# 为什么越来越多的年轻人挤进厨师行业？

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-06-19

*第一篇：为什么越来越多的年轻人挤进厨师行业？专注于厨师与中西式面点师的培养为什么越来越多的年轻人挤进厨师行业？当下，社会上的就业选择越来越多，各行各业中不乏大量年轻人在工作，有些甚至已经成为本行业中的佼佼者。针对餐饮行业来说，厨师年轻化的...*

**第一篇：为什么越来越多的年轻人挤进厨师行业？**

专注于厨师与中西式面点师的培养

为什么越来越多的年轻人挤进厨师行业？

当下，社会上的就业选择越来越多，各行各业中不乏大量年轻人在工作，有些甚至已经成为本行业中的佼佼者。针对餐饮行业来说，厨师年轻化的趋势也更加明显，为什么现在大量年轻人挤进厨师这个行业中来呢？

从文化传统层面来说，烹饪和国画、京剧、中医同为我国的国粹，受到中国几千年农耕文明的影响，“吃”历来都被中国人重视。俗话说：“民以食为天”，在中国的传统文化里，人们对美食的追求可谓情有独钟。这也是中国的厨师行业历经几千年岁月而长盛不衰的原因。传统观念的转变也是年轻人选择从厨的一大因素，由于外来经济与文化的冲击，目前，中国已经从过去注重学历开始向注重能力与知识的培养转变，年轻学生通过不同方式成功成才。学厨师也不再因为属于服务行业而被人诟病，也在逐渐成为年轻人择业的良好选择。

专注于厨师与中西式面点师的培养

在掌握一定的基础知识后，由于个人兴趣爱好或者家庭条件等原因，会选择学厨师来帮助就业。这也跟厨师行业的入门门槛低有一定关系，上手快捷、花费时间少，就业速度快，只要认真努力，就可以学会。由于目前我国经济快速发展，并不是所有人都是因为生活所迫才会选择当厨师，一些热爱美食 和烹饪的年轻人，选择从厨，把兴趣爱好当成个人职业也相当普遍。从个人的发展和提升空间上说，无论你是想先打好基础，之后自己开家餐厅，还是想在酒店做厨师长、行政总厨，或者想出国就业等，年轻人由于没有太多的经历和知识，从当厨师开始也显得更加合理。

据国际权威机构调查显示：厨师将会成为全球一体化时代前景广阔的职业之一。因此，当厨师也不失为个人职业规划的良好选择。目前，我国第三服务产业在国内生产总值中占据了越来越大的比重，餐饮作为服务行业的一种也在迎来行业的发展良机。厨师作为其中的“日不落”行业，吸引年轻人进入也不足为奇。

选择从厨，是一个年轻人在大好年华中做出关于职业方向的选择，年轻人的大量进入也给厨师行业注入了新的生机和活力。

**第二篇：户外运动越来越多年轻人喜爱**

户外运动越来越多年轻人喜爱

--明阳天下拓展培训

由于长期生活在城市里，生活节奏快、接触的环境都很单调，现在不少年轻人都渴望能够释放压力、调节心情，因此她们不约而同地选择了户外运动，这批年轻人有个更广为人知的名称——驴友。他们不再把业余时间浪费在都市里，而是选择了走出市区，有时上山、有时徒步，到户外感受更广阔的天地。

种类繁多可自由选择，户外运动的历史，最早可追溯到18世纪的欧洲，早期的户外运动属于军事和求生范畴，主要包括露营、徒步、攀岩等。到了二战后，随着经济的发展和时代的变化，户外运动逐渐成为一种新的生活和运动方式。

从种类上来看，其难易程度又有所不同。简单的比如说短途徒步和骑行，更专业的比如攀岩和露营。有的比较简单不需要什么准备，有的稍微专业些，比如说去海边露营，就要具备更专业的知识，携带更专业的装备；而像攀岩这样的运动，因为太过专业，户外运动种类繁多，驴友们总可以找到自己喜欢的运动方式。喜欢说走就走来个短途旅行，市内不少地区徒步或者骑行都可在一天内来回；喜欢多跑几天彻底放松的，可以做好准备带上足够的食物和水，尽情奔向大自然去露营。

更多相关信息，请访问明阳天下拓展培训网站!

**第三篇：土木行业年轻人必读**

土木行业年轻人必读!(转)

1、要善于学习。由于土木工程的复杂性决定了我们必须要善于学习。一个是向实践学，一个是向有经验的人学，还有就是向书本学，多看些工程实例方面的书，看课本就没有必要了。

2、要善于吃苦。不管是做施工也好，做设计也好。要能吃苦，土木工程本来就是一个艰苦专业，我念大学的时候很多人都不喜欢念，现在不同了，因为找工作比较好找，加之从业人员短缺，现阶段学土建的人多了，但其艰苦性仍未改变。只要和土建相关的人，没有轻松的，就是领导也不象生产单位的领导那么轻松，生产单位一样产品生产多少年，人员设备都是固定的，而建筑工程产品由于其自身的特点决定了做从业人员的劳累。

3、对待工作要有责任心。当今社会谈责任心仿佛有点过时了，但作为工程技术人员却要有责任心，而且要强。我当年结婚三天就上班了，因为当时负责一个很大的项目，我放心不下，在家里呆不住。有的时候，因为责任心不强也会导致一些不必要的浪费和返工。新参加工作的人，如果是工作经验不足造成的损失有情可原，但如果是因为没有责任造成的损失，领导会对你有意见的。在任何一个单位，出事故是正常的，外表看着正在施工的宏伟的大楼，其实都有许多的问题，有大有小，只是外人不知道罢了。有的毕业因为出点事故就灰心了，没有必要，时间长了就会了解，出质量事故是绝对的，不出事故是绝对不可能的。

4、不要站错队。新到一个单位，不要和某些人过于关系甚密，不要参加任何一个帮派，只是努力工作就行了。

5、关于考证和晋职称的问题。

在土木行业有许多证可考的：注册结构师、注册造价师、注册监理工程师、房地产评估师、注册建筑师、注册建造师、注册岩土工程师等。对于那些需要过基础课的考试，要先过基础课，如注册结构师、注册岩土工程师等，工作若干后才可考专业课。有的不需要基础课，但专业工龄要求较长，如：注册造价师、注册监理工程师，其中注册监理工程师必须具有工程师职称并且在取得职称后工作后三年，是要求条件最高的。其它的只对学历有要求，对职称没有具体的要求。考证是大势所趋，也是社会公平竞争的一种方式，对那些愿意学习的人是非常有帮助的。

关于晋职称。大专毕业后三年评助理工程师，证上助理工程师后四年评工程师，即大专毕业后七年可晋工程师。大专毕业原则上不允许评高级工程师。本科毕业后一年后自动转为助理工程师，评为助理工程师后四年评工程师。即本科毕业五年后评工程师。在获工程师职称五年后可有资格评高级工程师。硕士毕业后2-3年评工程师，博士毕业后1年评工程师。

例如某人专科2024年毕业，则他在2024年晋助工，在2024年晋工程师。某人本科2024年毕业后，他在2024年晋助工，在2024年晋工程师，在2024年有资格晋高级工程师。看现在的趋势，专科晋高级的可能越来越小了，除非有重大的贡献。晋工程师只需提交几篇论文，不用发表，可以随便抄的。但晋高级工程师要在省级以上刊物上发表1-2篇文章。

了解以上内容，有助于同学对今后的人生定位，对自己今后的人生之路有个安排。现在的人生有许多道路可走的，我原来是专科毕业，后来念的自考本科，大学毕业十年后又考上了研究生，所以不用一条道走到黑，现在的人生道路是多元。但在人生的紧要关头有几步是非常关键的，工作就是其中之一。我在原单位对手下的技术人员很好，对新毕业的大学生总是加以指导。有的人没晋完中级职称就到外面闯荡，也能闯一阵子，但他现在特别想回来晋职称，因为土建行业没有中级职称找工作很难的（不是指毕业生），他本来应该在2024年晋职称，直到现在也没晋上，就是没安排好自己的行程。

6、大学学的专业课与实际的差别。

经常有人问我，大学里面学的课程在实际中有用吗？我的回答是，有用，但用的不多而且不够用。大学里面学的许多课程只是让学生了解一下内容，没有深度，和实践有距离。我是施工单位出身的，对设计了解的不多。总的来说，大学所学的东西，在设计院里用的多，在施工单位用的少，但并不是说，施工单位对大学生要求的低。现在的工程越来越复杂了，有许多地方要用到力学知识的。在国外施工单位的技术力量是强的，这一点不同于中国。

7、在实际工作中最实用的是手册和工程实例之类的东西，要多看看。

我个人认为对大学的课程，只要是自己答的，能达到60分就行。其实很多课程如果开卷，大多数人都能答80分以上。在实际工作中就是开卷考试，不会就翻书嘛，又没有人监考！注册结构工程师和注册岩土工程师的专业考试就是开卷考试的。

8、在工作中如何提高自己。

这一点在前面我已经说了一些，在这里我简单提一下。我在单位的时候，有什么活都抢着干，每个月开资，先去沈阳买书。刚开始在工段当技术员，后来是质量检查员，最后是分公司的主任工程师，编了大量的施工方案，还参加了公司的施工招投标，我主要是做施工组织设计。2024年底晋上工程师职称，2024年年初我离开了公司。我的感觉是一定要把工作中的体会记下来，平时多攒点资料。因为我是从基层一步一步干上来的，所以公司对我还是很重视的，下面的工程技术人员对我也很尊重，对一些工程问题的处理，我做的方案他们是认可的。我记得一位院士说，他其实很一般，但和他同时毕业的同学都在了机关，就他在基层，一直从事技术，边干边学，就有了今天的成就。我们这儿的院士说人的能力总是逐步增长的。刚毕业的同学，到了新单位很多东西都不懂，就对自己产生了怀疑。事实很多人都是这样的，我刚毕业的时候也是啥也不会。比如一棵小的时候，树小根也小，树长大了，它的根也大了，所以不要对自己的能力有疑问。随着时间的增长，你的树会越长越大的，根也越越发达，小树怎么可能有大根呢？

有的人问我：“我在小城市工作，听说大城市的施工技术很先进，我能行吗”？可以的，没问题的。我以前在一个小城市干的是重工业厂房，后来我到北京工作，没什么不适应的。都是那点东西，也是陪各方人士聊吗，我发现土建行业的人都特能讲。而且技术越先进，我们越轻闲。

9、如何跳槽。

在单位干的差不多时候，就得准备跳槽。要作好各种准备：首先把自己的证书都掌握在手中。在走之前要处理好各种事情：欠人的钱要还，不要声张，妥善处理好和准备抛弃的（男）女朋友的关系，有情人的要断绝来往了，有老婆孩子比较麻烦就得带着了，（男）女朋友在外地的要事先让他们知道，帮助找个工作，有同学朋友的请他们帮助介绍，实在没有可靠人的就得自己出马了。光棍比较好，一个人拿个包就走人了。胆小怕事的，怕找不到工作又回不了原单位的，可以采用“骑驴找马”的方法：先不辞职，请假到外地找工作，觉得不行再回原单位。我胆子比较大，就和领导说了句我不干了，就走了。我到北京找工作的时候，先随便找个单位干着，省了住宿的钱（在旅馆里住着很不安全的，最好到大学的招待所），利用周日到人才找工作，而且你在工作单位就有人给你指路了。我就是在北京的一家房地产公司内工作了十天，后经高人指点，投奔了另一个公司，我非常满意。临走之前要和同事处好关系，和领导要说，不是我不爱你，只是我爱不起，因为挣的太少。我没别的能耐，就有一点比较好：我干过的单位我还可以随时回去，希望你们也能做这一点。

在另一个单位，不要说原来的单位怎么怎么不好，不要骂原来的领导，因为你的新领导会想，这小子早晚也会骂我的，还是不要吧。跳槽的原因，可以有许多种，就是不要贬低原来的单位和人。

我去过一个外资企业，其中一个人在面试时，他说，我掌握原来单位的所有秘密，我的老板一听吓坏了，他的下场可想而知了，你敢用他吗？

跳槽就是跳高，越跳越高！！

10、关于爱情。

俗语说：男怕选错行，女怕选错郎。在土建行业的女生找男朋友还是比较容易的，所以在这里就不谈女生了，她们只怕会挑花眼了。我对爱情看法是：爱情是美好的，但不要搀杂太多的功利。大多数的女人对家庭和爱情都是忠贞的，作为男人一定要善待她们，因为作为一个女人确实不容易，尽量不要离婚，如果双方不爱，不要勉强，否则会对很多人造成伤害的，尤其是女方。如果男人烦了，可以在外面找个情人（一定要有一年的考验期才能确实情人关系），但不要离婚，在外面累了，一定会回家的。这就要看你的手段了〈〈跑题了〉〉。在施工单位的男生要记住，如果公司来了新的女大学生一定要掌握第一手资料，第一时间出击，晚了就不行，以前女大学生特少，我这么优秀，在单位都没抢着，现在供应量比较充足，但也要早出手，最起吗要挑个好的吗。如果你已经死了心了要离开公司，最好就不要处了，免得对双方是伤害，很少有男人能做到甩掉女友不伤心的，何必呢！！！不用着急，我还有高招。如果你混的差不多了，就去大城市工作，首先房地产公司，那里面的漂亮女孩特多，在土建行业里，只有房地产公司里男女比例比较合理，凭借自己的能力找个漂亮的女孩不成问题，最好是独生女，在该城市有房的，这是最理想的。实在不行，就去附近的大学上自习，专找大四的女生，成功率极高，那时的你西装革履，又有钱，又喜欢学习（毕业了还来上自习），女生能不喜欢吗？，那时你会昂天长叹，当年的我，有众多的妹妹错过了，真是可惜了！如果时光能倒流。。。实在找不着，我也没办法了，去征婚吧。

我当年在施工单位由于没找到女朋友，很着急。所以有一年就到了房地产工作近半年，确实有许多女孩对我很好，可是没把握住，主要是我胆小。后来我又回到原单位，随着时间的增长，胆子大了，脸皮厚了，但是附近也没有大学啊，我又不能去技校吧？想了一阵子，我想到了外语角。和领导说了原因，他们很支持，因为他们知道我闹心的原因。我的外语比较不错，发音好，在外语角的第一天我就征服了一个女孩。很快我们就不在一起练口语了，而是对口形了，还有。。。，现在我儿子管她叫妈妈。爱情还要自己掌握！

虽然我三十多了，但是我又重新回到了校园，读研究生。我所接触的学生和同学与你们差不多大，我对门的小博士才二十一岁，比你们还小呢！我也面临重新就业的问题，但我要从容多了。我理解你们，毕业了，父母养育了这么多年，都想回报社会，父母，证实一下自己的能力，但是不能太急躁，我上面讲的小树的故事，它的根不是一下子就长大的。你们能在一个单位安心工作，平安并且健康就是对他们的最好回报！

12、施工单位并不可怕。

许多同学一提起施工就害怕，以施工单位不好，实际上不是这样的。现在的施工的施工条件比以前强多了，尤其是一些大的正规的施工单位，生活和住宿的条件是非常好的。如果你们在施工单位碰到象我这样的领导就好了，我一个星期给你们放假，约会的可以随时走，向上级多要点女大学生，这也是稳定军心的大事。肯定有的，经济发展了，施工单位也会好的。而且越来越多的高素质的人在担重任，所以前途光明，道路曲折。相信土建行业男女大学生比例失调的日了不会长久了！你没看到大学在扩招吗！这是我们的建设部部长给教育部部长提的意见。

愿大家都找个好工作，找个好伴侣！

**第四篇：瑜伽病越来越多行业待规范**

瑜伽病越来越多行业待规范 撰稿： admin 发表于：2024-06-19 10:08 作者：39健康网 来源：39健康网阅读消耗积分：0

 浏览数：65

 评论数：0

时下，瑜伽已成为受人追捧的时尚运动，受到了年轻女性们的喜爱。近年来，各地的瑜伽会所更如雨后春笋般不断涌现，然而，目前各地健身俱乐部聘请瑜伽教练的标准五花八门，在一些教练的“指导”下，那些因不当练习而导致的韧带拉伤、椎间盘磨损、脊椎变形等“瑜伽病”越来越多。

瑜伽教练缺乏统一认证

瑜伽是一种帮助人们协调身体和精神的行之有效的运动方式，它能消除烦恼，平和心境；增加身体的柔韧度；对糖尿病、甲亢、低血压、失眠、颈椎病等病症也有较好的辅助疗效。然而，作为一项富于技巧性的健身项目，瑜伽练习对专业教练要求较高，缺乏正确指导很容易造成身体伤害。

据悉，国家相关部门对瑜伽教练资格尚未形成统一的规范和标准。目前各地健身俱乐部聘请瑜伽教练的标准也是五花八门，各种培训机构和证书也鱼龙混杂，还有不少瑜伽会所和健身俱乐部干脆“自产自销”，送几个学员去印度修学，然后就办瑜伽教练培训班并发放所谓的“瑜伽教练执业资格证”。

越来越多的“瑜伽病”

然而，随着“瑜伽热”的持续升温，那些因不当练习而导致的韧带拉伤、关节炎、椎间盘磨损、脊椎变形等“瑜伽病”已经逐渐显现。有很多瑜伽练习者都曾因不当练习而受过伤。还有部分长期练瑜伽的人，由于姿势不正确，或用力过猛，出现了椎间盘退化、磨损等一系列问题。另外，部分瑜伽混合训练班让不同程度的学员集中上课，有些学员有可能为了追赶较高水平的学员，勉强做出超高难度的动作而受伤。

有专家指出，这与瑜伽教练的不当指导有很大关系。据了解，目前有不少健身房的瑜伽教练身兼数职，常常一人同时还担任健美操、普拉提等三到五种课程的教授工作。他们在学习技巧时掌握的知识非常泛化，瑜伽的86000个体式中，往往只能做到很少的一部分，对瑜伽练习的理论知识也掌握不足。而瑜伽在练习过程中讲究的是循序渐进、量力而行，仅掌握体式而不了解理论知识，难免造成身体伤害。

统一标准势在必行

据悉，目前欧美瑜伽行业已建立起行业联盟，制定有统一的行业认证标准。对于我国来说，国家有关部门正在为统一瑜伽行业认证而努力。据了解，国家体育总局已选择北京、上海、广东、河北、陕西、黑龙江、浙江等7个省市做试点，成立“体育行业特有工种职业技能鉴定站”。瑜

伽作为健美操的特种课程，也出现在鉴定内容之中。瑜伽教练的考核有望统一纳入健美操教练的考核、鉴定中。“只有立住门槛，才能保证跨进门的人的质量，也才能保证练习者的权益。现在这种泛商业化的状况已经和瑜伽本身所追求的精神境界背道而驰、愈行愈远。”业内专家如是说。另外，专家提醒，瑜伽号称是绿色有氧的练习方式，练习者要根据自身的年龄、身体状况等具体情况选择进行，强调慢慢地进入状态，练习时达到自己身体可以感觉的状态即可，千万不要超出自己身体的极限，一味追求高难度的动作，如果练习不当，或者是急功近利的话，就有可能造成肌肉的拉伤。专家同时告诫人们，瑜伽并非人人适合练习，有高血压、脊椎病等疾病的人，学习瑜伽前宜先咨询医生意见；而练习“高温瑜伽”，更容易导致心跳加速，身体水分大量丢失，故心脏病、高血压患者和孕妇及儿童皆不适宜。

**第五篇：厨师行业之前景**

把握时代脉搏

体现行业特征

厨师行业之前景 厨师行业之前景

厨师专业有个特点,它最贴近生活,人总要吃饭,饭菜总得有人料理,社会越进步, 分工越精细,所以厨师专业被誉为永不失业的专业.厨师专业另一个特点是与文化艺术贴得很紧密,俗话说厨艺厨艺,烧菜做饭一旦与文 化艺术结缘那还了得,它的发展空间就变得无限大,从最低端的默默无闻的厨子,到知名 的厨艺大师,这么大的发展空间完全你自己掌握,你想做到哪一个层次,只要你付出努力, 就都有可能实现.厨师专业前景可以用一句话来概括: 前景广阔, 但要付出努力.上海知名厨师学校—— 浦东国际培训中心曾对毕业四年以上的学员做过一次调查,百分之八十的毕业生职业发展近况良好,少数特别优秀学员已坐上主厨,行政大厨等重要位置;百分之十以上的毕业生 自己开店当老板,只要极少数的学员毕业后因种种原因该行.但中国厨师协会领导认为: 浦东国际培训中心毕业的学生之所以职业生涯顺当,可能与职业培训起点高有关.一些起 点较低的低端厨师职业培训学校,仍要慎重选择.

上海浦东国际培训中心 地址: 地址:中国上海市浦东新区金桥路 1851 号 电话: 网址:

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！