

「**劳动**」**者**说

何伟 外卖骑手

干外卖这行,虽然风吹日晒、脚步不停,但我很有成就感。帮上班族送上热饭,为老人代买物品,都是在为大家生活添便利。如今就业环境越来越好,我们也能得到尊重与关怀,在林泉社区助餐岗吃上一口热乎饭,心里暖暖的,我会继续跑好每一单,用心服务每一位顾客。

张亮亮 外卖骑手

入行一个多月,我早已爱上这份忙碌的工作。靠劳动赚取收入,凭借准时靠谱赢得顾客信任,就是我最大的收获。前几天刮大风,在印象城遇到一位老人手里的现金被风吹跑了,我帮他追了回来。“五一”假期我依旧坚守岗位,南市街道工会驿站惦记着我们,送来暖心餐券,解决了就餐难题。这份被牵挂的感觉,让我更有动力,也为自己是城市服务者感到自豪。

吴俊军 外卖骑手

每天奔波在城市各个角落,见证着城市的烟火气,也用自己的速度守护大家的日常所需。这份工作教会我坚持与担当,靠双手打拼的日子格外充实。感谢街道、社区对新业态劳动者的暖心关怀,免费就餐让我们倍感温暖,我会继续坚守岗位,用劳动创造属于自己的幸福。

李杰 外卖骑手

对我来说,外卖骑手是一个相对自由的职业,每天派送上百件餐食,看着客户好评的笑容,我满是成就感。这份工作让我积累了经验,也收获了认可,靠勤劳赚钱心里特别踏实。遇到摔倒的路人,帮忙扶一下;遇到老年人,搀扶一下,是我的职责,也是我的骄傲。

张汝军 外卖骑手

做了7年的外卖骑手,虽然风里来雨里去,但靠自己的双手挣钱,很满足、很踏实。送餐路上记不清报警多少回了,一次在鞍山道与河南路交口,一位醉酒的市民摔倒了,我报警了,警察来了联系到家人,给他接回去了。看到遇到困难的人,我会毫不犹豫地帮助。

记者 付殿贵

顺手帮 替老人带走门口垃圾

每天骑着车在各小区送餐,赵程养成了一个习惯:多看一眼。

有一回午高峰,他接了一单,备注写着“帮老人调机顶盒”。他上了楼,给老人调好电视,临出门看见门口堆着几袋垃圾,顺手拎了下去。

后来送外卖时,只要开门的是老人,腿脚不方便,门口又堆着垃圾,他都会不吭声地带走。不用老人开口,也不用人家道谢。“其实都是顺手的事。”他说。

社区里搞反诈等宣传活动,他穿上红马甲跟着发传单。清明文明祭扫值守,他也参加。冬天下大雪,小区楼道口结了冰,他扛出自家的吹雪机,把楼栋门口的雪吹了个干净。楼栋门口有个井盖,边上的水泥裂了,他自己买了水泥,修补好……

赵程不善言谈,也从不与外人说这些事。干完了,他在手机里拍张照片存着,说“自己看着玩”。

赵程微信里有腾讯公益的捐款记录。最早的一笔是2022年,10元、20元、100元……这几年下来,他断断续续捐了3133元。问他图什么?他想了半天,“人活着,总得做点什么。”赵程说,“一开始送外卖,觉得不够体面。后来想通了,人无论干哪一行也能干出成绩。凭自己能力赚钱,不偷不抢,本本分分,挺好的。”

文/摄 记者 信华



扫描二维码认识赵程



扫描二维码认识李杰

始帮别人。

免费修 邻居和同事都找他

在太阳城附近,赵程正蹲着帮一个小哥修车。

小哥的电动车轮胎薄,扎了好几回了。“我们天天在路上跑,什么路都得骑,砖缝、井盖、碎玻璃。胎一扎,所有订单都要超时。”小哥说。

赵程提前帮他从网上挑了条8层的加厚胎,50多元钱。“同样的轮胎,修车店连工带料要120元钱。”小哥不太会网购,型号搞不清,价格也看不准,索性让赵程帮着下单。

扒胎、上新胎、打气,40分钟弄完。小哥骑了一圈,下来冲他竖起了大拇指,连连道谢。这样的活儿,他隔三差五就要干一回。

赵程住在中山门的老小区,一楼。他平时在门口摆弄车,邻居都能看见。谁家机顶盒调不好了、灯泡憋了、油烟机管子漏了,找上门来他就搭把手,从不收钱。“老小区老人多,过日子仔细。一根油烟机管子配件10元钱,叫人来装上门费就得50元。”赵程说。

后来,会修车的事儿在“外卖群”里传开了。跑外卖的骑手,车坏在半路最耽误事。谁家车子故障、电瓶亏电、刹车不灵,只要打个电话,他带着工具就过去,不要钱。“要钱就不合适了,他还不如去外边修。”有时候人家实在过意不去,给他买瓶水,他也就收下了。

下午3点,河东区喜悦购物公园,跑了一中午的外卖骑手们正在歇脚。42岁的赵程刚送完一单回来,停好车,从工具箱里摸出扳手,紧了紧后视镜上松了的螺丝。就是这个“顺手”的习惯,让他在中山门、太阳城一带成了小有名气的免费修车师傅:换胎、修刹车、洗家电、通下水,邻居同事谁家活儿叫他都去,不要钱。这一干,就是五年。

图省钱 学了一门手艺

赵程是土生土长的天津人,2007年在企业做流水线工作,2012年转行送快递。“那时候快递都是大件,扛着上楼沉,腰受不了。”腰间盘突出毛病就是那时候落下的。2017年,他改行送外卖,图时间自由,又能养家糊口。

跑了没多久,他发现一个实际问题:电动车太费了。

一天跑200多公里,刹车片两个月就磨平了,轮胎撑不到一年就得换。他去修车店问过价,换条轮胎100多元,换副刹车片30元。“外面人工太贵,什么都找外边修,日子过不出来。”

2020年左右,他开始刷抖音上的修车视频。先拿自己的车练手,拆了装、装了拆,修坏了就琢磨下次怎么弄。慢慢地,不光修电动车,洗空调、洗热水器、洗油烟机、组装电脑、安装监控、通下水道,他都学会了。这些年陆续添置的工具,前前后后花了两三万元钱。手艺学成了,原本只为省钱,慢慢地他开

外卖骑手赵程
送外卖的路上
他顺手修了五年车

他的故事 奔波在街巷里的外卖骑手,靠着自学的修车手艺,五年来一直无偿帮邻里和同行修车解难,用举手之劳温暖着身边人。

劳动宣言 平凡人做小事,一点一滴积攒善意,就是我最大的动力。



每一次奔波 都跑出城市的烟火与温度

网约车司机孙洋
搀扶过乘车老人
深夜守护失恋女孩



她的故事 从最初的忐忑不安,到如今的从容笃定,每一段路程,都藏着她与这座城市、与陌生人之间的温柔故事。

劳动宣言 都说女司机“手潮”,我不这样认为,我是天津市“最飒”的女司机。

她握着方向盘,驾车走过这个城市的大街小巷。从最初的忐忑不安,到如今的从容笃定,她曾经体验过乘客给予的温暖,她也给更多乘客送上了帮助。四年中,每一段路程都藏着她与这座城市、与陌生人之间的温柔故事。

敢尝试 当起了网约车司机

四年前,32岁的孙洋站在人生的十字路口,出于对时间自由的渴望,也为了兼顾家庭与生计,她动了做网约车司机的念头。可这个决定,最初却被满心的顾虑包裹着。“起初,我把想开网约车的想法说出来时,家人其实是不同意的。”孙洋回忆当初,语气里带着几分感慨。当时她最担心的,便是深夜接单时遇到酒后失德的乘客,害怕言语骚扰甚至人身侵犯;也顾虑过偏远路段时的治安问题。“我觉得天津的社会治安还是很好的,就抱着试试的想法开始了。那一年里,不仅担心的事情没有发生,遇到的乘客,无论男女老少,绝大部分都很热情。尤其是看到女司机,都愿意问问一天跑几个小时、家里孩子谁照顾之类的问题,一天就这么过去了。跑到第二年时,我越来越适应了。现在我觉得每天都很开心。开车哪都去,以前很多没去过的地方也有机会去看看,心情还是很好的。”

“开网约车的四年中,我也遇到过很多感人的事情。去年的一个晚上,我把一位从滨江道上车的乘客送到静海区一

个偏僻的村子里。乘客下车后,我发现前面在修路,当时没法倒车,导航也导不出去,一直提示我直行。乘客见我开不出去,就步行给我看着一路被挖得坑坑洼洼的路基。一直走了200多米带我走过这段路,乘客才回去。”孙洋说。

被温暖 热心乘客送饮料

还有一次,那是深冬的一个早上,孙洋把一个初中生模样的女生,从华苑独自送到了和平区的一所中学。也许是途中自己偶然几次咳嗽引起了那个女生的注意,下车时,孩子一边表达感谢,一边将书包里的一瓶梨汁饮料递给了她,还叮嘱她说:“多喝点梨水,能缓解您的咳嗽。”孙洋说:“虽然当时很冷,但听到她的叮嘱,我的心里可热乎了。这瓶饮料我一直没喝,直到晚上带回家,还和老公说了这件事。现在想起来,心里还是热乎乎的。”

得到过乘客的帮助,孙洋在日常的运营过程中,也尽可能地给予乘客更多的帮助。看到老人乘车,只要是停车条件允许,她都会下车搀老人一把,帮老人拿好自己的东西。遇到腿脚不方便的,她都会尽可能地帮把车开进小区,停到乘客的楼门口。

耐心劝 送失恋女孩安全回家

劝导一名失恋女青年,是孙洋这几年开网约车经历中印象最深的一件事。

「**劳动**」**者**说

李婷如 陪诊师

两年前,我开始做陪诊师这份工作。医院里漫长的等待、不适的病体、拥挤的人群不断地放大了人们的焦虑。陪诊师每一次顺利挂号、检查、取药,用专业减少麻烦,让患者就医减少折腾。患者的一声声感谢,让陪诊师的奔波、辛苦都有了意义。

龙思甲 养老服务师

我是和平益美嵌入式社区养老院的一名养老服务师,日常悉心照料长者起居,耐心陪伴聊天解闷。每当看到爷爷奶奶展露笑颜,得到他们真心的信赖与家属的认可,我便满心温暖。守护夕阳,用爱护航,这份被需要的幸福感,就是我工作最大的成就感。

李树林 快递员

快递员看似平凡,却承担着千家万户的期待。无论是日常用品还是节日礼物,我都用心派送,绝不马虎,这份认真让我收获了很多回头客的信任。13年来,我感受到行业越来越规范,也服务过很多孤寡老人。有一次,一位近百岁老人想出门买东西,我主动帮忙买了急需的日用品,感觉很有成就感。

华志强 外卖骑手

我每天穿梭在城市街巷,准时把热餐送到顾客手上,每次听到一句“谢谢”,就觉得所有奔波都值得了。这份工作让我靠自己的努力撑起小家,踏实又安心。我所付出的和回报完全是成正比,平时送餐风吹日晒,但社区给予我们很多的帮助和关爱,提供爱心助餐点,能吃上热乎饭,真切感受到城市的温暖,再辛苦也有奔头,劳动最有意义。

姜秀荣 养老服务师

作为一名养老从业者,深耕二十年,都是日复一日的用心与陪伴。照顾好每一位老人,用专业去守护身体、用真心去温暖心灵,把耐心留给老人、把坚持留给自己。没有惊天伟业,只有平凡坚守。愿长者老有所依,老有所安。一份职业一份责任。我们做的不仅是养老服务,这份工作让我懂得责任与温情,也实现了自己的价值。

