

# 上门修电脑被隔离,葛庆海定下心来修修修,从电脑、电视到灶具、门锁

## 一修哥 闭关 一路升级打怪

你好!明天

中风险小区蹲点故事

到朋友家修20分钟电脑,却换来14天隔离——“外来者”葛庆海一开始告别妻儿独自走进“封闭小区”明天华城时,是很不情愿的:“家里有三个娃,还开了两家店,14天出不去怎么行?”

为了大家的安全,他还是背上行囊“进城”了。燃气灶、打印机、智能锁、电视机、路由器……“闭关”期间,这位“一修哥”一路打怪不断升级,成了“万能外援”。



明天华城新来的「万能外援」

首席记者 萧君玮

门洞已跑熟 | 有事@大海

“大海,有户居民连不上宽带了,家里还有个高中生要念书呢,有空去看看吧!”昨天上午9时,大海接到一个心急火燎的电话。他赶紧上门,捣鼓了几小时,换上新路由器,连上宽带Wi-Fi。孩子家长很感激,送上一包口罩,大海摆摆手:“没事没事,心意领了!”

这样的故事几乎每天发生。平时看来鸡毛蒜皮的小故障,出现在封闭小区,就会让人束手无策。

外人进不来,大海就成为“一修哥”。光27日一天,他上午修打印机,中午修智能门锁,下午修电视机……忙起来还错过了饭点。“有个在周浦中学念书的孩子,急着印学习资料。帮忙修好打印机后,她妈妈塞给我3包香榧子。我还是第一次见到这个。”说起这几天的“工作经历”,大海神采飞扬。

说起维修业务“拓展”和维修技能“升级”,大海很自信:“触类旁通,和修电脑也差不多嘛!”一开始,大海还需要别人带着找门牌号,如今明天华城的各栋楼,他已熟门熟路。

“虽然不是明天华城的业主,但我现在也是小区大家庭的一分子!他们还给我发了件马甲。”低头整了整身上的橙色马甲,大海向记者展示了上面的“周浦志愿者”字样,笑得有点腼腆。“隔离期间我错过了儿子的生日,解封后我要第一时间出去和老婆孩子说,我回来了!我也要告诉明天华城的业主们,有什么需要帮忙的,以后也可以找我。有事@我!” 本报记者 杨洁

第一次出手 | 收获一块姜

今年40岁的葛庆海是移动公司的加盟商,店铺就在周浦万达附近,网名大海。

大海不是小区居民。和误入小区被困的网约车司机一样,因为在特定时间段进过小区,需要隔离,他临时住进朋友的家里。

“进小区的第一晚,我基本没睡着觉,光发愁了。”昨天下午,记者隔着小区大门见到大海时,他心情平静,甚至半开玩笑地说起最初的情形,“当时心里太难受了,觉得出去后

可能会瘦一二十斤!”

“减肥计划”没能成功。大海持续了几天的坏心情,在11月26日发生了转变。

“菜烧到一半,燃气灶就打不着火了,怎么办呀?”这天中午,大海正在吃饭,楼上一位独居老人突然前来求助。大海放下碗筷,上门一看,原来是燃气灶的电池没电了。他和朋友翻箱倒柜,找出许多电池,但型号不对,都没法用。

“阿姨你别急,我这就去买!”大海辗转加上附近超市的微信,指定了电池型号,再跑去

小区门口取。“那天下雨,排队拿快递的人很多,差不多等了快一个小时,我才拿到电池。”

修燃气灶只是举手之劳,大海并未放在心上。谁知没多久,老人又来敲门了,这一次她拿来了一大块生姜:“外面下雨呢,你是不是冷着了?我家没有红糖,这块姜给你,煮点姜汤喝喝吧!”

大海心头一暖:“小区里的人都那么好!”经此“一役”,大海觉得自己的“专业技能”还挺有用,便主动到居委会报到去了。“万能外援”之路由此开启。

## 全马2小时58分!正全力准备冲刺明年70岁全马世界纪录

### 亚洲最能跑爷叔:人生就是马拉松

70岁,也非专业运动员,黄财富却打破了马拉松亚洲纪录,成为不少年轻人“追不上”的上海爷叔。作为首届上马选手的他,虽然并未参加昨天9000人的“限量版”上马,但也完全没闲着,正在全力准备冲刺明年的70岁全马世界纪录。

有志,跑马者

10月刚过完70岁生日的黄财富,定的跑马目标令人惊叹——破70岁全马世界纪录,即美国人戴克斯(Gene Dykes)保持的2时54分23秒。在近期举办的绍兴马拉松上,他以2小时58分28秒,排名70-74岁年龄组第一。而在去年3月无锡马拉松上,他的成绩更好——以2小时52分49秒打破日本人保持的65-69岁全马亚洲纪录,和68岁年龄组世界纪录只差1分47秒。

黄财富却说这次绍兴马拉松的最新成绩“来之不易”。因为去年4月,他在比赛中右腿半月板受伤,右小腿差点不能动。医生也“宣判”康复很难,重返赛场可能性很小。但黄财

富还是放不下他的马拉松梦想。

在不能跑步的康复阶段,他就在家做力量训练,之后又调整训练计划,将一周跑六休一,改为跑五休二。“周一:跑休,腿和腰腹核心力量训练2小时,包括仰卧起坐、深蹲等;周二:半马节奏跑,配速4分20秒;周三:慢跑90-100分钟,配速5分钟……”今年7月起,黄财富才开始增加跑量。所以,他始终抱着检验训练效果的目的跑这次绍兴全马,并不强求“破三”。看到最新成果,他的心中对明年冲击世界纪录有了更多期待。

有恒,逆袭者

作为资深跑者,黄财富的马拉松生涯也分上下半程,还比不少跑者多了一个长达18年的“中场休息”。

上半程始于1988年,那是黄财富首次正式跑全马。当时,上海有个马拉松选拔赛,选出上海代表队参加北京马拉松。在选拔赛中,黄财富跑了2小时45分,达到报名标准。一年后,上海田径俱乐部成立。他所属的上

海工人队,跟随俱乐部训练、比赛,直到1996年俱乐部解散。当时,他遭遇下岗,为生计奔忙而无暇顾及马拉松。他还记得,1996年参加的“最后那场比赛”是上马首赛,他跑了2小时51分53秒。“成绩不算好,但也拿了第12名。”

往事重提,已是2014年末。那天电视实况转播上马,儿子突然开起黄财富的玩笑:“老爸,依老早也跑马拉松的,跑得过伊拉哦?”看着发福的肚腩,黄财富百般滋味涌上心头,当即决定恢复训练,再次走上全马赛道。

黄财富表示,自己的配速和年轻人或专业选手比,不算最快。不过,牢牢锁定一个成绩,跑着跑着,就有接近世界第一的机会。“人生也像马拉松。做很多事,天赋起一定作用,但坚持才是决定成败的关键。我这个年纪,都能实现跑马的梦想。你只要努力,又有什么不可以?” 本报记者 肖茜颖 李颖

海报摄影 李铭坤 海报设计 董春洁



黄财富 70岁 破65-69岁年龄组全马亚洲纪录

4 跑者无疆

新民晚报 | 全媒体



今日论语

## 丁真“走红”靠流量,更靠正能量

方翔

凭着一脸灿烂、阳光、天真的微笑,四川甘孜藏族小伙丁真在社交媒体上意外走红。这两天,“关注丁真,我们关注的是什么”这个话题更是上了热搜。

丁真只是众多通过社交媒体出名的普通人之一,而且也不会是最后一个。但他在“一夜爆红”之后,并没有像其他一些人一样禁不住商业活动的诱惑,而是拒绝了各种邀约,选择成为自己家乡——四川省甘孜藏族自治州理塘县的旅游大使,为当地旅游扶贫

贡献力量。人们不仅通过丁真看到了理塘县美丽的风光,更看到了一个纯真的人,这也是他持续走红的重要原因之一。

在上世纪70年代,波普艺术家安迪·沃霍尔曾经预言,每个人都可能在15分钟以内出名。随着互联网的发展,这个预言已经成为现实。但沃霍尔还有一句话,每个人也都可能只出名15分钟。也就是说,每个人都有可能迅速成名,也有可能被迅速遗忘,正所谓“众声喧哗,留存短暂”。

在丁真之前,依靠颜值在网上一夜走红、一飞冲天的事例并不少见,但最终只能黯然离场。前两个月,洗澡时玻璃破碎导致手部受伤的小张,因为俊俏的外表,一下子在网上走红。然而今天,“小张”们在哪里在干什么,几乎没有人关心了。许多人都渴望通过网络出名,但出名之后,他的生活并不完全由自己掌控,一旦踏上了偶像产业“流水线”,那结果往往是流量来得快,去得也快。丁真最吸引人的就是他的纯朴。11月25

日,他为家乡拍摄的宣传片《丁真的世界》正式上线,并再次火速席卷互联网。

就在丁真出名之后,网上出现了不少蹭流量的人,像一位并不知名的女演员就开始在微博上质疑丁真。此前,这人还“炮轰”过钟南山院士,质问其“有什么研究成果,发明过什么药,治好过几个人”等等。这种赚取流量的方式为人不齿,就在前两天,她在新浪微博上的账号被标注了“因恶意营销已被禁言15天”。

流量一定要带对方向,不能滥用。对靠流量而走红的人来说,在现实生活中要成为普通人的表率,用自己的力量去创造更多的社会正能量,让广大网民从中受到启迪、鼓舞和激励。