

# “外卖员小作文”写满共情与奋斗

## ◎头条锐评

“我怀念看到商家忙得不可开交的情景，我希望疫情快快结束，哪怕让我爬9楼也毫无怨言……”近日，外卖小哥田猛在广东深圳卫健委官方账号的一则留言火了。他表示，疫情期间，无接触取送餐确实方便了，但还是希望一切恢复正常。

受疫情影响，堂食消费者减少，商家做外卖出餐速度更快，外卖员排队取餐的时间也减少了；无接触配送，将餐食统一存放到指定地点，不

必跑上跑下、挨家挨户奔走——这对外卖小哥而言，其实是一件美事。

然而，面对“外卖员的春天”，上述新闻中的外卖员并没有心安理得——疫情打乱了人们的正常生活方式，外卖员的相对轻松实则建立在消费者的不便基础上，他们并不为这种“因祸得福”欣喜，反而有一种无法提供完整服务的惆怅。

真诚的态度、朴实的言辞，换位思考、将心比心，让这则“外卖员小作文”具有了打动人心的力量，这超越了个体的算计，体现了“无穷的远

方，无数的人们，都和我有关”的共同体意识。一个在心中给他人留下足够位置、渴望与其他行业的人们共建共享城市繁荣发展的外卖员，显然已成为“颜色不一样的烟火”。

当今世界日益“你中有我，我中有你”，不论是大灾还是小难，没有谁可以真正“独善其身”。“外卖员小作文”盼望疫情早日结束、让人们回归正常生活，说出了许多人的共同心声。

除了共同体意识，“外卖员小作文”里还蕴含着奋斗精神。商家忙得不可开交也好，外卖员忙着爬楼送

货也罢，这些为过上更好生活而努力打拼的人，何尝不是一座城市奋斗者的缩影。成功不会从天而降，愿意在平凡世界里脚踏实地、奋发有为的外卖员，值得尊重和点赞。

古有药店贴出“但愿世间人无病，何惜架上药生尘”，今有外卖员感慨“宁愿自己多爬几层楼，也希望疫情快结束”，时代变迁，但总有一些“大我”的格局和境界，可以穿越时空，亘古不变。这也让我们足够相信：万众一心，何愁疫情不除。

(据《工人日报》)

# 欲破“碱性水神话”，先揭“浅显道理”迷雾！

## ◎百姓话题

碱性水能“治病”和“酸碱体质论”的养生大骗局早被揭穿，但不少中老年朋友依然相信长期喝碱性水有利于健康。记者近日调查发现，在云南家喻户晓的云南天外天天然饮料有限责任公司官方网站、公众号、小程序、对外营销的广告语、水瓶包装、瓶身和热线客服，都有意无意地打着擦边球，引导暗示消费者认定碱性水对肿瘤、痛风、骨质疏松、血糖、脂肪肝、高尿酸血症有“治疗”的作用。且该公司“为健康，喝碱性水”的

营销广告语，在昆明街头随处可见。

对于碱性水能“治病”等说法，医务人员通常会嗤之以鼻。因为在医学教科书上，有专门章节讲解水与电解质平衡和人体酸碱调节原理，呼吸性或代谢性酸碱失调甚至中毒等，是临幊上运用范围极广的基础理论。其中，肾脏通过离子代谢、肺脏通过呼吸等，可以实现酸碱转化，从而使血液的PH值恒定维持在7.35~7.45之间。正常情况下，人的调节机制是十分敏锐的，一个人过度呼吸或者憋气，都可影响人体酸碱度。这就意味着，在人体强大的酸碱调节功能面

前，所摄入的水与食物的酸碱度，对人体酸碱度的影响可以忽略不计。

然而，理解这些理论存在较大难度。相比之下，以促销碱性水为目的的误导性宣传，反而易于传播。比如，许多食品呈酸性，似乎只有通过碱性水加以中和，才能维持酸碱平衡。不少疾病也带着“酸”字，如痛风是因为“尿酸高”，患胃病喜欢“吐酸水”等，带“碱”字的疾病与症状很少，碱性水似乎具有祛病的作用，等等。这些所谓的道理看似浅显易懂，却纯属谬误。但民众对于健康养生知识，有一种极为普遍的认知习惯，他们不愿探

究深奥的理论，毫无依据的“浅显道理”反而不乏拥趸，这是碱性水频繁出现且不愁销量的一个重要原因。

科普宣传与营销宣传相比存在短板，就不妨通过更加严厉的执法监督来加以弥补。不明说但暗示可“治病”等打擦边球现象若能得到更严格的监督和更严厉的处罚，这本身就是对此类养生骗局最直接的否定，是对“酸碱体质论”的最好纠偏。让“为健康，喝碱性水”等广告销声匿迹，对碱性水营销釜底抽薪，就能让民众免受此类误导性宣传的持续渗染。

(据《羊城晚报》)

# 分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门（周一至周五出刊）

郑重声明：本版各类信息，如遇要求交付押金或预付款时，务必小心，谨防受骗！否则后果自负。

**广告刊登电话 15548876987 13354876987 0471-6635651**

**地址：呼市新华大街61号西护城河巷（原内蒙古日报社西巷）南口北方新报广告接待中心**

**鄂尔多斯刊登热线：15547716710（微信同号） 地址：东胜区铁西市民中心B座7009**

**巴彦淖尔刊登热线：18648422888（微信同号） 地址：北环路景辰花园北区北门**

**包头市刊登热线：18648483199（微信同号） 地址：昆区市民大厅正对商店内（绿色招牌）**

**乘车路线：地铁1号线到人民会堂站下车（东北角）或3、4、19、59、56公交**



官方微博

## 遗失公告·减资注销·招标环评·出售转让

**遗失声明·地铁1号线到人民会堂站下车（东北角）或3、4、19、59、56公交**

**乘车路线：地铁1号线到人民会堂站下车（东北角）或3、4、19、59、56公交**

**乘车路线：地铁1号线到人民会堂站下车（东北角）或3、4、19、59、56公交**