

上海白领年终奖:人均13532元

调查显示列全国第三 满意度仅为 2.21

本报讯（首席记者 王蔚）“你的年终奖拿多少？”“你对年终奖满意吗？”“年终奖比往年多了还是少了？”春节前夕，各单位相继开启年终奖发放模式。今天，职介平台智联招聘发布上海及全国白领年终奖调查报告。在 11310 份有效问卷中，四成上海白领预计会拿到年终奖，但年终奖的满意度指数仅为 2.21。

刚刚过去的 2015 年，许多行业经历痛苦的转型。2015 年年中时智联招聘进行的白领跳槽指数调查结果发现，白领们对自己的年终奖信心较低，许多白领在秋季均有跳槽打算。半年时间过去，有没有年终奖、能拿到多少，到了见分晓的时候。此次调查显示，参与调查的上海白领中已经拿到年终奖的仅为 14.9%，另有 26.9% 的人表示企业承诺年后发放。总体来看，约四成上海白领能拿到年终奖，但金额却不太乐观。白领们对年终奖的满意度仅为 2.21（指数满分为 5），说明对年终奖不太满意。而从全国的调查来看，仅有约三分之一的白领预计可以拿到年终奖，年终奖满意度指数也仅为 2.07，均低于上海的水平。

相关链接

工龄越长 年终奖越多

2015年终奖或低于2014年

全国的调查数据显示，相对于 2014 年总体均值为 13613 元的年终奖，2015 年的年终奖总体平均值仅为 10767 元，年终奖整体水平有所下降。从不同行业来看，金融行业白领的年终奖平均数高达 1.7 万元，其次是能源/矿产/环保行业和 IT/通信/电子/互联网，年终奖平均数也超过了 1.4 万元；服务业的年终奖平均值最低，仅为 6102 元。

三成上海白领奖金孝敬长辈

在年终奖的使用规划方面，42.1% 的上海白领选择把年终奖存起来；其次是用来孝敬长辈，选择比例为 32.2%；再次是投资理财，占比为 23.4%。此外，购物（21.1%）和还贷（18.1%）也是上海白领选择较多的年终奖使用方式。 本报记者 王蔚

虹口广中路街道提升居委干部居民自治“领导力” “小巷总理”拜师复旦教授

社区新发现

1 月 20 日早上 9 时，早高峰时段，一辆环卫垃圾车堵住水电路 1013 弄小区的大门。一时之间，小区门口鸣笛声此起彼伏，闻声而来的居委干部、物业工作人员犯了难：老小区道路狭窄，私家车占道，垃圾车开不进小区，掉头吧，垃圾已经堆积如山；进门吧，碰到私家车要引起纠纷。怎么办？令人想不到的是，不到半小时，垃圾车就顺利开进小区拖走了垃圾。这是怎么回事？

建造于上世纪 80 年代末的水电路 1013 弄是个典型的老小区，道路狭窄，车位紧张。虹口区广中路街道灵新居委为调解纠纷疲于奔命。居委主任庞坚刚告诉记者，去年 7 月居委会班子改选后，街道组织 22 个新当选的居委书记和主任到复旦大学，围绕“居民自治与社区治理”主题进行一天的研讨培训。“有些事情我们也在做，但没有理论体系支撑，工作流程容易‘颠三倒四’。”庞坚刚说，就拿垃圾车的事情来说，以前也发生过类似事情，那时居委要协调环卫、物业、城管等多个部门，最快也要 2 天才能解决。这次几位热心“阿姨妈妈”主动联络占道的私家车主，垃圾车顺利驶入。

在研讨培训会上，第一位讲课人是复旦大学当代中国研究中心教授刘建军。庞坚刚说，冬季常常引发居民矛盾的小区晾晒问题，按照刘教授的指导，居委鼓励居民集思广益，共同解决晾晒资源匮乏的矛盾，再由居委会协调执行方案。问题解决后把经验分享给周边居民，达到“滚雪球效应”。“居委会搭台，居民上台唱戏，居民间说话比居委干部更‘中听’。”庞坚刚惊奇地发现，类似的矛盾第一次可能花掉 80% 的精力，而第二次只要花 50% 的精力就能解决。

去年 8 月到 12 月，广中街道几乎每个月都会组织一次面向居委书记、主任的培训课，从社会学、心理学到廉政教育，每次主题都踩准社会治理的“痛点”，提升居委干部“领导力”。培训中，居委干部还有机会与“达人”们面对面交流，达人中有带领居民圆了老旧小区“电梯梦”的 80 后居委会书记，也有利用互联网 O2O 技术提升自治管理能力的“老法师”，还有提倡用社工的方法做职业居委会干部的居民区“带头人”……

社区版记者 王弘 本报记者 袁玮

上海白领年终奖金额差异大

不超过 1000 元	占 13.5%
1001-5000 元之间	占 31.6%
5001-10000 元之间	占 22.8%
超过两万元	占 17.5%

年终奖哪个城市比较多

最高	杭州白领	平均超过 1.5 万元
第二	北京白领	平均为 14412 元
第三	上海白领	平均为 13532 元
最低	贵阳和烟台白领	平均不足 5000 元

冬季感冒不是冻的而是“动”的？

出汗受凉是冬季儿童感冒的导火索吗？



流感为何总是“大约在冬季”？天冷易冻要加衣，似乎已经成为了人们的惯性思维和常识。是否都是对的呢？

孩子是温室的花朵，稍有风吹草动，家长就把孩子捂着。一般认为，感冒是因为天气降温冻着了，所以家长拼命地给孩子添加衣服，裹得像个皮球似的。“要想孩子保平安，三分饥与寒”，这个道理谁都知道，可是到了自家的孩子，却很难言行一致。

孩子新陈代谢旺盛，喜动不爱静，汗腺较发达，怕热不怕冷。无论在家还是在学校，孩子间难免玩耍跑动，稍一动都会促进热量产生导致出汗，何况很多孩子经常处于停不下的活动状态。而汗腺分泌由植物神经（迷走神经）控

制，儿童的大脑神经系统发育尚不完善，还处于生长发育时期，尤其是三岁以下的小孩，体温调节中枢和血液循环系统发育尚未完善，容易出现出汗着凉的情况，从而引发感冒、腹泻、湿疹等常见疾病。

冬季，家长更要担心孩子的出汗问题。它就像一根隐形的拌索，很容易让家长忽视却又不得不提防。

诱发孩子感冒的一大误区：冬天不出汗，何来排汗需要？确实，冬季出汗往往不易被察觉。它不像夏季，大汗淋漓汗如雨下。

家长往往习惯于以自己的主观感觉来决定孩子睡觉的理想环境温度，可是孩子们却热衷于“踢被子”、“乱脱衣服”、“敞开衣服”。家长们在责怪孩子的时候，是否有想过：孩子为什么会有这些行为，是因为他们“不听话”吗？他们是蹬被子后冻着凉吗？

其实，这是孩子们的自然反应：出汗了，汗液浸到衣服里排不出去而不舒服。但孩子们这么做常常引起感冒，这是家长们都深有体会的。

孩子遇到过热的刺激，只有通过出汗，以蒸发体内的热量，来调节正常的

体温。孩子汗湿不舒服，就易“踢被子”，表面上看是蹬被子受冻着凉感冒，其实根本原因是出汗着凉感冒，根源在出汗不排汗。

这是因为出汗后，若不及时排汗，体内吸收汗液后体温便处在一个明显的下降过程中，就极易着凉感冒。所以，不少孩子冬天感冒往往不是冻着了，而是因孩子身体活动出汗后不能及时排出。

找到孩子冬季感冒的导火索

除病毒性交叉感染外，出汗受凉也极易引起小童感冒。尤其在冬季，感冒的导火索往往是孩子出汗未及时排出。其实产生病毒性交叉感染的感染源体，根源可能也是出汗受凉，比如在幼儿园，一些小朋友是被病毒传染感冒的，但最初感冒的那小朋友很可能是“出汗受凉”引起！

冬天气温低，家长往往一味地给孩子增加衣服，适得其反。孩子们天性好动，经常动辄汗出，厚厚的各种衣服捂在身上，一活动一身汗，穿脱极不方便，不换，汗捂在身上，还容易引起细菌滋生，换了一身凉透，特别是体外温度低，频繁的更衣易导致孩子着凉，这些都极易生病。

重庆市第三人民医院皮肤科副主任医师夏雨介绍，保暖内衣有的采用复合夹层材料制成，在两层普通棉织物中夹一层蓬松化学纤维或超薄薄膜，通过阻挡皮肤与外界进行热量交换，起到保暖效果。这种内衣透气性差，出汗后，汗液中的尿素、盐类等会附着在体表，不及时清除会引起皮肤瘙痒。（摘自《新华日报》2007年12月4日B6叠）

在欧美国家，同中国市场大不相同的是，他们一年四季的贴身衣物大都是非棉制品，更甚者他们似乎认为夏季衣物单薄温度高而冬季穿着厚实出汗更易排汗，在冬季更强调排汗功能的贴身衣，这也是在这些发达国家市场上很难找到全棉保暖产品的原因。

我们家长能够做的，就是选择排汗性好不贴身，不粘汗的儿童排汗睡衣，排汗内衣或用排汗速干的贴身运动衣代替，还孩子一个健康而又舒适温暖的冬天，毕竟安全不感冒是最重要的。具有排汗功能的儿童排汗睡衣能够保持皮肤“干爽”，而不是凉爽。这种轻柔亲肤，体验“裸睡”感觉的排汗睡衣，防止夜间汗液粘在身上的不适，孩子们舒服了，就再也不用晚上睡觉时还要把胳膊和腿伸到外面了！