

农民工

周刊

责任编辑：程莉莉
新闻热线：(010)84151095
E-mail:grbnnmz@163.com

失恋了怎么办？

怎样看待失恋？

当他/她不再爱你的时候，请不要失去自信。他/她不爱你，并非你不优秀。而且你应该看到还有那么多爱自己的人。

当他/她不再爱你的时候，也一定要祝福他/她，有了爱，便不该有恨。

失恋也不要觉得不公平。关于离去，你可以这样来想：他/她失去的是一个爱他/她的人，而你失去了一个不爱你的人。却得到了一个重新生活、重新去爱的机会。

如何应对失恋？

给失恋的农民工朋友们提供几贴治疗失恋、解救心灵的丹药。
首先，是五服特效药：

心理泄洪

别让悲痛、挫折感、愤怒一直堆积而侵蚀你的身心。要哭，可尽情地哭；要叫，找个无人之处用力嘶喊；想倾诉，找知心好友好好谈一谈。

痛快大搜捕

把他/她给你的东西——过过，免得惹自己伤心生气。也不要再去你们以前常去的地方，以免触景生情，让你情绪低落。

热热闹闹也解忧

参加聚会、出游、看表演、打球等有很多人参与的活动，要敞开心扉参加，并尽量加入别人的谈话，发些幽默有趣的话题，跟着大家一起笑，心情会转为开朗。

找回失去的友情

多和自己的同学老友交流联络，跟他们在一起，你不用掩饰，自由自在，有助于恢复本色。

爱自己

爱护自己、珍惜自己，给自己空间、时间，别太苛求自己。要忘掉一段特别的经历也不是件容易的事情。多给自己一点点时间，正好借机多疼惜自己。

其次，是四服调理药：

收起回嗔的眼神。转过身来向前看去。你能把过去抛得越干净，将来幸福的可能性就越大。

接受并认定这个事实

改从前的自卑，愿意和人交流了。

不否定自己

改善自己的沟通能力、认识自己的需要、接受本来的自己，再增强自信。而这个努力的过程也就是成长。在失恋的困境中，学习自我雕琢、自我控制、自我完善。在适当的调整后，你会发现自己的变得更可爱、更完美。

多交普通朋友

与异性的普通朋友交往不仅可以学习如何与异性朋友相处，还可以利用“异性效应”提高学习和活动效率。但是在交往时不要抱着找男（女）朋友的目的。把这个心念抛开，敞开心扉与人自然地交往。

立志

失恋者积极的态度会使“自我”得到升华。重新制定生活与学习的计划，鼓足勇气，化悲痛为力量，好好地努力，会有意想不到的成就，其他的荣誉也会跟着来。

节选自中国工人出版社《农民工应了解的心理健康常识》

整理：甘智 制图：曲欣悦

补贴标准逐步提高到每月3500元，实际月收入却最终降为2700元

补贴提高收入反降，北京一村医维权获赔

本报记者 杨召奎

乡村医生，最初被称为赤脚医生。

尽管已经很多年没人再叫康丽赤脚医生了，但她心里一直把自己当成是赤脚医生对待。因为20多年来，她打交道的对象都是村民乡亲，尤其是现在村里一些年轻人外出打工，留守老人和孩子疏于照顾，很多疾病需要及时治疗。为此，康丽也比从前忙碌不少。

虽然更忙了，康丽的收入却不涨反降。她说，1997年时她每月只能从村里领到200元补助，到后来政府开始给补贴，并不断提高补贴标准，她的收入也涨到了3000多元。但当补贴标准提到了每人每月3500元后，她的收入却下降了。

为此，康丽找村里问原因，得到的答复是“村里有权统筹调整村民的收入”。她对这个答复不满意，在屡次交涉无果后，她与村里打起了官司。

康丽的遭遇并非个案。她告诉《工人日报》记者，还有其他同事遭遇类似问题。她的援助律师张志友也表示，曾遇到过北京乡村医生补贴被克扣的案子。

政策明确：不得截留补贴

康丽告诉记者，从1997年开始，她在北京丰台区卢沟桥乡周庄子村的卫生室工作，当了一名赤脚医生。

“村里人谁有头疼脑热，都会找我看。那时，虽然每个月只能从村里领200元钱的补助，但我很知足。”康丽说。

后来，找康丽看病的人越来越多，病人也并不都是简单的头疼脑热，康丽感觉到自己的医学知

识明显不够用了，于是又自考医学专科，并参加各种形式的医学培训，取得了乡村医生职业资格证，从一名赤脚医生成为了一名正式的乡村医生。彼时，村里的卫生室也变成了周庄子村社区卫生服务站（以下简称村社区卫生服务站），康丽这一干就是20多年。

为稳定乡村医生队伍，方便农民就近看病，北京市从2008年起实施乡村医生补助政策，标准为每人每月800元。2013年7月，原北京市卫生局、北京市财政局又联合出台政策，将这一补助标准提高到每人每月1600元，并明确规定该部分费用专款专用，严禁任何单位和个人克扣。

2013年8月，原国家卫生计生委印发《关于进一步完善乡村医生养老政策 提高乡村医生待遇的通知》，要求各地采取先预拨、后结算的方式发放乡村医生补助，由县级财政部门直接将补助经费的80%以上按月拨付乡村医生，余额经考核后发放，不得挪用、截留。

康丽当时看到这些政策后，非常高兴。“自己工作了10多年，工资才涨了1800多元。没想到政府出台那么好的政策，工资一下子又涨了1600元，一个月能拿到3600多元了。”

补贴提高到3500元，工资不涨反降

2016年3月，《北京市关于加强村级医疗卫生机构和乡村医生队伍建设的实施方案》印发，将补贴标准又提高到每人每月3500元。针对山区、半山区的不同情况，各涉农区在基本补助基础上可再增加补助500元至2000元。

北京市卫计委基层处有关负责人当时对媒体表示：“目前乡镇社区卫生服务机构的月平均工资水平在5000元左右。此次调整后，山区村医的待

遇水平将与之持平。”

但补贴款再次提高后，康丽却没有得到实惠，其月平均工资水平更没有达到5000元左右。这是为何？

“我的工资都是村里发放的，补贴款提高到3500元之后，村里就找我谈话，说我每月从村里领3000多元的工资，又领取3500元的补贴款，相当于领了双份工资，对其他村民不公平，要求我将补贴款交回。”康丽说，虽然她很不满意，但也无可奈何。因此，在2017年1月前，她都向村里缴纳了每月3400元的补贴款。

但在2017年2月份后，村里不再要求康丽上交补贴款，而是从其工资里直接扣除3300元。康丽是找村干部反映此事，但是村里迟迟没有解决。

法院判决，村里返还克扣款

无奈之下，康丽只好走法律渠道维护自己的权益。2017年9月，康丽向北京市丰台区仲裁委申请劳动仲裁，要求村社区卫生服务站返还她缴纳的乡医补贴款，支付按照乡医补贴款克扣的本人工资。

在仲裁庭审阶段，村社区卫生服务站同意退还要求康丽缴纳的补贴款，但是不同意支付克扣的工资。理由是按照双方劳动合同，康丽的工资标准不低于最低工资标准，村社区卫生服务站向康丽发放的工资符合合同约定。

2017年12月，丰台区仲裁委裁决村社区卫生服务站的理由，裁决其返还康丽上交的补贴款，驳回康丽要求支付克扣工资的仲裁请求。

康丽不服仲裁裁决，向北京市丰台区人民法院提起诉讼。在庭审时，村社区卫生服务站提交的

考勤表显示，康丽2016年每月应发工资为5500元，2017年1月又调整为6000元，2017年2月工资突然降低为2700元。

村社区卫生服务站表示，根据合同约定，双方以北京市最低工资标准作为工资，以经营状况和康丽工作情况计算奖金，最终合并结算工资和奖金。2017年康丽应发工资降低的原因是，其属于非营利机构，村社区卫生服务站存在亏损，故降低了康丽的奖金数额。

但张志友律师指出，根据《关于工资总额组成的规定》第四条，工资总额由下列六个部分组成：计时工资、计件工资、奖金、津贴和补贴、加班加点工资、特殊情况下支付的工资。因此，奖金也是工资的一部分，单位不能单方面降低康丽的工资。

2018年5月，北京市丰台区人民法院审理后认为，虽然劳动合同中约定康丽的工资标准不低于最低工资标准，但村社区卫生服务站提交的工资表显示，康丽的应发工资在2016年是固定不变的，且时间较长，应视为双方已就工资标准达成一致意见。2017年1月康丽应发工资为6000元，但是2017年2月至2017年8月期间降低为2700元，而村社区卫生服务站对此的解释缺乏依据，故不予采信。

最终，法院判决村社区卫生服务站返还康丽2016年3月28日至2017年1月31日期间乡村医生补贴款3.4万余元；支付康丽2017年2月至2017年8月期间工资差额2.3万余元。

村社区卫生服务站不服一审判决，提起上诉。近日，北京市第二中级人民法院作出终审判决，村社区卫生服务站的上诉请求不能成立，应予驳回。

发稿前，康丽告诉记者，她已经拿回了本应属于自己的钱。

吉林松原打造劳务品牌

让农民工高薪、放心工作

本报讯（记者柳婧婧）“五险一金都有，国家财政开钱，就业局给咱谈好了上班条件，不用自己操一点心！”11月26日，在松原市就业局主办、前郭县就业局承办的省级劳务输出品牌务工人员欢送仪式上，即将赶赴南京公安局做辅警的于奇格外兴奋，于奇一起，本次将有60名来自全市的务工人员到各自岗位高薪、放心工作。

松原市现有农村劳动力100余万人，在当地就业局的高度重视下，每年成功实现转移就业的超过50万人，劳务输出已经成为农民增收致富的重要渠道。

“作为就业部门，我们尽量为老百姓多找一些工资待遇好、生活环境好的就业岗位。”前郭县就业局党支部副书记赵佳告诉记者，就业局已打造出享誉多省市的“前郭海员”、“前郭辅警”等劳务品牌。此次欢送的60名务工人员，将分别到南京市公安局、锦州华洋航空公司和沈阳铁路局工作。

据介绍，“前郭辅警”品牌就是为了解决广大农村退役士兵就业安置问题。目前，已累计输送六七百人，还有表现优异者在当地升职、安家。

与“前郭辅警”的稳定、高要求相比，“前郭海员”则更具灵活性，有效解决了农村剩余劳动力的就业问题。“农忙时种地，闲时出海，每月平均工资1万多元，活不累还能出去见世面，日子越过越好啦！”一位海员高兴地说。

松原市就业局明确提出，要将前郭经验和做法在全市范围内普及推广，全力打造松原劳务品牌，为农村剩余劳动力增收致富、增长才干提供更多平台和机遇。



沈阳一处建筑工地设二维码

11月25日，沈阳，一建筑工地设二维码，用手机扫这个二维码，工程名称、建筑日期、建筑单位、工程进度等信息一目了然，方便人们了解相关信息以及政府部门监管。

黄金亮 摄/视觉中国

当粉刷匠、搞电商、做巡警……农村小伙多方打工，一改往日贫穷

脱贫青年的新目标：“脱单”

本报讯（记者卢翔 通讯员朱晓薇）“脱贫了，日子越来越好，大家都说我性格变得活泼开朗了。”日前，江西省九江市湖口县武山垦殖场刘栋仕湾脱贫户刘军平笑着说起自己的变化。在成功脱贫后，他又许下了另一个心愿，并有信心实现。

刘军平家里兄弟多，他18岁时就独自外出打工。2010年，家里遭受变故，父亲重病需人照顾。他留在在家，承担起照顾父亲的重担，直到父亲过世。2014年，刘军平被列为建档立卡的贫困户。“我要改变，一定要过上好日子。”经武山垦殖场扶贫干部王炎勇多次上门细致开导，他作出了这样的承诺。

从此，刘军平起早贪黑，走上了自己的脱贫之路。

哪里有粉刷墙面、油漆家具的事情，他都主动去做，认真完成。“他人实在，做得好，获得了居民认

可。谁家有粉刷或油漆的活儿，都愿意请他去做，这样下来一年也有七八千元的收入。”王炎勇介绍说，2017年，刘军平又在九景衢铁路武山段做值班巡警，他每月可以拿1700元工资，其中300元交了社保。前几年，他还拿出全部积蓄在集镇上买了一间店面。

“微信到账840元。”交谈间，从刘军平的手机传来这样的声音。他告诉记者，这是今天发给四川客户的6盒化妆品的收款。原来刘军平不去上班巡逻时，做起了电商，经营女性日常用品。从怎么向客户介绍商品、推荐适合的产品，到售后服务等等，刘军平都是一个人在做。也正是做电商，让他一

改从前的自卑，愿意和人交流了。

现在，靠着上班、粉刷及电商的收入，刘军平顺利脱贫了。

“脱贫了，我也想有个家。”刘军平说，“脱单”是他

的新目标，之前贫困时觉得这是奢望，现在有了一定的经济基础，他对未来的生活十分有信心。

从送出去到接回来

安徽阜阳：“动脉”变迁铺就农民工幸福就业路

本报记者 陈华

本报通讯员 杨吕婷

辽阔的田野上，一列满载旅客的列车，徐徐进站。“亲爱的旅客，列车即将驶入终点站阜阳站，请带好您的随身物品……”冬季并非务工大军找工的“旺季”，但是此时的阜阳站月台上，迎来送往的声音仍然此起彼伏，好不热闹。

阜阳市位于安徽省西北部，总人口1070万，是全国著名的劳务输出发源地之一，也是全国五个人口超千万的地级市之一。

一座城市的欲望和追求，往往能从交通变迁上体现出来。改革开放40年来，阜阳交通建设实现了由“慢”到“快”的转变，阜阳的务工大军也随着交通动脉的节奏而加速流动的步伐。

“送出去”：农民工的艰难外出路

一张“硬板票”，一个巨大的蛇皮袋，就这样挤进逼仄、喧闹的车厢，晃晃悠悠一整天。这是上世纪90年代大多数农民工外出务工时的“标准”画面。

当时，阜阳人多地少，自然灾害较多，群众生活

困难。同一时期，改革开放的春风在发达地区生根开花，大量的工厂、餐饮以及建筑行业兴起，劳动力缺口与经济收入，成为吸引阜阳农村富余劳动力外出的强大动力。

一个村有一个人出去了，就会接二连三带动更多人出去；一个人日子过得好了，就会帮助更多的家乡人……民工潮如“滚雪球”般逐渐壮大。统计数据

显示，在1991年至1994年民工潮形成初期，阜阳每年外出务工的农民工已有20万至40万人。

初到北京、上海、广州等大城市，干不了太复杂的工作，这些务工人员只能做挑河挖沟的农工、建筑工地的泥浆工、码头的搬运工等没有什么技术含量的活计。通常都是哪里缺人了立马赶过去，那时他们总会身挑一根扁担，把被褥、炊具、粮食等能带上的东西都带上。

作为首批民工潮一员的刘影是1991年到北京闯荡的。“拎着蛇皮袋，穿着补丁裤，买不到坐票只能站20多个小时去，途中还要经历转车、扛着包裹赶车。”回忆起自己当年的故事，今年已经年近50岁的刘影偷偷抹了把眼泪。

“那时的火车站不像现在这么便利，人们出行特别困难。赶到‘三六九，往外走’的时候，站前广场上

滞留的旅客密密麻麻的。”阜阳火车站客运中心主任李成林介绍说，“当时铁路线路少、火车运力弱，为方便更多旅客乘车，火车几乎站都停，耗时长成了家常便饭。车是经过改造的棚车，虽然配备了卫生间，但条件十分艰苦。”

1996年9月1日京九铁路通车，不仅为阜阳带来了亚洲最大、全国自动化程度最高的路网性编组站