

两河漫话

放下手机 好好过年

□ 李丽

在现代生活中,手机已成为必需品,几乎人手一部,出门导航、挂号看病、买东西付款、单位打卡、学校布置作业,进楼刷电梯、进家开空调等,悠悠万事,似乎都离不开手机,5G技术的确给人们生活带来了极大便利。但手机依赖所带来的负面影响也逐渐显现出来,诸如青少年沉迷游戏影响学习,成年人三分钟不摸手机就会出现焦虑,还有彻夜刷屏带来的健康问题,此外,它还让亲人之间的高质量陪伴成为稀缺品。

近日,浙江省政协委员、浙江传媒学

院教授葛继宏向浙江省政协十三届三次会议提交《关于开展“放下手机 回归真情”社会倡议的建议》。当下,有关“放下手机”的话题讨论度正变得越来越高。钱塘区文明办决定在全区推行“放下手机”的倡议,并逐步在全区推广“无手机”场景;杭州多家知名餐饮品牌也大力响应《钱江晚报》“放下手机,从年夜饭开始”的倡议,打算在春节期间推出形式多样的活动,鼓励消费者在餐桌前放下手机,与亲友好好吃一顿年夜饭。看来,放下手机已成为许多人的期待,而且大家对于这一话题已不只局限于讨论,也着力将其付诸行动。

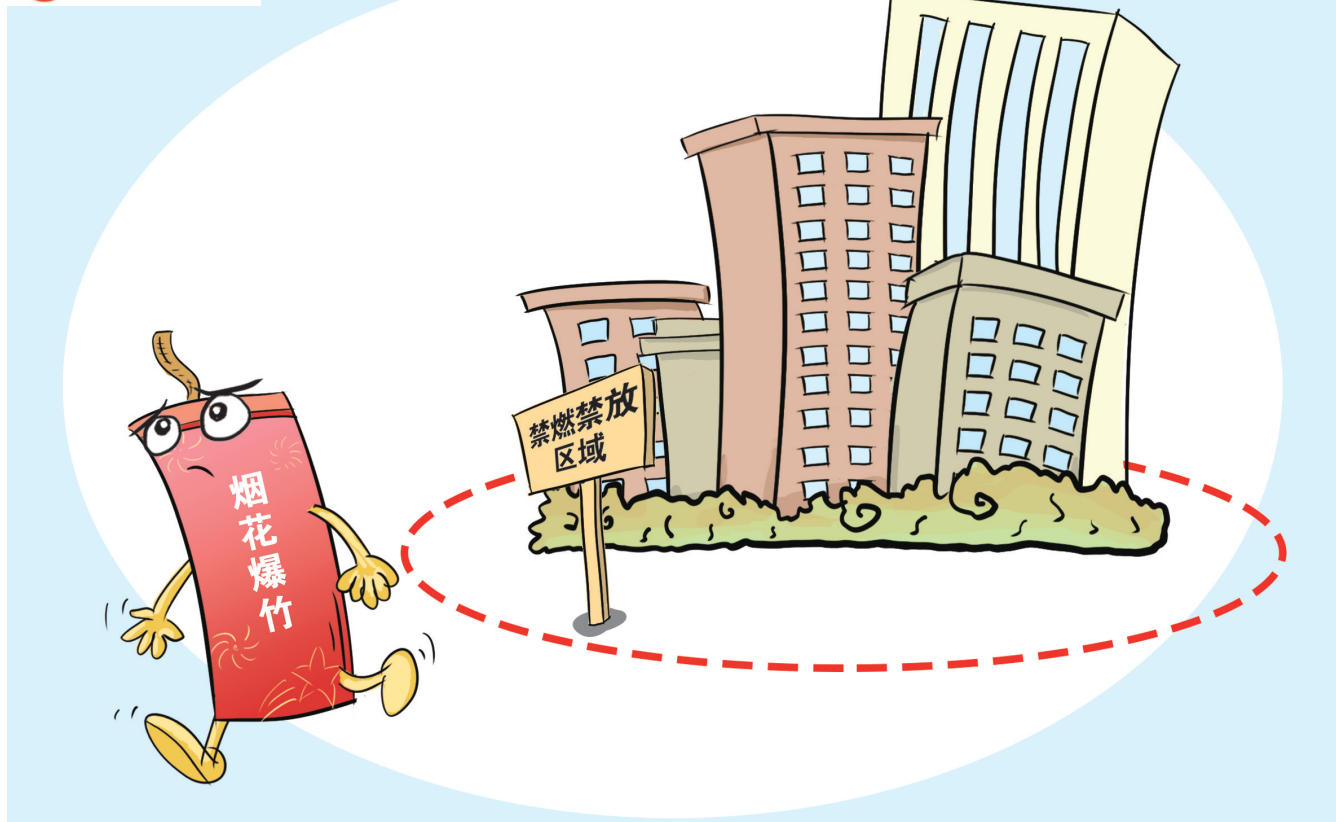
放下手机并不是一个简单的物理动作,而是需要心理层面的断舍离,需要将沉浸在网络世界的心拉回到真实生活中。

放下手机,找回那些曾因过度使用手机而忽视的亲情与温度。对于上班族而言,春节假期即将来临,放下手机,抽时间陪长辈唠唠家常、聊聊天儿,听他们絮叨絮叨从前那些事儿,让老人尽享儿孙绕膝的欢乐;放下手机,陪孩子做做手工、玩玩游戏,抑或看场电影、去户外打球做做运动,增加亲子互动,让孩子感受家长的温情,体验生活的乐趣;同学、亲朋好友相聚,放下手机,天南海北地侃

侃大山,拉拉呱儿、谈谈心,增加感情的同时拉近彼此间的距离;沏杯清茶,翻看一本喜欢的书,抛却外界纷扰,让内心彻底放松……春节如此度过,你会发现,生活中有太多的美好,值得我们用心去体会、去感受。

总之,要让手机成为我们生活的助力而不是负担,要让其真正地为我所用,让自己成为手机的主人。这就需要我们学会自律,想方设法减少对手机的依赖。放下手机从我做起,从年夜饭开始,这样我们才能更好地感受真实生活的质感和温度,让自己和家人更加幸福快乐。

画里画外



遵守禁燃禁放规定

辛政 作

有一说一

期待“妈妈岗”越来越红火

□ 侯莎莎

近日,东昌府区启动“妈妈岗”岗位征集活动,这些岗位将采用错峰上班、居家办公、非全日制等弹性工作制度,让妈妈们在照顾家庭的同时实现稳定就业,充分发挥自身价值。

岗位征集覆盖该区各类企业、机关事业单位、社会团体及民办非企业单位,优先考虑家政服务、电商、手工制作、客服、教育培训等适合女性的行业领域。

“妈妈岗”,这一岗位拥有灵活的工作时间、管理方式,一方面能够消除育儿妇女平衡工作和家庭的顾虑,为她们提供更多发展机会;另一方面也能为企业提供更为多样的用工选择,有效拓展妇女就业空间。

当下,许多全职妈妈并非不想工作,而是受限于家庭责任,难以找到合适的工作岗位。“妈妈岗”的出现打破了这一困境,让育儿妇女在照顾家庭的同时,充

分实现自我价值,提升家庭经济地位,增强社会参与感。

更重要的是,设立“妈妈岗”,不单是提供一份工作,还要从社会保障、劳动权益、企业责任等层面凝聚合力,为妈妈们提供更多发展机会。

要加快健全普惠安全的托育服务体系,有效补齐托育服务短板,加强对硬件设施、服务质量、食品安全等方面的监管,解除妈妈们的后顾之忧。

要加大社会支持力度。在这方面,很多地方做出了有益探索。比如,有的地方对提供“妈妈岗”的单位减扣增值税、城市维护建设税等相关税费;东昌府区也对参与“妈妈岗”设置且吸纳一定数量员工的用人单位,在政策扶持、荣誉表彰及媒体宣传等方面予以优先支持。支持女性创业者,为女性求职者提供法律咨询、就业指导、政策解读等服务;宣传就业性别平等、劳动维权、妇女儿童权益保障等相关知识,帮助求职女性快速找

到适合自己的岗位。

“妈妈岗”的顺利实施还离不开完善的劳动者权益保障。从山东、湖北、广东等地的探索来看,有的鼓励用人单位拿出部分专业技术和管理岗位设置“妈妈岗”,有的对符合条件申报“妈妈岗”的灵活就业人员实行社会保险补贴。签订劳动合同,缴纳社会保险,加强职业培训,提供多元选择……只有夯实劳动权益保障,保障妈妈们的合法权益,满足妈妈们的多元需求,才能让“妈妈们”在岗位上安心工作、获得成长,提升获得感和幸福感。

女性的重新定义不仅需要自身的智慧和勇气,也需要来自社会的支持。“妈妈岗”是一项温暖而富有意义的创新举措,它为育儿妇女打开了一扇通往职场的大门,也为育儿妇女实现家庭与事业的“双赢”提供了可能。相信在社会关照、保障不断完善的情况下,会有更多“妈妈”迎来属于自己的乘风破浪。

媒体观点

跟“人造神童”说拜拜

□ 王彬

中国科协近日印发《全国青少年科技创新大赛实施办法(试行)》,其中规定,不再接受15岁以下少年儿童参赛,不再对选手创新作品进行评价,对弄虚作假、他人过度参与、移花接木等违规问题实行一票否决制。中国科协青少年科技中心负责人进行解读时指出,该项大赛将破除“一件作品打天下”现象,对弄虚作假等违规问题实行一票否决制,确保竞赛公平公正。

不再接受15岁以下少年儿童参赛,可彻底截断低龄段少年儿童的家长动歪心思走捷径的可能性。不再对选手创新作品进行评价,而是注重现场考察和客观评价,着重考察选手知识应用、动手实践、创新思维、批判精神和团队协作能力,所指的就是“一件作品打天下”现象,但凡有问题的作品和参赛者都经不起这样的检验。

这就为全国各地类似比赛带了个好头,其导向意义和引领价值不容小觑。各类青少年科技比赛都不能再无动于衷,该有所行动了。

据《钱江晚报》

旅馆若守土有责 偷拍则无处藏身

□ 李霞

近年来,旅馆偷拍事件每每激起轩然大波。公众深感不安的同时,也不禁疑问:旅馆有无防偷拍责任?近日,广东省政府公布新修订的《广东省旅馆业治安管理规定》,规定“旅馆应当确保客房内没有安装偷窥、偷拍、窃听等设备”。

广东明确旅馆防偷拍责任,将已有法律法规中经营者应承担的安全责任细化,旅馆经营者甬想再揣着明白装糊涂。据报道,广州市多名旅馆行业从业者收到相关部门的通知后,表示将积极采取防偷拍检查措施。旅店积极承担防偷拍责任固然可喜,但具体的标准化流程还需进一步厘清。就像马桶需要“一客一刷”一样,旅店摄像头是否应该实现“一客一查”?针对偷拍乱象,监管部门能否将纸面善意落实为实际行动,防止一旦出事旅馆再扯皮?

广东是首个在旅游业治安管理规定中明确“旅馆防偷拍责任”的省份,但不应也不会是最后一个。期待更多地方、更多经营者能够承担起责任,把防偷拍当成应尽的分内事,牢牢守护住旅客的隐私安全。

据《北京晚报》