

爱心人士捐赠物资 志愿者轮流帮忙 还有“大厨”来掌勺 免费接待困难居民、独居老人、环卫工人、残障人士……

走进哈市“李想爱帮食堂”



文/摄 生活报记者 李楠 牛婷婷
推开门,一股饭菜的香气扑面而来。这间位于哈尔滨市香坊区建北街31-2号的“李想爱帮食堂”,大约六七十平方米,被隔成了两间。门口这间是打饭的地方,一张长条桌上摆着当天的菜品,墙上挂着一块白板,工工整整地写着每周菜谱。从周二到周日,每天不重样。旁边记录着捐赠物资的爱心人士的名字和物品,有送大米的,有送豆油的,有送挂面的,还有送调料的。字迹各不相同,像是不同的人在不同时间留下的。

往里走是一间小厅,一张能坐十来个人的大餐桌擦得干干净净。墙上贴着一张合影,食堂开办者李想和志愿者们站在一起,每个人脸上都带着笑。墙上还贴着志愿者的健康证明和营业执照。另一间是厨房,灶台擦得锃亮,锅碗瓢盆摆放整齐,角落里堆着几袋爱心人士捐赠的大米和白面。

此时还不到十点,食堂里已经忙活开了。厨师贲师傅在灶前颠着勺,油锅滋滋作响。志愿者玄慧和毕文在一旁择菜、洗菜,水龙头里的水哗哗地流着。李想在门口收拾碗筷,不时抬头看看墙上的钟,又往门外望两眼。

这间不起眼的小食堂,从今年春天开始,每天中午为独居老人、困难群众、环卫工人、外卖骑手等提供一顿免费的午餐。开业近五个月,累计服务了七千多人次。



一顿爱心饭的由来

开办这家食堂的李想今年三十六岁,短发,说话时总带着笑,语速不快不慢。在此之前,他已经在香坊区做过“爱心小屋”,为外地来哈看病、暂时无处落脚的人提供免费住宿。从“住”到“吃”,这个跨越源于一次探望。

“当时我们收到一个求助,是平房跟阿城交界处的一位独居大爷。老人七十来岁,老伴刚过世,子女都不在身边。他行动不便,出门买个菜都费劲。我们去的时候,他家里有一锅疙瘩汤,连点油腥都没有。”那一幕让李想心里很不是滋味。老人一个人坐在炕沿上,面前那碗清汤寡水的疙瘩汤,让人看着心酸。

从老人家里出来,李想一路没怎么说话,他开始琢磨,能不能在城市里找一个方便的地方,让更多这样的老人有口热乎饭吃。选址选了很久,最终定在建北街。李想说,选在这儿有三个原因,第一,这片是老城区,老年人多,有需求的群体相对集中;第二,离自己家近,方便照应;第三,附近有地铁站,志愿者来帮忙也方便。

食堂开起来之前,李想做了不少调研,他走访了周边的社区,了解了附近独居老人的数量,也跟街道办沟通过。他想把这件事做得扎实一点,不想只是凭着一股热情就干。

“其实与其说是食堂,不如说是一个老人们相聚的心灵驿站。”李想说这句话的时候,眼神很认真,“一顿爱心餐能让他们吃上热乎饭,但更重要的

是,他们能通过这里结识新朋友,有人说说话。”

一开始,家里人并不支持,和当初做爱心小屋时一样,家人担心他太累,投入太多。“但我觉得这条路是对的。”李想说得很平静,语气却很坚定。

食堂菜品定位为素食,李想有他的考量。第一是成本,素食比荤食压力小一些,长期运营下来,每一分钱都得算计着花;第二是志愿者的负担,做素食工序相对简单,志愿者们忙起来不至于太累;第三是考虑到来吃饭的人,老年人多,消化功能弱,“肉如果冻时间长了不新鲜,素食干净、健康,大家都能吃。”

每天早上,志愿者们去附近市场采购当天的食材,土豆、茄子、豆角、白菜,轮着来,一周菜谱不重样。近五个月下来,李想心里大致有了数,来吃饭的人里,老年人最多,还有一些是困难群众、环卫工人、物业室外保洁人员,偶尔也有出租车司机、网约车司机和残障人士。

运营并不是一帆风顺,最大的困难有两样:资金和人手。“资金压力我觉得还好,但人手不够的时候,确实挠头。有几次实在忙不过来,只能临时找亲戚朋友来帮忙。”正说着,一位来吃饭的大爷走了进来,熟练地拿起碗,志愿者帮忙盛饭。他跟李想点了点头,李想也点头笑笑,没有多余的客套,像是认识了很久。

(下转 05 版)

声明·作废

陈晨,男(现用名:吴顺)(出生医学证明)遗失,出生:2008年12月22日,母亲名:陈靖(身份证号:239004198709172348),出生医院:富锦市中心医院,出生证编号:I230362050,声明作废。

申养溪遗失黑龙江省哈尔滨医科大学附属第二医院住院收费收据原件1份,发票号为:9902443356。金额:7627.70元。开具日期:2026年7月24号。声明作废。

孩子姓名:齐峥嵘(男孩,2009年12月14日出生于甘南县人民医院,母亲:李楠,父亲:齐鹏举,出生证明编号:J230142991,(孩子姓名:齐峥嵘)出生证明丢失,特此声明作废。

公告·公示

2024年1月份公司办事人员不慎将黑龙江润泽建设有限公司德惠分公司的公章,营业执照正本丢失,声明作废,并声明从2024年1月起至今发生的任何业务及经济活动与公司无关!

黑龙江润泽建设有限公司德惠分公司
2026年8月21日

百业信息

13946092977

大疆行业应用产品解决方案

DJI大疆行业应用解决方案,面向政企单位、工程合作伙伴提供大疆行业无人机、机载负载、配套软件一站式供应服务。

水利:河道巡查、堤坝隐患排查、防汛抗洪监测

应急:灾害勘察、被困人员搜寻、现场态势回传

公安:治安巡逻、现场勘查取证、空地协同处置

消防:火情侦察、火险研判、热成像隐患探测

电力能源:输电线路巡检、光伏电站热斑检测

测绘:倾斜摄影建模、地形测量、工程土石方测算

林业:森林防火巡护、林地资源监测

植保:农药喷洒、施肥播撒、果园病虫害防治

多款行业样机现货,支持实地看机、现场演示体验

提供免费技术支持:方案选型、飞行指导、数据处理指导、操作培训、项目技术咨询,全程技术护航。

如有需求请联系我们获取专属行业解决方案

电话微信同步:

18245137715

哈尔滨卓易科技发展有限公司

生活报中缝广告

银行催收公告
银行变更公告
保险公司公告
债权转让公告
解除合同公告
房产公示公告

受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼103室
刊84681180
登13104659009
电13613600156
话18686821585

走进哈市“李想爱帮食堂”



(上接 04 版)

一群人在这里相遇

志愿者团队目前有二十人左右,每周排班,不固定谁哪天来,谁有空谁就来。每天平均有三个人在现场帮忙,忙的时候四五个人。“徐姐是我们这儿的主心骨。”李想说,徐姐是退休人员,家里有年迈的母亲要照顾,但她每周坚持来食堂三天左右,帮着管排班、安排每天的采购,“还有洋姐,是企业高管,利用午休时间过来,每周来个四五天,不光自己干,还帮着招募志愿者。还有一位私企老板丹姐,经常给食堂送调料,来了就挽起袖子做饭。”

正说着,从厨房里走出一位中年大姐,系着围裙,手里攥着一把青菜。她是志愿者毕文,今年刚退休。“五月中旬来到这儿,想把这份爱传递下去。”毕文说话爽快,语速很快。“我要是不去做,感觉以后会后悔。”毕文说,周围有些朋友不太理解,他们都去打麻将、旅游,享受退休生活,自己却跑来食堂干活,“每个人有每个人的活法,在这儿帮帮忙,心里踏实。”

厨房里还有一位“大厨”——贲师傅,他的本职是在路边摆摊卖小吃,每天十二点收摊。周二早上八点,他从哈西坐地铁赶到建北街,一忙就是一小天。“在网上刷到李想,也想献份爱心。”贲师傅一边颠勺一边说话,手上一直没停。“每周二固定来,风雨无阻。看到这些阿姨吃饭吃得挺香,我感觉没白努力。”他说完又继续翻炒锅里的菜。

志愿者玄慧也是通过短视频了解到这间食堂,“尽自己微薄的一份力量,不以善小而不为。”她说话温和,手上的活儿却没停,一直在择豆角,一根一根地掐掉两头,动作很利落。玄慧说,经常来帮忙的志愿者有十几位,自己家里也有老人和孩子要照顾,时间并不宽裕。

正聊着,门外停了一辆车,一位中年男子打开后备箱,搬下来几

袋小米、几包挂面、几瓶调料,直接送进了厨房。李想迎上去道谢,那人摆摆手,说了句“别客气”,上车就走了,前后不过3分钟。李想说,这样的爱心人士很多,有的留了名字,有的放下东西就走,连杯水都不肯喝。

来吃饭的人里,77岁的王阿姨是常客,她一个人住,中午这顿经常省着不吃。“我年龄大了,中午想省一顿。”王阿姨端着餐盘,坐在大餐桌旁,面前的饭菜冒着热气。她吃了一口土豆,点了点头。“现在好了,在这儿吃上了。志愿者来得早,菜做得也好吃,健康卫生,我都不吃胖了。”她笑了笑,低头又吃了一

口饭。旁边桌坐着一位中年男人,穿着环卫工的反光背心,他埋头吃饭,吃完把碗筷收拾好送到门口,跟李想说了声“走了啊”,就出了门。李想说,这样的场景每天都有,来吃饭的人各式各样,有老人,有环卫工,有外卖骑手,也有暂时找不到工作的年轻人。他们走进这扇门,坐下来吃一顿饭,然后离开,第二天可能又来了,也可能不再出现。

十一点半刚过,食堂里的人渐渐多了起来。十几个人围坐在大餐桌旁,有人聊着天,有人低头吃饭,有人吃完接着收碗。屋子不大,有些挤,但那种热热闹闹的烟火气,让人觉着温馨。



一份爱在这里传递

中午十一点半,一位看起来四十来岁的大姐走了进来,在门口登记了一下,自己拿碗盛了饭,找了个角落坐下。

李想压低声音告诉记者,这位大姐是位外卖骑手,三十五岁左右,父亲脑梗,母亲是肿瘤患者,还有一个读高中的女儿,一家人的担子全压在她一个人身上。“她每天中午都来这儿打饭,有时吃完就匆匆走了,有时打包带走。经济压力太大了,能省一顿是一顿。”李想说,“能帮到这样的困难群众,就是我一直想做的事。”

刚开始运营的时候,来吃饭的人并不多,李想和志愿者们经常站在门口,跟路过的居民介绍,这里是做什么的,什么样的群体可以进来免费吃饭。

“有些年轻人一听说是免费的,就不好意思进来。”李想说,“但也有走进来的,吃完饭,他们愿意支付一些费用,说想把这份爱心传递下去。”

有没有蹭饭的,怎么处理?当记者问出这个问题时,李想没有回避,“确实遇到一些明显不需要帮助却来蹭饭的人,一开始是有点生气,后来慢慢想通了,这个世界形形色色,什么样的人都有。”但他仍然相信,大多数人都是善良的。

有一位经常来吃饭的大姨,患有阿尔茨海默症,她每次来都带着钱,有时一百,有时两百,坚持要捐给食堂。“她知道我们在做好事,想帮帮我们。”李想的声音轻了下来,“但大姨是个病人,我们每次都委婉地拒绝,只收她一块钱或者两块钱。”说这话时他顿了顿,“就算她糊涂着,也想帮着别人。”

还有一位大姐,来食堂吃过几次饭后,不仅主动支付了饭钱,还留下来帮忙洗碗、擦桌子、扫地,什么活都干。“这就是爱心的传递,爱的流动。”李想说,看到受助者变成助人者,让他觉得“爱汇聚成了更大的力量”。

李想曾跟志愿者们聊过这样一个话题:在这里最大的收获是什么?“他们说,让自己觉得在这个社会上还有更大的价值,收获了更大的快乐。”李想复述这些话时,语气里带着一种满足,“这大概就是这间小食堂存在的意义,它不只是提供一顿饭,而是一个让人和人之间重新建立连接的所在。”

李想告诉记者,有些老人条件其实还可以,他们愿意付一点钱,不多,一块两块的,就是一种心意,“他们觉得不能白吃,也想为这间食堂出点力,这种互相体谅的感觉,比捐多少钱都让人感动。”

下午一点左右,食堂里的人陆续离开了,志愿者们开始收拾碗筷、擦桌子、扫地。贲师傅把灶台擦了一遍,关了火。玄慧把剩下的菜装进保鲜盒,放进冰箱。毕文把椅子归位,又把门口的地拖了拖。

李想把部分饭菜装在保温桶里,去附近的哈医大三院免费发放:“有些人家里有病人,需要营养,但实在不方便出来,我想每周都送几趟。”

车子发动的时候,正午的阳光照在建北街的老式居民楼上,小食堂门口“免费午餐”的牌子在微风里晃了晃。屋里,志愿者们还在忙活,碗筷碰撞的声响从门缝里传出来。

这间小食堂不大,甚至有些局促。但从春天到秋天,从第一顿饭到现在七千多人次,每一份餐食都端到了需要的人面前。那些走进来的人,做饭的、帮忙的、吃饭的、送东西的,每个人都在用自己的方式,让这顿饭有了温度。