

空间整理师属于新兴职业,也是一门技能性职业,我希望通过宣传推广,让更多的人了解这一行业,并且认可这一行业——

朱书熠,空间整理有门道

本报记者 付小芳

奋斗者正青春
新青年·新作为

收拾房子也能成为一门职业?3月4日,记者带着这个疑问见到了故事的主人公朱书熠,她的职业是一名空间整理师。

“先生您好,我们是您预约的整理师……”当天下午16时许,昌吉市享慧整理收纳服务部的整理师朱书熠和搭档樊夏形经过穿鞋套、戴手套、脱外套等一系列准备工作后,敲开了昌吉市和谐丁香园小区客户家的房门。

今年是朱书熠从事空间整理工作的第4个年头,在此之前,她曾当过文员、做过销售。聊起为何从事空间整理师这一职业,朱书熠侃侃而谈:“我平时在家就比较喜欢做整理,看着一屋子的东西经过合理归置后,腾出一大片可利用的空间,我的心情也会舒畅许多。”

2019年年底,在家全职带娃的朱书熠在抖音平台刷到一条有关空间整理师的宣传视频,引起了她的注意和兴趣,为了深入了解这一行业,她主动加了对方的抖音私信。2020年年初,乌鲁木齐市开办空间整理师专业培训班,朱书熠毫不犹豫地报名参加参加了培训学习。

在朱书熠看来,家政保洁主要是负责家里卫生问题,而空间整理师主要是负责家里物品管理的问题。她说:“经过空间整理师的整理规划,不仅能使凌乱的房间看起来更加干净整洁,还能有效提升空间利用率,为家扩容,大大缩短了女性做家务的时间和精力,还能让她们腾出更多时间来享受生活,陪伴父母和子女。”

空间整理工作看似简单,实则大有学问。朱书熠说,空间整理不仅仅是叠衣服那么简单,还涵盖了空间规划、衣柜规划设计、陈列美学、色彩搭配等专业知识,更多的是考验整理师的综合处置能力。

朱书熠告诉记者,想要将整理工作做到客户满意,一定要明确客户想要达到什么样的效果。首先要跟客户做好前期沟通,然后实地到客户家中做一个空间“诊断”,了解客户家中物品数量、收纳工具、厨柜容量大小等,再根据客户的需求,合理制定整



3月4日,昌吉市和谐丁香园小区,朱书熠在帮助客户整理衣柜。

本报记者 付小芳 摄

理方案,最终确定后再帮其做好“断舍离”。

朱书熠一边忙着手上的活,一边向记者介绍她的工作流程,“整理工作分为清、分、收、归四个环节,我们先将储物柜中所有物品清空,然后将物品进行分类整理,再按照储物柜空间设计进行物品归置定位,再将其一一收回到柜子中。”

记者在采访中发现,朱书熠的整理工作做得十分细致,一件件小小的衣服在她的折叠整理下显得格外富有美感,她将大人和小孩的衣服进行分类,再按照衣柜设计将衣服按颜色和季节搭配放入衣柜中,一间小小的衣柜在她的巧妙整理下发生大变样,一眼望去既整洁明了,又具有艺术感。

整理工作结束后,朱书熠还向客户说明了每件物品的分类和归放位置。朱书熠说:“如果客户不在家,我们还会以手机拍摄视频的方式给客户讲解清楚物品的分类和陈列,方便客户查找拿取。”

三百六十行,行行出状元。经过几年的历练,朱书熠的整理技巧越发熟练,无论多么杂乱无章的房间、衣柜、储物柜,在她的巧手整理设计下都会焕然一新。她说:“整理物品

就是整理人生,我们只有将生活打理好了,才会有井井有条的美好人生。”

空间整理工作不仅带给朱书熠精神上的慰藉,也让她的人际交往能力有了很大提升,从开始协助他人做整理,到如今带领团队一起做整理,让她对这份职业更加充满信心。

“空间整理师属于一门技能性职业,也是一个新兴发展的行业,所以,我希望能通过宣传推广,让更多的人能够了解这一行,并且认可这一行业。同时我也想尽己所能带动女性就业,为家庭妇女或在校大学生提供一些兼职工作,让他们也能增加收入。”朱书熠说。

“空间整理师的工作时间相对较为自由,收入也比较理想。”朱书熠说。2020年9月,朱书熠加入了昌吉怡爱公益团队,成为了一名志愿者,经常奔波在志愿服务的路上。

谈及未来发展前景,朱书熠信心满满地说:“随着社会经济的快速发展,相信空间整理师这个职业会被越来越多的人所需要,发展前景未来可期!”

防重症 保健康

诺如病毒感染、流感如何预防?

遇到哪些情况需要就医?

——专家解答春季传染病防治热点问题

什么是诺如病毒感染、流感,如何预防?遇到哪些情况需要就医?针对公众关心的春季传染病防治热点问题,近日国家卫生健康委组织权威专家北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强做出解答。

1.问:什么是诺如病毒?感染后有哪些症状?

王贵强:诺如病毒属于杯状病毒科,感染后症状主要表现为上吐下泻,是一种消化道传染病。感染来源主要是病从入口,也可通过气溶胶、密切接触等途径传播,如小学和幼儿园小朋友互相拿、摸物品。

从临床表现看,症状有轻有重,绝大部分表现为上吐下泻,重则导致严重呕吐与腹泻,个别严重病例可能出现发烧等全身症状。呕吐和腹泻会导致人体大量电解质水分丢失,因此感染诺如病毒后一定要充分补液,注意休息,应及时摄入糖水或使用补液盐。

2.问:感染诺如病毒后,遇到哪些情况需要就医?如何做好预防?

王贵强:如果低龄儿童、老年人感染诺如病毒后出现浑身无力、表情淡漠、口干眼干等表现,这些情况可能是出现低血压。应及时测量血压,及时到医院就诊,在医院给予相应补液。

若在家中处置,一定要注重喝淡盐水或糖水,因为诺如病毒感染主要导致腹泻和呕吐,从而导致人体大量电解质和水分丢失,可能带来严重后果。部分严重病例,如老年人有基础病的患者可能诱发休克等表现,所以对老年人有基础病的患者要格外关注。

诺如病毒以消化道传染为主,做好预防第一是要对食品、水源卫生进行安全管理,第二是要做好手卫生,饭前便后勤洗手。在托育机构、小学等人群聚集的地方,一旦出现疫情后要马上查看是否食品、水源被污染,食堂等重点区域一定要进行仔细检查和消杀,避免进一步传播。

3.问:什么是流感?与普通感冒有何区别?

王贵强:流行性感冒(流感)是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。流行性感冒和普通感冒的实际区别主要在病情程度和病原。

一是病原病因不同。能够引起感冒样症状的病原很多,而流感是由流感病毒引起的,当前甲型流感病毒流行得更多一些。

二是流感症状比普通感冒更重。流感可导致持续高热、全身肌肉关节酸痛等表现,严重的可导致肺炎。同时,流感对老年人基础病有诱发加重的风险,部分患者可能产生继发感染病,如上呼吸道感染支气管炎、继发细菌感染等。而普通感冒总体症状是较轻的。

三是在治疗方面,流感有特异性药物,建议抗病毒药物越早介入越好。尽管流感是自限性疾病,但早期使用药物能缩短病程、减轻症状、降低重症风险。而普通感冒一般进行对症治疗即可,多喝水、注意休息,没有什么特效药。

四是从预后和并发症来看,流感危害性相对较大,个别会引起住院甚至死亡的风险。

来源:新华社

州二中青少年志愿者走进社区学雷锋

本报讯 通讯员关丽娜报道:3月11日,昌吉州二中的青少年志愿者走进社区,开展志愿服务活动。

青少年志愿者们拿上水桶、抹布等工具,来到光明社区的一位独居老人家中,帮助打扫卫生。他们还热情地询问老人的身体状况,和老人分享校园趣事。

图为志愿者在独居老人家中打扫卫生。

张炳坤 摄



传承雷锋精神
弘扬时代新风