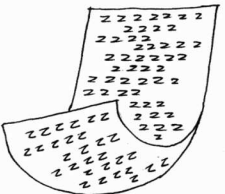


姚亦炜，遗失上海市梅陇五村61号401室《租用住房公积金凭证》，条形码码：04000000000004147219628，声明作废。

环保公益广告

重复使用，多次利用



双面使用纸张
=减少1/2的废纸产生

优先购买绿色食品

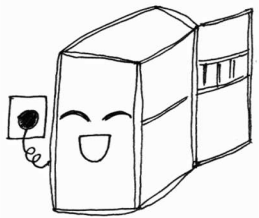


健康
安全
无污染



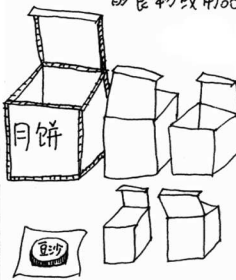
拒绝使用
一次性用品

6000~8000双一次性筷子
≈一株20岁的大树



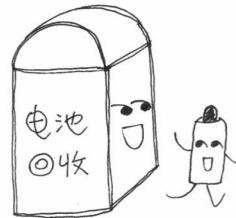
使用无氟冰箱
不会造成臭氧损耗

不买包装豪华又繁琐
的食物或用品



过分包装=巨大浪费+严重污染

废电池放入专门回收箱，
以免污染环境



分类回收 循环再生

“最快护士”转身，送上祝福留下尊重

“一路走来，得益于大家的支持和鼓励，给大家说一个认真思考了的决定，我辞去了陪伴多年的工作，特别感谢医院的培养，领导的信任，还有同事们的包容与支持……”

据媒体报道，日前，“最快女护士”张水华通过其社交平台账号宣布辞职。消息传出，有人为之惋惜，有人给予祝福，当然也不乏一些“早该如此”之类的留言。

个人已转身，但公共议题仍在

一个人选择什么职业方向，留下还是转身，理性还是冲动，本是非常私人的事，给予尊重，送上祝福，其实是最合适的围观姿态。

此事之所以仍值得讨论，是因为张水华的辞职关联了一系列公共议题，其个人选择被放在了一场“爱好与本职”“个体与集体”“私事与公事”的争论中，甚至医护人员的劳动强度和排班调休、事业单位职工的考勤与管理边界，都成了衍生话题。由此，她的个体选择就仿佛成了一个极具现实代表性的样本一般，被无数双眼睛盯着。在争议之前，舆论对她的态度更多是赞誉，“最快女护士”也是一种美称。只不过，护士岗位高度依赖轮转协作，对“最快女护士”的同事而言，同意换班是情分不是本分；对单位而言，个人的特殊情况并不足以打破调换班制度的运转。

医院的使命是提供医疗服务，一名护士跑得快不快本不属于医院关心的事项，即便个体成绩偶尔成为单位文化建设中的亮色，也终究只是锦上添花。医护人员的专业素养是否过硬、

岗位职责是否履行到位，才是医院最该守住的底线。

从更大的背景看，这场讨论也折射出公众对体育认知的变化。体育不再只是集体荣誉的工具，越来越回归成个人热爱，可以被组织吸纳，也可以完全自负其责，这本身就是社会成熟的表现。

此前，就有不少人反复追问，为什么不干脆辞职，专业去跑马？这个问题本身，低估了现实的复杂性。放弃一个收入稳定、未来有保障的工作，投身于一个前路未知的行业，哪怕这个行业是兴趣所在，也并非每个人都能承受中间的落差和代价。从这个意义上说，张水华的辞职并不轻松，可能也正是因此才在争议声中纠结到今天。但她那句“不悔来时路，不惧新征程”，仍然值得送上鼓励的掌声。

故事走到这里，可以画上句号了。前路如何，留给当事人自己去探索。至于医护人员的工作强度与调休制度，是否还有更人性化、更可持续的优化空间，那才是更值得继续讨论的公共议题。

内心自洽、坦荡示人也是公众的期待

在公众看来，张水华醉心跑步，也展现出了相当的天赋，或许早就可以全职跑步，但似乎又眷恋医院的工作，甚至在镜头前哭诉调休事宜。这让她显得有些拧巴——向往市场化的自由，却又对工作岗位提供的安稳难以割舍。

现在的辞职，或许是更自洽的存在方式——既然真正热爱的是奔跑与更大的世界，那么身份、收益、代价、不确定性都由自己承担，反而比依赖认可、争取“特例”来得更坦荡，也更契合她此前表现出的热爱与追求。

对于张水华的这个选择，人们不妨报以祝福。张水华虽然引发一定争议，但归根结底这是一种常见的人生抉择——当一个人的兴趣、能力与原有框架发生摩擦时，免不了要重新校准。从职业路径来说，无关优劣对错，只不过是因人而异的“赛道更换”。是喜欢安稳日常，还是闯入市场风浪，

都是每个人依据自身条件、心性和未来判断作出的自认为的更优解。

不过，从另一个层面说，张水华身上毕竟有过某种负面意象，可能需要在更长的时间里、更稳妥地来修复自身形象。就像她元旦参加完马拉松后，又迅速投身直播，在网上也不乏争议的声音。这种声音或许是提醒，虽说已经辞职，但社会形象上的重构未必会同步完成，依然需要她继续努力。

人生就像马拉松，需要锚定目标，在长线程的时间里体现自身的价值。希望辞职后的张水华，能够心无挂碍地专注于她热爱的事情，也能和公众意见达成真正意义上的和解。某种程度上，这何尝不是公众对一种常识的期待呢——每一个社会角色，都能够以真诚的形式存在，内心自洽、坦荡示人。

综合新京报、红星新闻
(谯路 整理)

景区“闭门谢客”别总是“慢半拍”

□ 郭元鹏

1月2日，陕西太白山景区因持续低温天气引发路面积雪、结冰，部分游客在游览过程中遭遇滞留情况，相关视频及消息在社交平台引发广泛关注。

从现场流传的视频中可以看到，部分滞留游客因不满此次旅游体验，情绪较为激动，现场多次出现集体呼喊“退票”的声音。相关画面一经发布，迅速引发网友热议，大家纷纷关注滞留游客的安全状况及景区后续处置措施。

尽管事后景区组织安全转运并回应退票诉求，但这场风波依然暴露出一个常见问题：景区面对恶劣天气，为何总是“慢半拍”？景区发布闭园公告，已是游客滞留视频在网上发酵后的第二天。而对那些在山顶寒风中等待的游客来说，这段经历本可避免。现代科技之下，人类已可精准预判短时天气变化，这种“先放人进去，出事再补救”的做法，让“临时关闭”的作用打了不小折扣。

类似场景在不少景区都曾上演。有的在暴雨来临前仍放行游客，直到路断了才匆忙闭园；有的明知大风预警，仍运行索道，最终被迫中途停运、游客滞留……这些事件背后，折射出同一心态：把“恶劣天气谢客”看成是“出了问题再应对”，而不是“提前防范、主动关闭”。

告别单薄礼服，“穿衣革命”意义大

□ 余明辉

近日，央视2026跨年晚会现场，多位女主持人、演员们告别单薄礼服，穿上了保暖大衣，系上围巾，尽显暖意。多名歌手、舞蹈演员都穿上了冬装，戴上围巾和手套，彻底告别了“看着就冷”的露肩礼服和短裙。

据悉，这一改变源于乒乓球冠军孙颖莎的提议——她曾建议冬天让女主持人穿羽绒服上台，得到社会的积极支持。此次导演组将健康舒适置于光鲜之上，无疑是对社会期待的积极回应，赢得了广大网友的一致点赞。笔者以为，置于现实语境下考量，这一看似只是主持人服装调整的细小改变，却具有多重意义。

回归职业本质，彰显人本关怀。长期以来，冬季低温场景下女性主持人身着单薄礼服工作，这种以健康为代价的所谓“职业素养”，本质是对劳动者权益的漠视。此次调整让主持人们以温暖舒展的状态工作，是对个体健康的尊重，树立了以人为本的行业标杆。

长期以来，舞台艺术领域被上镜好看、视觉统一等形式要求裹挟，形成低温环境下“也不得不露”的畸形审美，将僵化惯例凌驾于务实需求之上。央视主动打破惯例，推动行业评价标准从形式完美转向以人为本，也引导了公众关注点从着装光鲜回归表达真诚。

此次改变来源于孙颖莎并非专业却直击痛点的提议，而央视主动予以采

纳。这证明，任何行业的进步都不应该闭门造车，而需关注真实需求、吸纳一线声音。央视作为主流媒体，以实际行动为全社会树立了“倾听民意—优化实践”的良好范例。

此次央视的调整打破了“美丽不惜冻人”的畸形认知，重构了审美与价值的优先级。这种观念革新不应局限于舞台行业，更应引发对诸多领域形式主义积弊的反思——从夏日高温下的强制西装到基层工作的过度留痕，都该引以为戒，推动更多领域回归形式服务于内容、规则保障价值的本质要求，让社会发展更具温度与活力。

此外，本次跨年晚会还有一个亮点，长期以来演艺行业着装深受西方审美影响，忽视本土特色。此次晚会中中式毛领外套等传统服装的出现，无疑是中国式审美的回归，与文化自信的时代主题呼应，有助于文化自信的重塑。

着装之变，是观念之变、进步之始，更是演艺行业文明进步的缩影。此次央视跨年晚会主持人服装的温暖调整，不仅让舞台更有温度，更让公众看到了行业自我革新的勇气与诚意。期待这场“穿衣革命”能引发更多行业的反思与行动。只有当每一个行业都能将从业者的健康与职业尊严放在首位，将务实高效作为价值追求，社会发展方能更有温度、更具活力。这才是这场着装改变所蕴含的最深沉意义所在。