

护士“调休跑马拉松”引热议，调休的合理边界在哪里？

专家表示，企业和劳动者是利益共同体，应在用工安排和休息休假之间找到平衡

本报记者 于灵歌

近日，某护士“调休跑马拉松”的新闻广受关注。实际上，不止医疗等实行特殊工时制度的行业，调休管理制度也被广泛应用于标准工时制度企业，以保障职工的休息休假权。

记者调查发现，实践中存在企业生产需要和职工利益难平衡等现象。在制度的刚性约束与职工的休息权利之间，调休的合理边界在哪里？

调休是保障劳动者休息权的实质补偿

季先生在北京某工程公司担任工程师，因项目加班是“家常便饭”，其公司的加班管理制度规定，工作日及双休日加班优先安排调休，国家法定节假日加班按照法定标准支付加班费。提交加班申请后，加班时长可换算成调休时长，并规定调休时长有效期为90天。

“调休是法律赋予用人单位安排劳动者在休息日加班后，选择安排补休来替代支付加班工资的权利。这一制度的初衷是保障劳动者的休息权能够得到实质补偿。”广东诺臣律师事务所高级合伙人郑子殷告诉记者，应注意的，调休仅适用于休息日加班，工作日延时加班和法定节假日加班，必须支付加班工资，不得用调休替代。

郑子殷介绍，根据劳动法规定，除了标准工时制行业，在因工作性质或者生产特点的限制，实行不定时工作制或综合工时工作制的行业，多采用集中工作、集中休息、轮休调休、弹性工作时间等方式，确保职工的休息休假权利和生产、工作任务的完成。

维佳在一家大型连锁电子产品销售公司从事技术支持工作，每周“做五休二”，轮值早班、晚班。由于门店全年无休，特别是周末及节假日客流量大、营业需求高，员工

阅读提示

近期，某护士“调休跑马拉松”的新闻广受关注。专家表示，一方面，劳动者主张休息权需基于合理需求，不得通过虚假理由请假损害企业合法权益、影响正常生产；另一方面，企业也不能故意提高调休门槛，变相规避支付加班费义务。企业和劳动者是利益共同体，双方都应照顾和考虑对方的权益，在用工安排和休息休假之间找到平衡。

极少能拥有完整的周末，休息日大多被切割得十分“零碎”。

值得关注的是，部分劳动者的“骗假”行为，可能会越过法律和规则的边界。

维佳向记者透露，身边确实有个别同事借由身上的小毛病去医院开病假条，以病假换取更长时间的休息。

记者梳理发现，在公开案例中，有的劳动者甚至伪造病假条骗病假去旅游，最终被用人单位解除劳动合同，且这一决定获得了法院支持。

“调休不是请假，它是在原定的休息时间内因加班而安排的休息。而请假则需要明确事由，比如区分事假和病假。”郑子殷强调，无论从劳动纪律，还是职业道德角度出发，劳动者都不应借病假从事旅游等与请假事由不符的活动。

制度有调休，现实却难休

今年以来，季先生在公司的OA系统累计提交15次加班申请，平均每次加班时长约5小时，累计时长约可换取10个工作日的调休额度。然而，季先生仅用了1.5个工作日的调休时长，其他调休额度均因超过90天有效期而作废。

“项目常常需要赶进度，平时工作日根本抽不出时间休息，就算勉强休了假，也得随时处理工作。时间一长，大家都不好意思再提调休的事了。”季先生无奈地告诉记者。

制度上有调休，实践中却难以落地执行，这种情况并非个例。

记者采访发现，一些企业利用自身优势

地位，制定过于严苛的加班调休规定。例如“加班调休须当月休完”，看似赋予了员工调休权利，实则通过设置难以达成的执行条件，变相规避支付加班费的义务。

“调休并非为企业提供一个可以无限期拖延或变相取消支付加班工资的工具，更不能让调休沦为无法兑现的‘空头支票’。”郑子殷直言。

成功申请调休后，不少职工希望能利用调休与带薪年假结合，“拼假”出行。尤其是近年来，多个省份相继推出中小學生春秋假、雪假等小假期，当地人社部门也鼓励机关企事业单位推行分段休假、错峰休假模式。然而，有不少职工反映，所在企业缺乏配套的弹性休假政策，“拼假”申请不仅流程烦琐，还可能影响绩效考评。

“需要厘清的是，各类休假形式中，可以由用人单位和劳动者双方协商自主安排的，只有带薪休假和周休息日。部分地区设置的地方性假期以及相关部门对调休的引导建议并不具有法律强制性。”中国劳动关系学院法学院学术委员会主任沈建峰向记者表示，“目前更突出的问题在于，很多用人单位尚未严格按照法律规定落实劳动者的带薪休假权益。只有带薪休假得到保障后，才可能进一步探讨如何用好这项权利，和其他假期进行组合，实现劳动者休假利益的最大化。”

平衡用工安排与休息休假权

维佳坦言，在全年无休的零售业，工作量本身就大，最怕人力突然减少。“如果请假人

数集中扎堆，或者有人频繁在排班计划外临时换班，其他员工的工作负担就会成倍增加，甚至出现班次连轴转、无法合理休息的情况。”他说。

维佳的经历，折射出不少企业面临的困境：当用人单位遇到人力紧张、赶工期等特殊经营状况时，员工的休息权益是否该“让道”？

“用人单位在满足特定且严格的条件时，可以基于‘特殊经营需要’，临时、合理地拒绝劳动者的调休申请，但这并非一项可以任意行使的权利，用人单位不能长期以该理由拒绝劳动者调休，更不允许将‘特殊’变为‘常态’。”郑子殷表示，用人单位拒绝劳动者调休需求的理由，必须是客观存在的经营状况异常，并且应当提前与劳动者沟通说明，并尝试协商变更调休时间。

那么，在保障职工休息休假权与确保企业正常生产经营之间，合理的边界究竟在哪里？

沈建峰指出，劳动者和企业是利益共同体，双方都应当照顾和考虑对方的权益。企业在统筹劳动者用工和带薪休假计划时，应适度平衡生产经营需求，这样才能更好维护劳动关系和谐稳定。对于劳动者因个人原因提出病假、事假等请假需求，用人单位应当给予劳动者必要的便利与空间。“用人单位在这方面有一定的自主权，但要限定在合理范围内。”

郑子殷进一步强调，企业行使用工自主权，如制定调休规则、审批调休申请，其目的应是保障生产经营正常开展，而非限制甚至剥夺员工的休息权；员工主张休息权也应基于合理需求，不能通过虚假请假等方式损害企业合法权益。

郑子殷建议，用人单位制定调休管理制度时，在坚守法律红线的基础上，可通过弹性调休、协商机制实现人性化调整，兼顾孕期、哺乳期女性特殊群体需求，营造企业与员工良性互动的氛围。

出生医学证明、出生登记、社保卡等，在医院床边就能办理

新生儿『出生一件事』联办省心又方便

本报讯（记者张菁）“真是太便捷了，没想到这么快就能办完孩子参保的所有手续。”近日，家住北京市丰台区的王女士对该区新生儿“出生一件事”服务流程的便捷高效连连称赞。

作为新手宝妈，王女士事先为孩子出生后的参保流程做了很多功课，已做好“多跑腿”的准备。没想到刚来到街道政务服务中心就得到专业业务指导，并享受到一站式办理服务。据介绍，丰台区新生儿“出生一件事”可同时办理出生医学证明申领、出生登记、社会保障卡申领和城乡居民基本医疗保险参保登记4个事项。

近年来，国家医保局高度重视新生儿医疗保障工作，积极呵护“小的”，优化新生儿参保政策，大力推进“出生一件事”联办，参保率显著提升；推动实现生育津贴“即申即享”和直接发放至生育女职工个人。

床边就能办理、出生即可参保。医保部门积极推动构建生育友好型社会，通过部门联动、信息共享，将过去分散在各个部门办理的出生医学证明、户籍和医保参保等事项集成化办理，一键申请、全程无忧，让“信息多跑路，群众少跑腿”。同时，在新生儿落户参保的基础上，鼓励地方探索新生儿凭出生医学证明参保，真正实现新生儿“出生即可参”“床边即可办”。

参保后即可享受报销，不受待遇等待期限制。国务院办公厅印发的《关于健全基本医疗保险参保长效机制的指导意见》明确，除新生儿等特殊群体外，对未在居民医保集中参保期内参保或未连续参保的人员，设置参保后固定待遇等待期3个月。因此，新生儿在出生后的规定时间内参保，不受待遇等待期的限制。

规定时间内参保、医疗费用可追溯报销。2024年，国家医保局会同多部门联合印发《关于开展儿童参加基本医疗保险专项行动的通知》，明确新生儿原则上在出生后90天内按规定参保缴费，自出生之日起所发生的符合规定的医疗费用均可纳入医保报销范围。也就是说，新生儿在出生后90天内参保，从出生之日开始的医疗费用可以按规定追溯报销，进一步减轻宝宝宝妈的医疗费用负担。

国家医保局提醒广大宝宝宝妈，抓住新生儿参保“黄金期”，尽早为宝宝办理医保参保手续，让孩子从呱呱落地就享有医疗保障。

广西社保卡升级为“民生一卡通”

本报讯（记者虎慧敏）自今年12月起，《广西壮族自治区社会保障卡居民服务一卡通条例》正式施行，广西在推进社保卡跨部门、跨地区通用共享，提升公共服务便利化水平上，迈出关键一步。

该条例以地方性法规形式，明确各级政府及部门的职责分工，建立应用服务目录的动态管理机制，提出有关部门在需要使用社保卡的政务服务中不得再发放功能重复的卡、证、码等要求，从源头上为群众减负。

广西31家图书馆、14个高铁读书驿站已实现凭社保卡借阅图书，42家博物馆可凭卡进馆。通过持续拓展社保卡“8+N”应用场景，广西已经实现政务服务、人社业务、就医购药、交通出行、旅游观光、文化体验、惠民惠农财政补贴资金、金融服务等领域部分场景的“一卡通”。下一步，广西将按照“部分场景全区统一实施、部分场景试点先行”的原则，继续拓展应用，构建完善“一卡在手，万事通达”的应用格局，让社保卡承载更多便民服务。

广东举办海洋经济职业技能大赛

本报讯（记者赵思远）近日，由广东省人社厅、广东省农业农村厅、广东省总工会、湛江市人民政府主办，湛江市人社局、湛江市海洋与渔业局、湛江市总工会承办的首届2025年广东省海洋经济职业技能大赛在湛江市开幕。来自广东省各地市、省直部门的219名“能工巧匠”在赛场上同台竞技。

大赛设置水产养殖技术、养殖平台控制系统维护技术、海洋装备焊接技术、海洋油气装备维修技术、海洋油气生产仪器仪表维修技术五大赛项，全面覆盖从传统水产到高端海洋装备的全产业链，旨在通过技能竞赛推动海洋经济产业创新发展，为全省海洋经济高质量发展注入源源不断的人才动能。

比赛期间，分别举办2025年现代化海洋牧场学术研讨会暨海洋科普大讲坛、2025年海洋经济能源发展暨海洋石油创新技术交流大会、2025年海洋产业创新创业大赛暨青年博士交流会的等活动。“我们将技能人才比武与技能人才招聘有机结合，构建‘技能竞赛+学术研讨+人才招聘+产业展示’的四位一体生态圈，形成‘以赛育才、以会促智、以展兴业’的协同效应，推动海洋经济高质量发展。”大赛主办方相关负责人表示。

海南博鳌乐城推出“人才十条”

本报讯（记者赖书闻）近日，记者从海南省政府获悉，该省推出《海南博鳌乐城国际医疗旅游先行区“聚四方之才，筑希望之城”人才发展十条措施（试行）》（以下简称《乐十条》），向全球健康领域英才发出邀请。

据悉，《乐十条》围绕“引才、育才、用才、留才”核心方向，推出十项行动计划。在重金引才方面，乐城管理局与琼海市委、市政府每年联合安排不低于1亿元的“人才发展基金”。对于战略科学家，一次性支持1000万元科研启动经费，并赋予人、财、物及决定技术路线的主导权。“乐城好院长”重点学科带头人等急需紧缺人才，在现有招聘待遇上额外叠加奖励，提供30万元至200万元不等的引才安置费用，以支持各类医疗机构、科研院所等单位引进高水平人才，让人才在乐城落地生根、开花结果。

值得一提的是，《乐十条》与海南自贸港人才政策形成高效衔接，通过“普惠+特惠”叠加、“省级统筹+园区自主”联动、“制度开放+产业平台”赋能，实现“1+1>2”的政策效应。

访企拓岗

12月17日，新疆医科大学学生走进新疆威兹曼整形外科医院学习皮肤护理知识，操作皮肤检测、皮肤护理等相关专业设备，拓宽医学专业毕业生就业任职技能。

当日，由新疆乌鲁木齐市天山区人力资源和社会保障局主办，新疆医科大学就业公共服务站协办的“访企拓岗”促就业专项活动，有效实现了校企人才供需精准对接。

本报通讯员 孙振嵩 摄



重庆社区医院推出中医理疗、趣味科普、夜间门诊、“平价医美”等特色服务——

“家门口的医院”这样“拿捏”年轻人

本报记者 李国 本报实习生 夏桂琼

“经常熬夜加班，总感觉没精神，想靠中医调理下饮食和作息。”近日傍晚，重庆市南岸区涂山镇社区的新里程盛景医院，26岁的上班族小彭刚拔完罐，便向医生抛出了问题。一旁，频繁出差的职场新人小周拿着手机里的睡眠记录追问：“最近总失眠，中药调理能见效吗？”

面对连环提问，医生逐一耐心倾听，结合两人的体质和生活习惯给出个性化建议。不仅现场开具调理解药方，还分享了穴位按摩、食疗养生等实用技巧。

艾灸、推拿、减重……时下，重庆的不少年轻人把“游戏局”换成了“养生局”，家门口专业实用、性价比高的社区医院成了他们的新选择，社区医院也纷纷推出特色服务圈粉年轻人。

更有性价比的选择

近日，记者走进重庆市万盛经开区的黑

山镇卫生院中医馆，浓浓的中药味扑面而来。古色古香的诊室内，医生正忙着给患者把脉、针灸、推拿。

天天盯着屏幕眼睛不适，来做个眼睑板按摩；久坐引发腰酸背痛，预约个按摩理疗……这家中医馆配备火罐、灸疗、牵引等10多种中医诊疗设备，吸引了不少年轻人前来调理身体。

30岁的柳林是附近企业的技术员，经过一段时间的治疗，腰腿疼痛的症状明显缓解，“和商业机构动辄上百的按摩费用相比，这里的价格性价比更高”。

据悉，在重庆的社区医院，按摩、正骨等中医理疗康复项目都可以医保报销，总体报销比例约为80%。

这家中医馆的负责人告诉记者，皮肤科也受到不少“有痘青年”青睐，“医生很快就能判断出痘痘类型，十几块钱的小药膏就能解决问题”。

据介绍，万盛经开区已建成10家社区中医馆，实现基层医疗卫生机构中医馆的全覆盖，通过30项中医药技术和55项中医特色疗

法，满足年轻人对高质量中医服务的需求。

“老年专科”“拿捏”年轻人

提起社区医院，不少人的第一印象是“老年专科”。而在重庆的不少社区医院，特色服务正打破固有认知，成功“拿捏”年轻人。

“社区医院不仅提供便捷的专业治疗，还为年轻人提供养生方案，比如，教白领如何在工位做颈椎操等。”重庆新里程集团重庆大健康业务负责人黄宏奇介绍，青年人关心的体重管理、颈肩腰腿痛、慢病调理等问题，在新里程旗下的社区医院都有专业医生答疑。

“社区医院医生接诊量不像三甲医院那么大，每次我去看病，医生还会和我拉几句家常，顺便安慰我一番。”南岸涂山镇青年职工张莉说，本来只是去按摩肩颈，结果被医生一顿“活疗”，精神状态跟着舒展了。

新里程社区医院还创新健康科普形式，医生化身“唱作人”，将高血压防治、糖尿病饮食、流感预防等枯燥的知识点，改编成朗朗上

口的歌曲和说唱，甚至亲自上阵弹唱录制短视频，通过视频号、朋友圈传播，让医学知识更容易被年轻人接受。

家门口的“平价医美”

“本来是带娃做儿保，结果被社区医院的中医美容科圈粉了。之前在三甲医院做痤疮治疗，流程一样，社区医院单价便宜了几十块，还用不排队。”家住重庆龙湖的“宝妈”张女士说，以前要花大价钱、跑大医院才能做的项目，现在家门口的“平价医美”就能搞定。以祛斑为例，社区医院比三甲医院便宜几十元到上百元，而且针灸淡斑、基础皮肤理疗等项目还能刷医保。

盛景医院院长郭俊权表示，出现在社区医院里的中医美容科，既是对社区居民“变美”期待的回应，也是破解基层医疗机构运营困境的新尝试。科室推出的中药代茶饮和泡脚包也受到欢迎。

为适应上班族的生活节奏，重庆不少社区医院还专门开设了午休门诊和夜间门诊。