

人人都有出彩机会  
普通人的“上海故事”

上午出门,严巧云先去  
长者食堂为老人取餐送餐

# 外卖小姐姐 超600单爱心餐



严巧云为老人送餐上门

今天上午,美团平台的外卖小姐姐严巧云从家里出发,开始一天的“打拼”。不过,与别的外卖员不同,她出门后第一件事并非打开手机“接单”,而是前往惠南镇拱亮路长者食堂取爱心餐,为几位老人送去。

记者了解到,作为“惠小新”志愿服务队唯一的女骑手,近一年来,严巧云风雨无阻,每周一至周五为社区老人送餐,累计服务600多人次。今年“三八”国际妇女节前夕,她荣获浦东新区2023—2024年度志愿服务“闪耀之星”称号。

## 爱心的缘起

“我是江苏宿迁人,来上海十几年了。搬来浦东惠南镇居住后,感觉这里充满了浓浓的烟火气。”严巧云出生于1983年,一眼很难看出她已是3个孩子的母亲。她告诉记者,自己在上海曾做过咖啡店店员和销售员,“我喜欢与人打交道的工作”。所以,听说惠南镇招募为老人送餐的志愿者时,她立刻报名参加。

自此,每周5个工作日的上午10时,她都会准时到长者食堂取餐,随后送到老人家中。她与建欣苑居民区5户老人结成帮扶对子,每天送完5份助老午餐后,才打开外卖平台正式“上线”,10时30分左右开始接单,一直工作到晚上8时下班,回到家时已是万家灯火。

## 老人的惊喜

“阿婆,我来了,今天的午餐给您送来了,您趁热赶紧吃。这几天脚好点了吗?”蒋阿婆不久前因意外摔伤骨折,成了严巧云结对帮扶的对象,也是她眼下最为关注的一个。“谢谢你,小严,腿已经好多了,辛苦你天天来给我送餐。”临走时,严巧云贴心地帮老人带走家中的垃圾。

虽然严巧云的任务仅是送餐,但她发现,独居老人不仅需要生活上的帮助,更渴望精神上的慰藉。送餐日久,她与老人逐渐熟络起来。有的老人很喜欢和她唠家常,她便把午餐送进家门,打开餐盒盖子,陪着老人聊上几句。“这些老人把我当作自己的孩子,有的在我临走前非要往我包里塞一个大苹果。”严巧云说,这些小事让她觉得特别温暖,也愈发觉得做这件事有意义。

一路走来,风雨无阻,只因想到老人天天在家等着自己。台风“普拉桑”来袭,严巧云的电动自行车半路抛锚。“无论如何都不能耽误老人用餐。”她把车停在路边,手援助老餐,蹭着积水一家家坚持送完,“看到老人惊喜的笑容,自己也很开心”。

## 得力的外援

记者获悉,“惠小新”新就业群体志愿服务队是浦东惠南镇党委立足新就业群体特点组建的一支青年志愿队伍。这支队伍借助新就业群体送餐间隙的碎片化时间,参与党群阵地活动、投身社区基层治理、开展文明创建志愿活动等公益小行动。严巧云便是其中一员。

作为“新·朋友议事会”的代表,严巧云每季度都会收集整理新就业群体关于提升区域治理的意见和建议,以及骑手的“急、难、愁、盼”问题,通过联席会议反馈给相关部门。“或许因为是女性,我对周围事物观察较为细腻,送外卖时要是发现什么问题,会马上提出。”一次送餐时,严巧云发现小区道路不平整,骑车经过坑坑洼洼的,存在安全隐患,“要是老人摔倒可就麻烦了”。她立刻向居委会反映,居委核实后上报民乐社区,社区了解沟通后定下“微实事”项目启动改造。截至目前,严巧云累计报送在送餐过程中发现的各种问题20余条,成为基层治理得力的外援。

“现在又有好几个外卖小哥加入我们志愿者队伍,轮流为老人送餐。我希望未来有越来越多的人参与,让我们生活的这座城市越来越美好。”严巧云说。

本报记者 宋宁华

有名堂  
学室

午睡起来,幼儿园小朋友变身“哪吒”“艾莎公主”

# 90后大姐姐 一手辫子绝活



秦文洁给小朋友扎小辫

从右侧头顶前后各挑出一小缕头发,编成两个细细的麻花辫,弯过来,固定。左侧再来一遍……短短3分钟,6岁女孩书婧的小脑袋上长出了两个可爱的“小猫耳朵”。“我的崇明老家有8只猫,我也想当一只小猫,喵……”书婧小声告诉老师这个秘密,兴奋地跑到镜子前摸着自己的“新耳朵”。

这是徐汇区梅陇幼儿园菠萝班每天都会出现的快乐场景,因为这个班有个巧手老师秦文洁。每天午睡结束,菠萝班的“美发屋”就会开张。你想要“哪吒”的双发髻,她喜欢“艾莎公主”同款,小秦老师统统能满足。

## 儿时两根小辫子 种下一个幼师梦

秦文洁是90后。扎辫子,是她很小就向往的——父母工作忙碌,怕一早梳头发来不及,一直给女儿剪短发。幼儿园中班,她转学去了一所新的幼儿园。陌生的环境让她很紧张,每天总是默默坐着。老师找她聊天:“想不想把头发留长一点呀,老师可以帮你扎小辫子。”过了一阵,她头发长长了一点,那天午睡醒来,老师来到身边,她第一次拥有了两个小辫子。

“我这才意识到,一点点温暖,会让一个小孩子开心好久。”秦文洁说,老师温柔的语气,她至今记忆犹新。若干年后,当她再次和当年那位老师袁征相遇时,仿佛又看到了从前那个摸着小辫、兴奋不已的小女孩。

后来,她开始给洋娃娃编辫子。几个娃娃,一把皮筋,是寒暑假最好的玩伴。长大一些,她跟着电视学编发,也会在街边编发小店驻足。从麻花辫到鱼骨辫、四股辫,秦文洁发现自己颇有天赋,只要多看两遍,再复杂的发型也能琢磨出来。

和编发一起种进心里的,还有当幼儿园老师的梦想。中职毕业后她一路过关斩将,先后考出保育员证书、学前教育本科文凭和教师资格证。

实习时及工作后,前辈对孩子们的体贴照顾,秦文洁都看在眼里。她学会了在家访时多问几句,孩子有什么生活上的小事需要老师特别留意;也学会了记住每个孩子来园时的衣服,冬天教室里有空调,放学时有的孩子会忘记穿外套,若不提醒,一冷一热容易着凉;还学会了“察言观色”,比如有的小朋友午睡时在床上扭来扭去,可能是想小便了。

## 秦老师编的辫子 睡觉也不舍得拆

当年被老师宠爱的小女孩,如今成了宠爱更多小女孩的“大姐姐”。圆圆脸,笑眼弯弯的秦文洁,跟孩子有着天生的亲和力。全班18个女孩,除了一对短发双胞胎姐妹,都留着长发。午睡起来,秦老师会拿出私人珍藏——一大盒发饰。很快,小七的头顶盘出一颗大爱心;萱萱相中宝盒里的蝴蝶结,变身“艾莎公主”;小姚用掉足足23根橡皮筋,无数根小辫子编成大大的五角星;恩恩为自己的发髻挑了一对红色的发饰,“小哪吒!”孩子们喊了起来。

“你看,虽然有的辫子橡皮筋要绕三圈才够牢,但小朋友只绕两圈就行啦。”秦文洁说,因为小时候让妈妈当模特,如果扎太紧妈妈会叫疼。

手里忙碌着,秦文洁的目光不时留意着身边的孩子们。见小田低着头,散着一个辫子远远站着,她明白那是小姑娘为了让秦老师给自己编发,故意松开的头发。秦文洁俯身抱了抱她,不一会,头顶一颗小爱心让小田重展笑颜。

“我没想到这些小事都会让家长记在心上。他们告诉我孩子编了新发型回家有多开心,有的晚上睡觉不肯拆,有的放学要去学舞,会提前跟我说,请秦老师编个美美的发型。”秦文洁笑道。

和当年的自己一样,瑶瑶也是一个内向、不大愿意说话的女孩。妈妈是医生,工作繁忙,每天早上扎头发的任务交给了爸爸。瑶瑶经常扎着一高一低的辫子来幼儿园。在秦老师榜样力量的“感召”下,瑶瑶爸爸如今也学会了编辫子。“现在瑶瑶再也不想不想上学之类的话了。”瑶瑶妈妈给秦文洁发来消息。 本报记者 陆梓华