海曙区背街小巷整治,10月23日起,公共自行车“第二医院东”网点暂时停用,市民可就近前往“中央花园”网点进行租车和还车。

### #每日读报#

《两岁半安徽女童突患白血病 小区居民两天捐出8万多元》(宁波日报10月22日第8版)

@Jason221982:宁波是一座充满爱心的城市,天一家园的居民,你们是好样的!为宁波这座爱心城市又谱写了一曲赞歌。希望女童能早日康复!

### #宁波微影#

@春萧萧:秋天里的一串红挺立于绿叶丛中,生机盎然。



(张敏 整理)