

从宝妈骑手到全国三八红旗手

“熊妈妈”田丹：为自己指路 为姐妹撑伞

青年人物

每天早上，作为淘宝闪购上海金桥站副站长，田丹的工作是从盯住巨大的地图屏幕开始的。一旦发现代表骑手的光标在原地打转，她就立刻拨去视频，耐心地为遇到突发状况的骑手和迷路的新人指路。

后者接通视频时，会看到田丹的微信头像是一只憨态可掬的熊妈妈，旁边跟着一只顶着蛋挞的卡通小熊。这是远在老家的大女儿拜托她换上的“母女头像”，也是田丹在这座城市最柔软的寄托，藏着她前行的初心。

今年37岁的田丹，已经在送外卖这条路上跑了5年。3月2日，她获颁全国三八红旗手称号。在上海，她依然每天骑上电动车穿梭在街头巷尾。在这个男性占多数的行业里，她像不知疲倦的“熊妈妈”，是姐妹们信赖的“娘家人”，也是用脚步为女儿树立榜样的母亲。从全职妈妈到全国荣誉获得者，她证明了平凡人也能绽放不平凡的光芒。

青年报见习记者 王馨怡



田丹的微信头像。



外卖骑手田丹。

新华社图

挣脱迷网

做不再打转的“光标”

在成为站长、为别人指路之前，田丹自己，就曾是个在地图上急得打转的“光标”。

2021年，田丹还在陕西汉中的老家做全职妈妈，多年来，生活的半径几乎只有菜市场、幼儿园和家。其间遭遇老人生病，为了分担经济重压，她只能狠下心，把两个年幼的女儿托付给婆婆，登上了来上海的列车，与丈夫共同扛起家庭的重担。

来之前，在上海跑外卖的哥哥告诉她，自己每天能挣三四百元。她想得很简单：只要会骑电动车，会看导航就能干，“甚至能干得比哥哥更好”，可现实给了她当头一棒。脱离社会多年的她不仅极度缺乏自信，还是个“路盲”，“上海的道路比老家复杂太多，明明跑过很多次的地方，再去时却像从没见过一样。”

在初入行的日子里，这种恐惧还伴随着对女儿深深的思念。“我其实很不适应，每天都想孩子。可一打电话，孩子在那头哭，我就在这头崩溃，后来都不敢打电话了。”为了躲开这份煎熬，她逼自己像陀螺般不停接单，忙到没有时间顾及情绪的起伏。

最深刻的记忆，留在入行的前几天。那个下午，她接了一个送往吴淞大桥附近的订单。导航上的终点近在咫尺，但立交桥下岔路

丛生，车流轰鸣。走错一个路口，就得重新上桥绕一大圈。为了找准定位，田丹在桥上兜了整整5圈。眼看时间一分一秒地流逝，她满怀希望地跑向一名路人，却被冷冰冰的质疑砸中：“路都找不到，出来送什么外卖？”

这句话砸下来，田丹连反驳的力气都没有。她跌坐在马路牙子上捂脸大哭，一边抹泪一边给老家打电话，哽咽着喊“自己可能真的做不来”。电话那头，家人心疼地叹了口气，劝她：“实在不行，咱就回家。”

哭过之后，风吹干了眼泪。田丹冷静下来，坐在桥下算了一笔账：电动车是租的，才跑了7天，连租金的本钱都没挣回来。“来之前跟家里人信誓旦旦地说能干好，不能就这么灰溜溜地回去。”她重新跨上电动车，在订单到点前，她问到了热心的交警，顺利跑完了那一单。

从那天起，田丹选择了最“笨”的办法。别人挑剩的单子、三四元钱的远路，她都接。别人午高峰一趟能带七八单，她一单一单地跑，花一个小时挣8元钱。慢慢地，她摸清了商圈的隐秘入口，背熟了店家的出餐速度，学会了在脑海中规划路线。从一天挣不到200元，到每天稳定入账300元左右，田丹在上海陌生的街巷里，硬生生踩出了自己的节奏。

撕掉标签

找回属于自己的“坐标”

送外卖的头两年，田丹的微信朋友圈一片沉寂，没有一丝关于这份工作的痕迹，觉得这份谋生的差事“没什么好宣扬的”。

打破这种沉寂的，是同为本能。作为两个女儿的母亲，田丹太懂那种濒临崩溃的时刻——孩子半夜突然高烧急需退热药，或者奶粉见底，大人急得团团转却走不开。因此，每次在系统里刷到母婴用品应急药品的订单，田丹总会格外留意，尽可能稳妥、迅速地接单送达。

在她看来的举手之劳，却常常收到对方发来的感谢信息。正是因为这个服务，她有了个外号：“宝妈骑手”。那是她第一次意识到，骑手不只是送货的人，也是连接人与人的一座桥。“我深知孤立无援时多渴望有人帮一把，能帮到别人，心里就特别踏实。”她的朋友圈，慢慢开始有了夕阳下的街景，有了深夜里温暖的留言。

2023年，当时34岁、仅有初中学历的田丹，做了一个大胆

的决定——报名淘宝闪购橙意计划的“求学圆梦”计划，考取大专。

重新拾起书本远比想象中艰难。每天早上九点半出门跑单，一直奔波到晚上九点，洗漱完毕已是九点半，她拖着酸痛的双腿坐在电脑前，听网课直到深夜。她学的数字传媒艺术设计专业，有许多晦涩的专业名词，记“RGB颜色模式”时，她就用家里红、绿、蓝三色塑料袋辅助记忆；每学期临近考试时，她利用等红灯的几十秒、匆匆吃饭的几分钟，也能掏出手机截图背诵起来。

这样的日子，她坚持了一年多。2025年9月，为了迎接毕业这一天，她生生瘦了20斤，染黑了因劳累生出的白发。从初中辍学到捧起大专毕业证，她等了整整20年。“这张毕业证证明了：不管多大年纪、起点多低，敢开始、肯坚持，就能活成想要的样子。”田丹说，“最开始只想给女儿做榜样，但考上大学，让我真正找到了自我认同。”

撑起暖伞

成为同行姐妹的“路标”

田丹太懂得女性在这个行业里要付出多少，体力上的极限、心态上的落差、兼顾母职的隐形压力……所以，当成为副站长后，她把很多心血倾注在了女骑手身上。

现在金桥站里，女性骑手大概占了三分之一。每当有新骑手入职，田丹都会第一时间加上微信，提前打好“预防针”，讲述自己的经验。“作为一个女性管理者，我能做的就是包容和传帮带。”站里曾来过一名三十岁出头的女骑手小王，为了照顾孩子和补贴家用入行，跑了两天就崩溃退缩，连连摆手说“干不来”。田丹看着她，仿佛看到了五年前吴淞大桥下的自己。她把自己的故事原原本本讲给小王听。一年半后，小王依然留在站里，保持着零投诉、零超时的优秀记录。

2024年9月，上海市首个即时电商行业新就业群体妇联——淘宝闪购橙玫瑰妇联成立。田丹又多了一重身份，作为副主席，用一件件实事，成了姐妹们名副其实的“娘家人”。

妇联成立后，她做的第一件事，就是把女性骑手的需求具象化并推动解决。她牵头办起了圆桌会，“大家就像朋友一样围坐在一起聊家常”。正是在这样的一次次倾心交谈中，结合自己的跑单经验，她敏锐地抓住了姐妹们的痛点。

上海的夏天烈日暴晒，田丹注意到很多女骑手为了避免晒伤，只能在短袖工服里再闷一件长袖，一天跑下来热得起痱子；遇到大米、桶装水等过重订单，虽然单价较高，但女骑手因体力限制很难达到配送要求。

了解需求后，她去跟平台和站点沟通，双方一拍即合，女骑手有了轻薄透气的防晒面罩和冰袖，派单机制也得以优化。现在，针对过重订单，女骑手可以自主选择是否接单；在生理期、哺乳期等特殊时期，也能获得更灵活的排班照顾。同时，平台还设立了“女骑手家庭关爱热线”，为这些身兼多职的母亲提供后方支持。

她还注意到，许多女骑手为了多跑几单补贴家用，连小病小痛都习惯忍着，更别提花钱去做专门的体检。平台联合多方为女骑手提供“两癌”筛查，田丹牵头对接资源，遇到舍不得耽误跑单时间的女骑手，她就在微信群里像个操心大姐一样，挨个“点名”催促。

在这个行业扎根5年，田丹亲眼看着身边的女性面孔日益增加。全国三八红旗手名单公布那天，女儿第一时间把新闻截图骄傲地发给了最好的朋友。朋友回复说：“阿姨是一个平凡的人，却做着不平凡的事情。”看着屏幕上女儿转来的这张截图，田丹没说什么，眼眶却温热了。她知道，自己这几年生搬硬套出来的路，女儿真真切切地看在了眼里。这簇由车轮碾转出的微光，已经切实影响到了身边的姐妹们，甚至传达到了远方的家乡更多的人。

这座庞大的城市里，每天都有无数个光标在闪烁。也许她们还在绕路，也许刚刚上手，也许正经历着在立交桥下迷茫痛哭的时刻。但田丹用1800多个日夜证明了一个最朴素的道理：只要不掉队，路总会越走越熟的。