

《2020职场健康管理研究报告》发布,职场人普遍重视健康管理,三成受访者没有健身习惯

职场健康,您了解吗?

本报讯(记者张辉)今年年初的新冠疫情让人们对于健康重要性的认识再度升级。对职场人而言,职场健康的重要性不言而喻,这其中不仅包括身体健康,还包括心理健康等。10月28日,以“健康工作,健康经营”为主题的2020人民职场健康管理论坛启幕。论坛上,人民网研究院、舆论与公共政策研究中心依托北京外企人力资源服务有限公司的调查数据,围绕企业职场健康管理开展研究,形成并发布了《2020职场健康管理研究报告》。报告显示,职场人普遍重视健康管理,但三成受访者没有健身习惯。同时,与会专家还提醒公众应重视职场人的心理健康。

超七成职场人重视健康状况

《2020职场健康管理研究报告》是在对全国31省份2187名职场员工和1264家企业对健康管理问题认知情况进行问卷调查后得出的。报告显示,68%的受访者表示重视自己的身体健康状况,71.9%的受访者表示重视公司健康管理产品的购买情况。

“健康的身体关系着每个人、每个家庭,没有健康,遑论其他。”对于职场人身体健康,42岁的市民秦凯深有感触。今年以来,由于工作繁忙,吃饭不规律,他因为肠胃炎住了两次院,这不但给他增添了不少痛苦,还给他的工作带来了不小影响。“现在,我越来越重视身体健康了。”

此外,为保证员工身体健康,增强员工归属感,除医保外,一些企业还给员工购买了大病险等保险。报告也显示,超过半数的企业认为,在企业中开展员工健康管理工作能够提升员工工作效率和工作积极性,同时,也在为企业吸引人才、提升凝聚力、防控意外风险和不可抗重大风险等方面发挥着积极作用。

近三成职场人无健身习惯

报告还显示,目前,职场人关注健康管理主要以“健身运动”和“定期体



资料图片

检”为主,占比分别为50%和37%。

值得注意的是,与71.9%的受访者重视自身健康状况形成鲜明对比的是,报告显示,在每周的健身次数上,近三成职场人几乎完全无健身习惯。对于年度体检,也有近50%的职场人表示完全不会每年定期体检。此外,还有45%的职场人没有为自己购买任何商业保险。

对于该数据,有着十几年工作经验的市民高丽霞表示认同。“我身边很多人每天嚷着健身,办了健身卡,但基本上都是三天打鱼两天晒网,坚持健身的人非常少见。”高丽霞说,她认为,生活节奏快、没有时间是现代职场人不参加健身的重要原因。职场人边熬夜边喝养生茶,趁工作间歇活动一下肢体,已经成为职场人“养生”的常见模式。

职场心理健康同样需要关注

职场健康是指在职场生活中不会因职业因素导致身体机能减弱、出现心理问题及社会适应下降等的良好状态。除身体健康外,职场心理健康同样不容忽视。10月19日,西安一名男子离职后,在原单位制造两起凶杀案,导致四人死亡后自杀身亡。这一消息在网络上引发热议。而在网络上,类

似的新闻还有很多。

在此次论坛上,北京师范大学心理学部教授、职业心理健康领域权威专家、中国员工帮助计划开拓者张西超教授提出,“中国正处于经济社会快速发展与转型期,国民心理健康问题越来越成为影响经济社会发展的公共卫生问题和社会问题”。

那么,职场人应如何建设心理健康呢?

“我认为职场人要缓解压力,首先要做到正视压力的存在,不可刻意回避或忽视它的存在。”许昌学院心理实验室主任崔广立说,“其次,职场人要对自己能做啥、想做啥有清晰的认识,并尽可能专注于自己所擅长或喜欢的领域,不断提高核心竞争力,从中寻求成就感,缓解心理压力。”

职场人要适当降低对外部环境的期望。“工作环境、企业文化等是我们无法左右的事情,我们要从内在寻求提升,缓解焦虑。”

职场人不要放弃梦想。在疫情防控常态化的情况下,职场人应将家庭生活状况、工作情况等尽可能理清楚,并制定明确的目标,一步一步实现自己的梦想和价值,从而达到舒缓职场焦虑的目的。

今年以来,我省筹措支持就业资金88.7亿元

记者近日从省财政厅获悉,今年以来,我省通过“补、减、保”三字诀,累计筹措支持就业资金88.7亿元,减免社保费用288亿元,落实好重点群体就业创业政策,稳住全省就业基本盘。

该补的补到位。在财政收支矛盾加大的情况下,我省坚持有保有压,以财政的高质量投入换来全省就业工作的稳定发展。今年以来,累计筹措支持就业资金88.7亿元,大力实施职业培训补贴、公益性岗位补贴、社会保险补贴、吸纳就业补贴、创业补贴等各项促进就业创业政策,全力支持实施更加积极的就业优先政策,不断扩大就业增量。

该减的减到位。今年1月至8月,全省累计新增减税降费563.7亿元,2020年全年预计减税降费规模超过800亿元。我省全面落实党中央、国务

院先后出台的7批28项支持疫情防控和复工复产的税费优惠政策,积极落实企业社保费“减、免、缓、降、返”政策,稳定企业就业岗位。2020年2月至9月,全省共减免企业养老、医疗、失业、工伤4项社会保险费288亿元,大大减轻了企业用工成本压力,帮助企业维持正常生产经营,充分发挥企业吸纳就业主渠道作用。

该保的保到位。省财政将支持重点群体就业创业作为就业工作的重中之重,积极采取有力措施做到优先帮扶。

保大学生群体就业。我省严格落实中小微企业吸纳毕业生就业的社保补贴、税收优惠等支持政策,加大“三支一扶”、大学生志愿服务贫困县、大学生志愿服务西部等基层服务项目招募力度,完善求职创业补贴发放办法,

加大就业见习支持力度,多措并举为高校毕业生顺利就业“保驾护航”。

保农民工群体就业。加快省级农民工返乡创业投资基金运作,截至目前,基金共投资项目66个,投资金额75.87亿元,占基金投资总规模的89.3%,带动返乡农民工创业就业8.4万余人。

保困难群体就业。省财政厅今年制定出台稳定和扩大贫困劳动力就业创业12条措施,进一步支持贫困劳动力就业创业。统筹使用就业补助资金、职业技能提升行动资金、工业企业结构调整资金、扶贫资金等财政专项资金,加大公益性岗位开发力度,对贫困劳动力进行兜底安置,实现“应就业尽就业”,今年以来全省累计安排198万贫困劳动力就业。

(新华)

许昌许继昌龙电能科技股份有限公司

普工10名,20-35岁,月薪3000-4000元。

电气技术工程师5名,25-40岁,本科及以上学历,电气自动化等相关专业,月薪3000-5000元。

联系方式:0374-3212428/15637450000(徐经理)

郑州腾飞建设工程集团有限公司许昌分公司

施工员50名,男,18-35岁,大专及以上学历,月薪3000-5000元。

保安10名,男,18-35岁,高中学历,月薪2000-3000元。

联系方式:17639062613(周经理)

河南爱彼爱和新材料有限公司

采购专员/助理1名,25-35岁,本科及以上学历,3年以上采购管理工作经历,月薪4000-5000元。

成品质检员1名,25-35岁,本科及以上学历,月薪4000-5000元。

销售经理3名,男,25-35岁,本科及以上学历,具有同岗位工作经验3年以上,月薪5000-7000元。

联系方式:0374-2772516(吴经理)

许昌许继配电股份有限公司

质量管理经理1名,25-45岁,本科及以上学历,3年以上制造业品质管理工作经历,月薪6000-8000元。

销售经理1名,25-40岁,大专及以上学历,3年以上行业工作经验,月薪8000-10000元。

硬件工程师2名,25-40岁,本科及以上学历,自动化、电子信息或者计算机等专业,月薪5000-8000元。

联系方式:0374-3219201(姜经理)

中科御信科技发展有限公司

市场拓展经理20名,20-40岁,高中学历,月薪5000-7000元。

联系方式:15617252210(郭经理)

河南安师傅网络科技有限公司

电商售后客服6名,女,20-37岁,大专及以上学历,月薪3000-5000元。

联系方式:15038946777(苗经理)

许昌奥仕达自动化设备有限公司

钣金工5名,男,20-45岁,大专及以上学历,月薪4000-5000元

维修工2名,男,20-45岁,大专及以上学历,月薪5000-7000元

机械工程师1名,20-45岁,本科及以上学历,机械设计及其自动化相关专业,月薪4500-5500元

焊工5名,男,20-40岁,高中学历,月薪4000-5000元。

联系方式:15803742131(崔经理)

许昌京益求精科技有限公司

制造工程师15名,男,18-29岁,大专及以上学历,月薪4000-5000元。

平面设计2名,22-35岁,本科及以上学历,工业结构、三维设计相关专业,月薪5000-7000元。

安装工15名,男,20-30岁,大专及以上学历,月薪4000-5000元。

联系方式:15515686639(王经理)

(晨综)