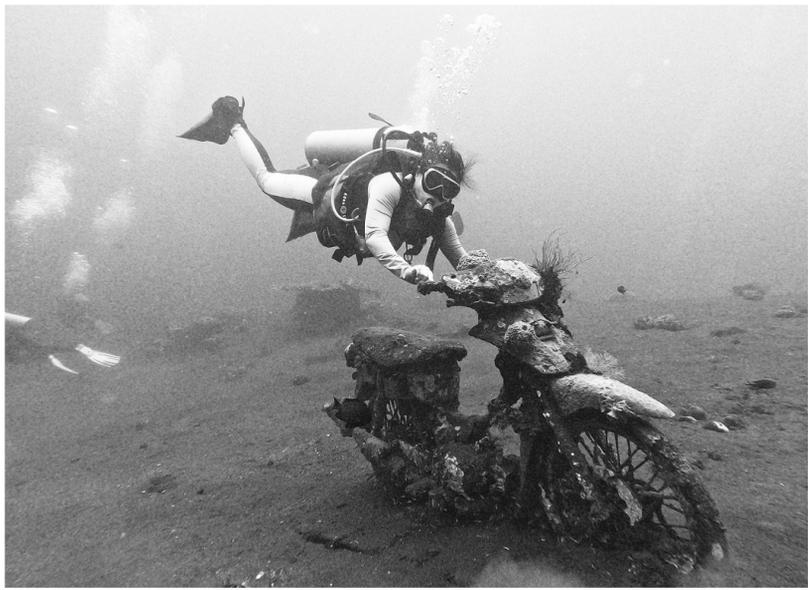


# 斜杠姑娘牛云的“破界”生活 干得了精细服务 玩得转极限运动



牛云在潜水时与沉没的摩托合影。

态度如一地回答。

工作8小时之外,牛云却有着另一副与工作截然相反的面孔,轻声细语的“牛经理”瞬间化身身穿1号球衣的“牛牛指挥官”。

“攻防转换要快,防守一定要积极。”下班后或是假期中,牛云都会来到篮球场打球,篮球撞击地板的碰撞声,球鞋与场地的摩擦声,伴随着牛云指挥队友的“嘶吼”,释放了牛云“狂野”的一面。“我从小个子就高,自然而然就接触并喜欢上了篮球。”牛云回忆,她在初一时就“高人一头”,凭借着身高的优势和扎实的篮球功底,她在初中和高中都是校女子篮球队队员,长期担任主力控球后卫。“那6年的时光,我每天6点不到就在校篮球场练习投篮和运球,只为让自己在赛场上表现得更好。”牛云说,那段时间虽然辛苦,但却快乐。

工作后,牛云把更多精力放在社区经理的工作上,但对篮球的热爱一如往昔。她自我调侃道,刚开始工作那会儿看见门框就想“扣篮”,看到垃圾桶就想“投篮”。为能兼顾工作与兴趣,牛云把目光转向赛场的另一端,“成为一名裁判,延续自己对篮球的热爱。”

2018年,她成功考取篮球国家一级裁判员证书。从此,牛云活跃在省内外大小篮球赛事。杭州亚运会期间,牛云还成为杭州亚运会三人制篮球项目的国

内技术官员,参与执裁了21场亚运三人篮球赛事。“国庆节那天,在杭州亚运会三人篮球项目女子U23金牌决赛中,中国队以21:12击败蒙古国队,夺得金牌。我高兴地在现场跳了起来!”时至今日,牛云聊起那天的场景依旧满面笑容。

篮球是牛云最喜爱的体育项目,但却不是她体育运动的全部。在同事们眼里,她是“斜杠青年”,喜欢看海底的风景,专门考取了OW和AOW潜水证,菲律宾、印度尼西亚、马来西亚的海底景色,她都亲眼欣赏过;参加过24小时不停歇的自行车挑战赛,从安徽绩溪一路到上海松江,连续骑行421公里;经历过野外攀岩,绑一根安全绳,垂直攀爬40米;跑过多次马拉松比赛;热衷气排球,考取气排球国家一级裁判员证……

“今年8月,我准备请假去埃及,到红海潜水。”牛云翻着写满执裁赛程和运动计划的日历本,在8月打上了一个大大的五角星。“那里海水的能见度很高,还能看到好几种鲨鱼,如果能成群看到野生海豚就更好了。”牛云说。



扫码更“睛”彩

工友圈

“被看见”的爱好

话题

“有利于培养自信”“可以缓解焦虑”“能带来成就感”……最近,“输出型爱好”在网络上的讨论热度持续攀升,相关话题连续多日登上社交媒体热搜榜,许多人将其称为“人生回报率很高的一件事”。

有“输出型爱好”,自然也有“输入型爱好”。央视新闻《夜读》栏目的文章《真心建议你:培养“输出型爱好”》中这样解释这两个爱好的不同:

“输入”型的爱好,是指围绕自身展开的成长型活动,即“内向成长”,比如跑步、阅读,学习一门语言等。

而“输出”型的爱好,则是指一些围绕外界展开的,让你得以“外向成长”的活动。比如学习写作、摄影、绘画、视频制作,在社交平台发布,或参加一些比赛;学习编程,写代码,做一些有意思的小产品或功能型程序;加入合唱团或舞蹈团,认识一些新朋友……更多地投入外向成长,培养过硬的技能,持续对外产出作品或价值,参与社会价值体系的循环,从需要他人,变为被他人需要,进而更多地感受到成长的意义和价值。

夏天

有热爱的事情,且能沉浸其中,就是一件很幸运的事了。

简单爱

醍醐灌顶,把爱好发展成一技之长。

七秒

打算用视频记录生活,加入合唱团或者舞社,多认识一些新朋友,让自己的努力“可视化”起来。

苏小满

道理是有的。但是人生嘛,未必非要非是旷野。淡淡的,没有“输出型爱好”也挺好的。

月半

我的爱好差不多都是输出型的,摄影、写影评,自己弄公众号,也因此获得一些收益。

拿铁阿姨

好累啊,连爱好都要输出了……

知鱼

我喜欢做手工皂,拍照片发到朋友圈,然后分发给邻居和同事,这算“输出”吧。

鲁

其实不管什么爱好,升级一下,“外化”地表达出来就是“输出型爱好”了。

主持人:吴晓静



记者金钧胤报道 清晨的薄雾笼罩着青山,天还泛着蟹壳青,中国移动通信集团浙江

有限公司江山分公司社区经理牛云,已经驾车颠簸在去往虎山街道金坞村的山路上。

“徐奶奶,智能手机没这么难,我给您设置老年人模式。”牛云工装裤膝盖处沾着田埂的新泥,背包侧袋插着卷成筒状的反诈宣传册,腕间潜水表的表带已磨得发亮。她蹲在金坞村村头的大树下,帮着83岁留

守老人徐奶奶设置手机的大字模式。

回答农村留守老人的“十万个为什么”,是牛云的日常工作之一。自2011年加入衢州移动以来,这个生于1989年的姑娘为江山33个村镇和社区提供服务。耐心、专业是客户和同事对牛云的工作印象,面对客户们千篇一律的问题,她总是

毫不犹豫地报名参加。其间,他系统学习了餐饮经营、店铺管理等知识,结识了许多同行和前辈,关注他们的人脉,这为他开早餐店做好充分准备。

谈及开早餐店的原因,王伟涛真诚地说:“自己淋过雨,就想给别人撑一把伞。”他深知骑手工作的艰辛,常常忙得无暇顾及吃饭。为照顾骑手们的需求,他特意推出“骑手套餐”,还赠送热饮。同时,他将营业时间设置为凌晨2点至下午2点,实行错峰供餐,这样不管是早

班骑手还是夜班骑手,来店里都能吃上热气腾腾的饭。

在店里,王伟涛喜欢和骑手们交流谈心,关注他们的心理状态,倾听他们工作中的苦与乐,同时分享自己的经历,用自己的故事激励大家,这让他小店充满了温暖与力量。

王伟涛坦言,他的成功转型离不开义驾山社区的支持。从办理营业执照到天然气供气,社区在每一个环节都给予了帮助。“开早餐店,不仅帮助一名骑手成功转型,还证明了只要给年轻人

机会,为他们搭建平台,这群肯吃苦的年轻人就能创造出无限可能。”义驾山社区相关负责人说。

从骑手到店主的身份转换,带给王伟涛的既有动力也有压力。在他看来,6年的骑手生涯是一笔难能可贵的财富,让他学会了坚持和奋斗,并坚信敢拼的人生一定“热气腾腾”。对于未来,王伟涛有着清晰的规划,他将针对骑手的需求,推出具有针对性的产品,让自己的早餐店不仅提供餐饮,更化身充满温情与关爱的港湾。

## 心“新”相连 串成同心圆

王伟涛从骑手变身为早餐店老板

### 敢拼的人生一定“热气腾腾”

记者羊荣江 通讯员龚盈报道 在城市的街角小巷,骑手们的身影总是忙忙碌碌。他们大多是怀揣梦想的年轻人,带着满腔的热情与冲劲穿梭其中。王伟涛也是他们中的一员,如今,他已成功转型,从一名骑手变身为早餐店老板,开启了崭新的人生旅程。

王伟涛来自河南漯河,十多年前随父母来到义乌。和许多初来乍到的年轻人一样,他在这座城市不断尝试,渴望找到属于自己的方向。“我学了不少东西,

可是没能坚持下来。”王伟涛回忆道。

直到2019年,王伟涛成为一名美团骑手,开始在义驾山一带送外卖。因为踏实肯干,吃苦耐劳,送餐准时率高,他第一个月就拿到了5000元的收入。后来,善于总结经验的他还摸索出利用最短时间和最优路线完成配送的技巧,收入逐步稳定,生活也渐渐有了起色。

随着资金的不断积累,王伟涛心中萌生了转型的想法。恰好此时义驾山社区开设了相关创业课程,他

毫不犹豫报名参加。其间,他系统学习了餐饮经营、店铺管理等知识,结识了许多同行和前辈,关注他们的人脉,这为他开早餐店做好充分准备。

谈及开早餐店的原因,王伟涛真诚地说:“自己淋过雨,就想给别人撑一把伞。”他深知骑手工作的艰辛,常常忙得无暇顾及吃饭。为照顾骑手们的需求,他特意推出“骑手套餐”,还赠送热饮。同时,他将营业时间设置为凌晨2点至下午2点,实行错峰供餐,这样不管是早

班骑手还是夜班骑手,来店里都能吃上热气腾腾的饭。

在店里,王伟涛喜欢和骑手们交流谈心,关注他们的心理状态,倾听他们工作中的苦与乐,同时分享自己的经历,用自己的故事激励大家,这让他小店充满了温暖与力量。

王伟涛坦言,他的成功转型离不开义驾山社区的支持。从办理营业执照到天然气供气,社区在每一个环节都给予了帮助。“开早餐店,不仅帮助一名骑手成功转型,还证明了只要给年轻人

机会,为他们搭建平台,这群肯吃苦的年轻人就能创造出无限可能。”义驾山社区相关负责人说。

从骑手到店主的身份转换,带给王伟涛的既有动力也有压力。在他看来,6年的骑手生涯是一笔难能可贵的财富,让他学会了坚持和奋斗,并坚信敢拼的人生一定“热气腾腾”。对于未来,王伟涛有着清晰的规划,他将针对骑手的需求,推出具有针对性的产品,让自己的早餐店不仅提供餐饮,更化身充满温情与关爱的港湾。

希望这些照片能成为他们珍贵的回忆,也希望更多人关注户外劳动者群体,给予他们理解与关爱。”学府社区工会相关负责人说。

本次活动由江山市总工会、双塔街道总工会、学府社区工会驿站联合举办。

希望这些照片能成为他们珍贵的回忆,也希望更多人关注户外劳动者群体,给予他们理解与关爱。”学府社区工会相关负责人说。

本次活动由江山市总工会、双塔街道总工会、学府社区工会驿站联合举办。

希望这些照片能成为他们珍贵的回忆,也希望更多人关注户外劳动者群体,给予他们理解与关爱。”学府社区工会相关负责人说。

本次活动由江山市总工会、双塔街道总工会、学府社区工会驿站联合举办。

希望这些照片能成为他们珍贵的回忆,也希望更多人关注户外劳动者群体,给予他们理解与关爱。”学府社区工会相关负责人说。

本次活动由江山市总工会、双塔街道总工会、学府社区工会驿站联合举办。

## 甬城有爱 爱意涌动

宁波北仑为新就业形态劳动者撑起“暖心伞”

本报讯 通讯员王瑛琦、邹诗琪、彭诗敏、何英泽报道 近日,连绵的细雨成了宁波北仑的“常客”,让奔波在路上的外卖员、快递员们犯了难。在北仑区委社会工作部与各社区的携手努力下,一场针对新就业形态劳动者群体的温暖守护行动悄然展开,让这些风雨中的“逆行者”感受到了别样关怀。

针对外卖员、快递员等群体雨天作业难题,太白社区用精细化服务传递着城市温度。社区新启用的“雨爱驿站”里,热气腾腾的姜茶香气四溢,吹风机在角落静静“待命”,一次性雨衣整齐码放。一名外卖小哥刚送完一单,满身湿漉漉地走进驿站,大口喝着暖心姜茶,感慨道:“刚刚还担心淋雨感冒,现在心里踏实多了。”据了解,这

个“雨天能量站”自5月底运行以来,日均服务骑手20余人次,小小驿站化身雨天“爱的集散地”。

“雨爱商家”绿源电动车经理彭江勇看着雨中的外卖小哥们,深有感触地说:“下雨天,外卖小哥很不容易,风里来雨里去,我们门店会为外卖小哥提供防雨坐垫,也会提供免费的修车服务,例如螺丝松动、轮胎没气等,我们会提供帮助,希望我们的服务能给外卖小哥们带来一些温暖。”

最近的北仑,虽阴雨不断,但涌动的爱意正编织一张细密的温暖网,将关怀传递给每一名新就业形态劳动者。北仑区的基层治理实践越发有温度,正朝着建设更美好的“雨爱之城”不断迈进,让城市在雨季也充满暖意。

## 定格你的“最美瞬间”

江山市开展户外劳动者免费摄影活动

本报讯 见习记者贾馨然 通讯员张杏灵、祝小刚报道 近日,一场以“定格城市守护者 致敬平凡微光”为主题的免费摄影活动在江山市双塔街道学府社区工会驿站开展,为50余名户外劳动者送上一份特殊的浪漫与温暖。

活动现场布置了柔和的灯光和精致的背景板,摄影场地宽敞明亮。环卫工人、外卖骑手、安保人员等户外劳动者围坐在休息区,一边分享着日常工作中的趣事,一边等待拍摄。在工作人员的引导下,他们陆续走进摄影区。专业摄影师耐心引导他们调整姿势、放松表情,并随着快门的“咔嚓”声,一张张洋溢着幸福笑容的照片被定格。

负责安保工作的周大姐,起初面对镜头时有些羞涩,但在摄影师的鼓励下,她逐渐绽放出灿烂的笑容。“干安保工作这么多年,每天起早贪黑、



摄影活动拍摄现场。

风吹日晒,从来没拍过这么正式的照片。”周大姐眼里满是开心。

活动结束后,每位参与活动的户外劳动者都收到了装帧精美的照片礼盒。“他们用辛勤的汗水保障城市的正常运转,值得被看见、被记录。

## 比拼真“财”实学



参赛选手在知识竞赛现场答题。

本报 记者金钧胤 通讯员范裕婷报道 近日,嘉兴市南湖区首届财会人员职业技能大赛落幕。本次大赛以税费征管“强基工程”深化与“无纸化”税费服务转型为背景,为全区财税精英搭建专业技能交锋的舞台。

选手中既有深耕财税领域多年的业务骨干,也有崭露头角的青年才俊。现场设必答题、抢答题和选答题,各队选手凭借扎实的专业知识和敏捷的应变能力,在赛场上沉着应战、

稳定发挥。

经过紧张激烈的比拼,新嘉街道“大嘉好队”荣获“南湖财韵·金牌领航”团队称号;解放街道“解FUN小队”、建设街道“子城税月队”获“红船精算·银帆争先”团队荣誉;东栅街道“金算东栅队”、新丰镇“新锋丰芒队”、七星街道“智慧星辰队”摘得“禾城新锐·铜徽聚力”团队奖项。此外,笔试环节排名前十的财务会计被授予“南湖区十佳财会人员”荣誉称号。