

# 李冉

## 富智康公司机构验证实验室负责人

### 冲击一级消防工程师考试 拿出高考的劲头学新技术

□本报记者 李婧 文/摄

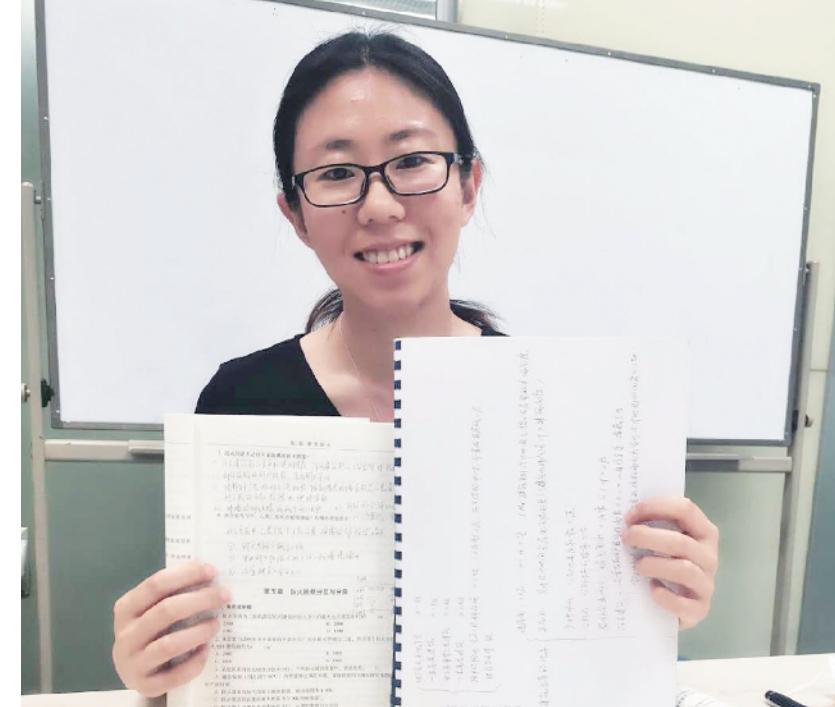
“少年辛苦终身事，莫向光阴惰寸功”，这句经常出现于考生书页上的座右铭鼓舞了很多学习时代的少年，然而又有多少人在进入职场之后还能坚持？防疫期间，富智康公司的技术人员李冉就做到了。因疫情防控的需要，很多休闲娱乐场所暂停营业，平时喜欢电影、聚会、旅游的李冉突然发现，自己有了不少时间。她开始执行自己的学习计划——参加今年的一级消防工程师考试，她今年的计划是通过两门考试。

李冉出生于1984年，大学专业是自动化，在检测岗位上工作多年。“当公司研发了新产品，我们就要用各种标准来测试新产品是否合格，是否能够投放市场。”在工作中，李冉与消防工程有了接触，她认为学一些消防工程知识对工作有帮助，如果能拿下消防工程师资格，今后的职业生涯也就多了一个选择。因此从去年开始，她就动了要考一级消防工程师资格证的心思。“可是，去年的业余生活真的太丰富了。哪有时间学习呢？”李冉说。

因为春节没有外出，李冉很早就到单位复工。从2月15日至今，李冉一直正常上班。虽然工作没有因疫情

而耽误，但李冉丰富的业余生活却彻底被耽误了。还在上幼儿园的孩子也没有复课，李冉每天早上也没有送娃上学的任务。这大把的时间怎能浪费？李冉因此在3月份，正式启动了一级消防工程师考试计划。“其实学起来才知道并不简单呢。我买来参考书才发现，原来这么多内容呀！厚厚的三本书，每一本都有两指厚，需要大量的记忆。”李冉拿着书给记者展示，“尤其是这种表格类的，想背得一字不差，哪这么容易？”记者看到，书上有一页是一张表格，上有密密麻麻的数字，内容是厂房的防火间距，建筑分高层、多层，还有各种等级，都对应不同的数字。“要是有逻辑性的文字还好记住，这些单纯的数字要记下来，真是生吞活剥，这把岁数要学这么复杂的知识，太熬人了。”李冉苦笑着说。

为了完成自己的计划，李冉拿出了当年高考攻坚克难早起晚睡的学习劲头，每天早上七点半，她已经到单位开始看书了。“我的工作时间是早上八点半开始。我每天最晚七点半到单位。这样既避免了路上塞车，又能余出至少一个小时看书学习。”李冉抱着书说。中午的时间当然也要充分利用。李冉发现，很多学习APP都是



有免费课时的。她自己找了不少小软件，那里面有历年的考试真题，李冉就利用中午的时间做真题。有些网站有不少已通过的前人给的意见，李冉也在零碎的业余时间细细研究。“当然，这对我可远远不够呢，我还花钱购买了讲师课时。”李冉每天下班回家，要在钉钉上观看线上课程，笔记也做得有模有样。“其实学习时间想挤出来也不难。晚上，孩子有线上的课程，比如英语、绘画、舞蹈。她上课的时候，我也正好上我的课程。不仅不耽误陪孩子，还给娃做出了好榜样。”

其实不仅仅是消防工程师考试，李冉在这期间还通过APP学习韩语，跟着歌华有线的健身板块锻炼身体，

而且她也下决心要报考明年的职称考试。她说：“参加工作这么多年了，我第一次觉得业余生活这样充实，时间仿佛不够用。”李冉说，通过这段时间的学习，她突然领悟到自己还很年轻，不应该停下继续充电的脚步。“比如职称考试，我以前都没有特别留心。最近才发现，无论是北京积分落户还是职场招聘，职称都是硬指标。我早就达到了报名资格，却迟迟没有动手。我们在职场久了，忙忙碌碌地，其实只是忙于日常工作，统筹规划未来的时间反而没有了。然而后者更重要。”

李冉介绍，消防工程师的考试要求三年通过三门，她今年的考试目标是通过两门。“不再辜负光阴，请为我加油吧！”李冉笑着说。

# 于颖

## 和家生活科技集团品牌总监

### 宅家学化妆 不放弃做花蝴蝶的人生信条

□本报记者 博雅 文/摄

“本以为隔离期间的‘宅’生活会憋闷无比、百无聊赖，没想到因为一场疫情的‘宅’生活，却让我收获颇丰——不仅学会了专业化妆，还顺利找到了工作，找到了美丽和自信。”采访中，和家生活科技集团品牌总监于颖坐在记者对面，娓娓讲述了她在疫情隔离期间的学艺生活。

春节后，于颖从老家大连返回北京。根据要求，她要居家隔离14天。“因为年前辞了职，想尽快找到工作，所以赶紧回京了。”于颖说。也是因为疫情，和于颖约好的几家面试公司都改成网上视频面试。起初几次，到了面试时间，于颖就是随手找件外套上衣穿在家居服外，简单整理一下头发，开始坐在电脑前和用人单位负责面试的人进行视频谈话，有时候怕不小心拍摄到下面的家居裤，所以总是呆板的一动不敢动，不由自主地也影响了应聘中回答问题的发挥。而且后来发现，没有化妆的脸透过视频，让对方感到很苍白，缺少活力，很难获得用人单位的好感。

意识到这些问题，就在于颖准备改变时，她幸运地被一位网友拉入了一个求职群。于颖说：“当时武汉前线医务人员冒着生命危险在争分夺秒

抗击疫情、抢救生命，我虽居家隔离，却不能过着尸位素餐的生活。那些面对疫情逆风而行的人们，令我感动不已，关注之余，也常常在网上写点或转发些正能量的内容，给自己和生活鼓鼓劲，由此也得到了不少网友点赞。”就是其中一位好心网友看到了她的文字，了解她正在找工作，把她拉入一个求职群。

“这个群里面不少朋友互相分享求职信息，分享求职经验。有一天，一位网友建议说，视频面试时，一定要化个淡妆，效果会更好。”于颖笑着说，也不知道是不是开玩笑说的，反正她入心了。从那天开始，她早晨起床后，认真地开始学着给自己化妆、搭配适合面试的职业服装，等待面试。

几天下来，于颖发现，和之前懒散地穿家居服、不化妆甚至有时不洗脸的宅家日子相比，整个人的精神状态都不一样了。都说“女为悦己者容”，在于颖看来，为自己而容，也是爱自己的一种开心的生活态度。

于颖说，以前她不会化妆也不是很喜欢化妆。因为她一直认为，女孩化化妆，只是单纯的美丽，不值得大费周章。“如今我认为，努力让自己



美丽起来，也是健康和自信的表现。正如，星巴克卖的不是咖啡，是休闲；法拉利卖的不是跑车，是快感和高贵；希尔顿卖的不是酒店，是舒适与安心。”于颖说。

“上网查询化妆知识，和朋友沟通经验，在自己的脸上按照各种方法试验化妆。”于颖介绍，面试的时候，给自己化个淡妆让她看起来有精神，给外貌加分是必然的。经过隔离宅家的化妆学习，她自己不仅增加了自信，还学了一项技能。现在，不仅可以根据场合给自己化妆，还可以帮助周围的朋友们化妆，能加深友谊，自己也开心。

目前，于颖已经找到了一份她喜

欢的工作。提起来，她说她很感谢宅家的这段时光，感谢每一位在疫情防控期间付出努力的人们，也感谢自己学会了化妆，不仅丰富了自己的生活，也找到了一份好心情。在她看来，宅家虽然有一些迫不得已，但却是为了响应国家的号召，更是为了抗疫的需要。“宅”期间，好心态就是最好的防疫免疫力。只要保持良好的心态，积极向上的生活态度，无论做什么，总会找到合适的自己。

“你若盛开，蝴蝶自来。”于颖说。于颖希望，每一个人都努力不放弃做花蝴蝶的人生信条，让生命丰富多彩。