

# 只要履行竞业限制义务 劳动者即可获经济补偿

随着高新知识产业的发展,竞业限制成为许多公司对高级管理层员工的要求,这就使因竞业限制条款而产生的纠纷层出不穷。其实,我国法律明确规定,只要劳动者已经履行了竞业限制义务,用人单位就必须向其支付经济补偿金。

**案例:**周某曾是一家公司的高级管理人员,因该职位涉及公司商业秘密,公司与其签订的劳动合同中特别约定:周某在解除或者终止劳动合同后的两年内,不得到与公司经营同类产品的、有竞争关系的其他用人单位任职,不得自己开业经营同类产品。今年3月,已依约如期自觉履行竞业限制义务的周某,来到公司索要竞业限制补偿金时,公司却以原合同并未规定具体金额为由拒绝。

那么,周某该怎么维护自己的合法权益? 这种情况下,补偿金还能否要得回呢?

**解析:**我国法律明确规定:“当事人在劳动合同或者保密协议中约定了竞业限制,但未约定解除或者终止劳动合同后给予劳动者经济补偿,劳动者履行了竞业限制义务,要求用人单位按照劳动者在劳动合同解除或者终止前12个月平均工资的30%按月支付经济补偿的,人民法院应予支持。前款规定的月平均工资的30%低于劳动合同

履行地最低工资标准的,按照劳动合同履行地最低工资标准支付。”“当事人在劳动合同或者保密协议中约定了竞业限制和经济补偿,当事人解除劳动合同时,除另有约定外,用人单位要求劳动者履行竞业限制义务,或者劳动者履行了竞业限制义务后要求用人单位支付经济补偿的,人民法院应予支持。”也就是说,只要劳动者已经履行竞业限制义务,用人单位就必须向其支付经济补偿金。有约定的,按约定支付;没有约定的,依照上述规定执行。故本案公司不得拿“原合同并未规定具体金额”说事。

**相关链接:**竞业限制是用人单位对负有保守用人单位商业秘密的劳动者,在劳动合同、知识产权权利归属协议或技术保密协议中约定的竞业限制条款,即:劳动者在终止或解除劳动合同后的一定期限内不得在生产同类产品、经营同类业务或有其他竞争关系的用人单位任职,也不得自己生产与原单位有竞争关系的同类产品或经营同类业务。限制时间由当事人事先约定,但不得超过2年。竞业限制条款在劳动合同中为延迟生效条款,也就是劳动合同的其他条款法律约束力终止后,该条款开始生效。 金顶街司法所 王珊

## 做文明使者 塑造美好人生

**本报讯(通讯员王珊)**近日,石景山区司法局金顶街司法所的工作人员深入社区,开展了以“做文明使者,塑造美好人生”为主题的安全教育讲座,让学生时刻不忘安全的重要性,让每个孩子都有防范意识,远离危险和伤害。

工作人员为孩子们讲解交通以及校园安全的相关知识,通过一个个生动的案例教育大家,并

通过互动讨论,让同学们理解安全,注意安全。“危险真是无处不在,我以后一定会认真遵守交通规则,遵守各项规章制度,尽量让自己远离危险”,社区学生小王说道。工作人员说,通过此次教育活动,并结合学校、家庭及社会各界的共同努力,我们一定会保证孩子们在家快乐、在校平安、在外安全,拥有一个快乐、文明、和谐的生活环境。

## 新学期 京源37名教师接受针对性培训

**本报讯(通讯员徐继伟)**新学期伊始,京源学校邀请相关方面专家对学校数学、外语、化学3个教研组的37名教师按学科进行了培训,以促进教育教学水平提高。

数学组邀请了北京市义务教育课程教材改革实验教材数学学科编委范永利,北京市数学学科教学带头人谷丹,教育部数学教学指导委员会委员王尚志分别做了题为“关于创新能力的断想”、“从数学视角认识高中数学课程的变化”等3个讲座,从学生数学创新能力

培养、教学的连贯性、提高教学效率等方面进行了系统讲解;外语组的培训则从理论、视野、教学3个层面提高外语组教师的业务水平;化学组则邀请了北京市基础教育研究中心教研员唐建华等专家,从化学学科的思想方法、课堂设计、基本教学要求等方面进行培训。

学校负责人说,此次培训和以往相比,教研组有了更多的培训自主权,更有学科针对性和专业性,提高了培训效率,受到了教师们的欢迎,受培训教师都觉得受益匪浅。

## 全国中学生田径锦标赛 九中学生获跳高比赛冠军

**本报讯**日前,2013年全国中学生田径锦标赛在山西平遥举行。北京九中刘紫莹同学在跳高比赛中获得冠军。

赛场上,九中健儿奋勇拼搏,取得了不俗的成绩。刘紫莹同学除获得跳高比赛冠军外,在三级跳远比赛中获得了第七名。其他参赛同学也都取得了不错的成绩,李彤同学获得100米栏第三名,林琳获得标枪第四名;张家正同学获得100米第五名,女子乙组团体总分第九名,学校团体总分在参赛的167所学校中排第37名。带队老师介绍

说,几年来,九中田径队一直发扬优良传统,刻苦训练,不断取得佳绩,已成为石景山区特色教育的一个亮点。

**又讯**近日,第47届国际儿童运动会在加拿大温莎埃塞克斯举行。北京九中刘紫莹同学在有将近20个国家,20多名运动员参加的女子跳高比赛中获得第二名的好成绩。此外,8月底刚刚在山东潍坊举办的中日韩三国青少年田径对抗赛中,刘紫莹代表中国参加了跳高项目的比赛,最终获得比赛的第二名。 张今

●8月29~30日,古城中学举行了为期两天的新学期教师培训,学校部分教师就上学期工作进行了总结汇报,邀请心理专家对大家进行心理健康辅导。培训中,参加上学期“儒学堂”名师辅导活动的部分教师还介绍跟随名师学习的收获和体会。在教师心理健康培训环节,来自首都师范大学心理咨询中心主任蔺桂瑞从什么是幸福、教师面临的压力、如何应对压力等方面为老师们做了心理疏导,为教师做好开学前的心理准备。 孙继红 李嘉

●日前,苹果园街道西山枫林第二社区邀请八大处消防中队的郭教官、冯教官,为居民普及消防知识。讲座就正确使用家用电器及如何正确使用灭火器等,向大家介绍了日常生活中应注意的消防安全细节以及如何扑救初期火灾、火灾中如何自救等安全知识。郭教官还结合案例及个别社区最近一段时期发生的典型火灾事故,生动形象地阐述了社区家庭安全防范的重要性。 靳文静

## 说说糖尿病

糖尿病是全球性严重的公共卫生问题,发展迅速,对人们健康危害巨大。我国目前大约有2000多万糖尿病患者,并有逐年增加的趋势,糖尿病已经成为我国的重要公共卫生问题。

### 什么是糖尿病?

糖尿病是一种慢性疾病,当胰腺产生不了足够的胰岛素或者人体无法有效地利用所产生的胰岛素时,就会出现糖尿病。胰岛素是一种调节血糖的荷尔蒙。高血糖症或血糖升高,是糖尿病不加控制的一种通常结果,时间一久会对人体的许多系统带来严重损害,特别是神经和血管。糖尿病又分为一型糖尿病和二型糖尿病。

### 一型糖尿病

一型糖尿病(过去称为胰岛素依赖型,青少年或儿童期发病型糖尿病)的特征是缺乏胰岛素分泌能力,需要每天注射胰岛素。一型糖尿病的病因尚不清楚,利用现有的知识也无法预防。症状包括尿液分泌过多(多尿)、口渴(烦渴)、常有饥饿感、体重减轻、视力减退和疲乏。发病较急,症状明显。

### 二型糖尿病

二型糖尿病(过去称为非胰岛素依赖或成人发病型糖尿病)由于人体无法有效利用胰岛素造成。世界各地的糖尿病患者中有90%的人患有二型糖尿病,主要是因体重过重和缺乏身体活动所致。症状可能与一型糖尿病相似,但往往症状不明显。可能在发病多年之后才诊断出患有糖尿病,此时则已出现并发症。直到最近,这类糖尿病还只见于成人,但目前也有儿童发病情况。

### 妊娠期糖尿病

妊娠期糖尿病是高血糖症,最早在妊娠期间发病或被确诊,症状类似于二型糖尿病,通常都是通过产前筛查而不是报告症状后被诊断出来的。

### 糖尿病诊断标准是什么?

糖尿病的诊断标准是多饮、多食、多尿、体重减轻的“三多一少”典型症状加随机血糖 $\geq 11.1\text{mmol/l}$ (200mg/dl),或空腹血糖 $\geq 7.0\text{mmol/l}$ (126mg/dl),或葡萄糖负荷后2小时血糖 $\geq 11.1\text{mmol/l}$ (200mg/dl)。

### 糖尿病的常见后果是什么?

**心脏:**糖尿病增加了患心脏病和中风的危险。50%的糖尿病患者死于心血管病(主要是心脏病和中风)。

**血管:**糖尿病患者足部神经病与血流量减少结合在一起,增加了患足部溃疡的可能,最终导致截肢。

**眼睛:**糖尿病性视网膜病是失明的一个主要病因,它是视网膜小血管长期累积损伤的结果。患糖尿病15年后,大约有2%的患者失明,10%左右的患者视力严重减退。

**肾脏:**糖尿病是导致肾衰竭的主要原因之一。10%~20%的糖尿病患者死于肾衰竭。

**神经:**糖尿病性神经病是因糖尿病而对神经造成的一种损害,它所影响的糖尿病患者比例高达50%。虽然因糖尿病性神经病会引发许多不同的问题,但常见症状还是麻刺感、疼痛、麻木或手脚酸软。

总体来说,糖尿病患者死亡的风险比未患糖尿病的同龄人至少增加一倍。

### 糖尿病该如何治疗?

遗憾的是,以目前的医学水平尚无法完全治愈糖尿病,鉴于此,目前的治疗原则是严格控制血糖水平达标;保护胰岛B细胞功能;预防并延缓并发症的发生发展。其中血糖达标就是我们日常的治疗导向,每位糖尿病患者都应严格做到。

目前医学模式下糖尿病综合治疗的方法是通过饮食、运动、药物、自我检测和患者教育五种途径来管理血糖,这五种途径又称为糖尿病管理的“五驾马车”。

区疾控中心供稿

## 攻克一耳鼻喉疾病的困扰

很多鼻炎患者都有这样的痛苦:患鼻炎好几年,鼻发痒、打喷嚏、流鼻涕、鼻塞等症状。学习、工作一直紧张,只能吃药、滴药水缓解病情,但对鼻炎来说“治标不治本”,达不到治愈的目的,还能引起其他并发症。

### 耳鼻喉疾病治疗新突破

携手耳鼻喉专家进行科学的探索,本院引进国际先进的德国STORZ鼻内窥镜及美国DNR数字等离子技术。将鼻咽部疾病诊疗的安全性、可控性与功能性提高至一个新的水平。再则鼻内窥镜检查对恶性肿瘤鼻息肉和各类鼻腔鼻窦疾病的早期发现有重要的意义,鼻内窥镜已成为耳鼻喉科医生诊断鼻科疾病必不可少有效工具。

### STORZ鼻内窥镜及DNR等离子治疗优势

等离子消融技术,在鼻内窥镜下,运用等离子低温消融系统对引起鼻咽炎的增生组织进行消融,从而减轻组织的损伤,并能大大减轻病人的痛苦和缩短康复的周期,此疗法损伤

小,效果好,无需住院,无后遗症。等离子低温消融能以较低的温度(40~70度左右)来进行组织的消融。和其它治疗方法相比,其突出优点是痛苦小,定位精确、无需开刀、一次性治疗,可完全保留正常的鼻咽部组织免疫调节功能。效果好无需住院,得到了广大患者的好评。

### 打喷嚏怎么办? 对症治疗最关键

有位白领崔先生出现了鼻塞、流涕、鼻痒、打喷嚏的症状,以为是感冒,可吃了十多天感冒药,不见好转,这给他的生活工作带来了许多麻烦。

近日,崔先生经朋友介绍来到北京长庚医院的耳鼻喉科,专家通过内窥镜检查,确诊崔先生患有重度过敏性鼻炎并伴有哮喘,建议采用DNR等离子筛前神经阻断术治疗,这是目前国际上较先进的一种治疗方法。当了解到该技术具有治疗时间短、恢复快等优点时,崔先生欣然接受了治疗,整个过程不到20分钟就结束了,而且几乎感受不到疼痛。几天后崔先生不再打喷嚏,鼻塞等症状完全没有,整个人也精神了。

北京长庚医院耳鼻喉科健康热线:010-68869751

地址:地铁1号线古城站C口往前50米

## 生活提示