

深圳市社会公益基金会·定向捐赠

骑手再出发项目执行方案

一、项目背景

1、外卖行业社会现状

近年来，中国外卖行业持续快速发展，已成为城市居民日常生活的重要组成部分。据国家信息中心及相关行业研究数据显示，2024年中国在线餐饮外卖市场规模已达1.63万亿元人民币，约占全国餐饮总收入的28%，并保持年均7%以上的增长速度。外卖用户规模亦持续扩大，预计到2025年，全国线上外卖用户将达5.5亿人，覆盖全国近半数城市人口。

在这一庞大体系中，外卖骑手作为“城市毛细血管”，承担着关键的连接作用。美团、饿了么等主要平台的日订单量长期维持在数千万单级别，仅美团一家在高峰时段的日订单量即可突破6000万单，活跃骑手规模超过700万人。根据央视财经报道，整个即时配送行业从业人员已超过1000万人，成为继制造业、建筑业之后规模最大的灵活就业群体之一。

在深圳这类一线城市，外卖普及率尤为突出。2020年深圳市政府统计数据显示，市民外卖使用率高达78.9%，远高于全国平均水平。结合本地商业密度与人口流动特点，深圳目前常驻外卖骑手人数已超过5万人，且仍在持续增加。该群体不仅支撑着餐饮消费与城市日常运转，也对电商、物流、支付等相关产业链条产生广泛影响。

综上所述，外卖行业在国民经济与城市运行中的重要性日益凸显，规模庞大的骑手群体已成为现代城市不可或缺的基础劳动力。这也为深圳探索更加人性化、可持续的城市治理路径提供了现实基础与迫切需求。

2、外卖骑手群体权益困境

(1) 工作强度大，劳动时间过长。调查显示，绝大多数骑手每日工作时间超过8小时。具体来看，众包骑手通常每日工作8至10小时，而专送骑手为维持收入水平，普遍需工作10小时以上。

(2) 收入水平与劳动付出不匹配。从访谈情况看，专送骑手月收入约为一万元，众包骑手多为七千至八千元，但整体仍低于2023年深圳市非私营单位职工月平均工资14,321元。

(3) 社会保障不足，职业风险突出。多数骑手尤其是众包骑手，未能享受完整的“五险一金”保障，意外险和工伤险覆盖也不充分。

(4) 心理压力，社会认同感低。问卷中，不少骑手表现出较强的焦虑情绪，如订单超时、差评处罚、无处休整等问题加剧了心理负担。尽管他们是城市运转的重要支撑，却常感到社会认同不足，未获得应有的尊重。

总体来看，外卖行业的快速成长与骑手群体权益保障之间存在明显落差。骑手作为推动行业发展和城市高效运转的关键力量，却面临着超时工作、收入不高、保障缺位、认同不足等多重压力。这种不平衡状态不仅影响行业可持续发展，也可能对城市公共安全与社会稳定带来潜在风险。因此，有必要通过积极引导骑手提升职业技能，推动其职业转型，促进社会公平与行业健康共生。

3、外卖骑手调研访谈

《智能革命与骑手未来》研究团队连续两年针对外卖骑手等群体开展大规模问卷调查和结构性访谈，共收集1559份电子问卷和访谈记录，全面分析了这一群体的工作现状和职业发展等情况。研究结果显示，78.21%的受访者工作年限在3年以下，21.99%的受访者仅工作不

到3个月，从业年限不到1年的受访者有近50%。那么对外卖骑手具体职业发展方向，我们也做了问卷调查，结果如下：

（1）根据问卷调查，“回家置业”是未来规划首选，很多从事外卖员、快递员等职业的劳动者，在获得稳定收入并有所积蓄后，更愿意回到老家、回归家庭，置办小本生意，自主经营。

（2）其次，从基础配送向技术、管理岗转型。例如，通过培训成为智能调度员、无人配送设备维护员、仓储管理员或站点管理人员。

（3）凭借熟悉路况、驾驶技能和服务经验，转向网约车司机、同城快递、货拉拉司机等相关领域。调研显示，网约车司机在收入和工作满意度上可能略高。

（4）还有部分有较强学习意愿和长期规划，愿意为未来投资时间和精力的年轻骑手，通过参加校企合作的培训项目（如京东“现代骑手学院”）获得学历和技能“双提升”，为长期职业转型打下基础。

二、项目实施方案

综上所述，随着新就业形态的蓬勃发展，外卖骑手已成为城市服务体系中不可或缺的重要力量，但从职业发展和培养角度来看，该群体普遍面临职业发展路径模糊、系统性技能培训匮乏、学历提升渠道受限等现实挑战，长期职业转型与可持续发展存在瓶颈。

为此，陈梓豪和齐务本联合深圳社会公益基金会发起创立并推动执行“骑手‘再出发’项目”。项目旨在回应这一迫切需求，秉持“赋能个体、照亮前路”的公益理念，为深圳市区域内有志向、有追求的在职外卖骑手打造一个支持职业发展与技能提升的综合性平台。项目充分利用骑手工作间隙的碎片化时间，通过阶段性、系统性的赋能计划，助力其突破职业天花板，开拓更广阔的人生可能性。

具体推动执行分为三个阶段：

第一阶段：启航计划——个性化学习赋能

本阶段聚焦于为骑手打下知识与技能基础，培养自主学习习惯。

（1）采购或合作开发涵盖通用职业技能（如办公软件、沟通技巧）、行业知识（如食品安全、交通法规）、以及兴趣拓展（如烹饪、摄影、心理学）的优质线上课程。课程选择注重模块化、短视频化，适配碎片化学习。

（2）设立项目图书基金，骑手可根据个人发展计划申请购买相关书籍，阅后可归还至“骑手驿站”流动书角，实现资源共享。

（3）建立线上学习群组，鼓励骑手分享心得、解答疑问，营造互助共学的氛围。

第二阶段：扬帆计划——技能深化与认证

本阶段侧重于技能实操与资质获取，提升市场竞争力。

（1）在骑手相对集中的城市，定期举办周末或晚间线下技能培训工作坊，邀请行业技师、专业培训机构讲师、高校教师及成功创业者授课，课程方向包括但不限于：

职业技能类：电动车基础维护与安全驾驶、餐饮门店运营基础、初级急救员培训、客户服务进阶。

新兴技能类：短视频制作与运营、数字化工具应用、社群营销基础。

生活技能类：理财知识、法律常识、心理健康调适。

（2）定期举办线上线下结合的创新创业分享会，邀请转型成功的前骑手（如成为店主、网约车车队管理者、区域代理商等）分享真实经历、市场洞察与实用建议，激发骑手创业灵感，连接初期人脉。

（3）对于参加国家认可的职业技能鉴定（如司机、厨师、电工、焊工、计算机操作员等）或学历继续教育考试的骑手，提供部分或全部考试报名费补贴、考前辅导资源对接，并

对取得证书者给予一次性奖励，形成激励闭环。

第三阶段：远航计划——职业转型与资源对接

本阶段致力于打通从学习到实践的最后一步，助力骑手实现职业跃迁。

(1) 与众多企业建立“友好雇主”合作网络，优先为完成前期培训的骑手推荐物流管理、仓储调度、销售顾问、售后服务、行政后勤等岗位。

(2) 与主流网约车平台合作，为有意愿且符合条件的骑手提供加入网约车司机队伍的绿色通道、车辆租赁优惠或专项入职培训。

(3) 对有可行创业想法的骑手，提供商业计划书撰写指导、法律财务咨询等，尝试对接小额创业贷款信息、低租金商铺资源、供应链资源等。

项目执行机构简介（登记证书）

深圳市创新企业社会责任促进中心（以下简称“社责中心”）是2012年5月由香江社会救助基金会、腾讯公益慈善基金会、万科公益基金会、招商局慈善基金会、桃源居公益事业发展基金会、深圳市慈善会等全国知名慈善组织联合发起成立的专业服务机构。登记机关为深圳市民政局，税务登记证号：524403005967655809。

社责中心曾受托开展多个政府服务和青少年公益项目，以下为部分：

2021年12月-2022年4月，深圳市光明区科技创新局《光明科学城科技公益基金课题研究项目》；

2021年，与广州市越秀区金融工作局达成公益金融试验区战略合作；

2023-2024年，受深圳市慈善会委托，连续开展“少年之志筑梦启航”善建少年出门看世界研究营活动；

2024年，开展“善行少年12月公益行认识身边的慈善组织：红树林基金会”；

2025年，受天巡慈善信托委托，开展“善行少年-天巡公益科普团进街道”首场活动，走进特殊儿童康复中心。




民办非企业单位登记证书

（法人）统一社会信用代码：524403005967655809

名称：深圳市创新企业社会责任促进中心 住所：深圳市罗湖区红宝路8号508、509室 业务范围：开展推动企业社会责任、促进慈善公益创新发展的相关活动。 该证书有效期至2029年03月10日	法定代表人：曾亚琳 开办资金：贰佰伍拾万元 业务主管单位：深圳市相关职能部门及单位
--	---



发证机关：深圳市民政局

发证日期：2025 年 03 月 10 日

中华人民共和国民政部监制

三、项目目标制定

1、服务对象：

- (1) 核心对象：全体在职外卖骑手，重点关注入职满一年、有明确学习意愿与长期职业规划、但因经济或时间条件限制难以自行提升的个体。
- (2) 优先群体：在评选与帮扶中，可适度向表现优秀（如好评率高、服务记录佳）、家庭负担较重、或有特殊贡献（如见义勇为）的骑手倾斜，体现人文关怀与社会激励。

2、项目目标：

- (1) 过程监测：跟踪骑手参与度、课程完成率、导师互动频率等。
- (2) 效果评估：短期评估技能获取率、证书考取率、满意度调查；中长期评估职业转型成功率（6个月/1年后跟踪）、收入变化情况、个人发展自信度提升。
- (3) 故事传播：持续收集并传播骑手通过项目改变命运的真实故事，塑造品牌，吸引更多社会资源关注与支持。

四、项目执行团队

项目职责	姓名	工作分工	个人简介
项目负责人	王若男	项目统筹执行	统筹策划执行活动、项目团队组建管理、沟通协调等工作
项目执行人员	龙燕	项目执行	协助活动统筹人落实各项工作
项目执行人员	黄怡婷	项目执行	协助活动统筹人落实各项工作

五、项目实施计划

时间	项目阶段	具体项目内容	阶段产出指标	负责人
2026 年 4 月	筹备期	对接骑手对个性化学习的课程需求，确定三类型课程具体内容	课程大纲	王若男
2026 年 5 月	执行期	根据课程大纲，邀请相关领域专家提供课程内容、教案及微课脚本，并制作微课	6 节微课并上线平台	王若男



2026 年 5-6 月		设立项目图书基金、并根据骑手采购需求进行书本采购	完成书本采购及借阅等工作	黄怡婷
2026 年 5-7 月		组建线上学习小组，并不定时在群内分享相关咨询	建立小组并运营	龙燕
2026 年 8 月	结项期	项目成效评估	形成 1 份结项报告	王若男

六、项目预算表

分类	项目周期	费用类别	费用明细	单价	数量	预算(元)	备注
项目直接费用	2026 年 4 月-8 月	系列课程研发或采购	3 系列*500 元/个*2 个/系列	500	6 个	3000	脚本、教案等
		课程视频剪辑制作	500 元/个*6 个	500	6 个	3000	
		图书采购		1000	1 批	1000	图书基金
		线上学习平台费用		1550	1 个	1550	
		项目 VI 设计		1500	1 套	1500	
分类	工作周期	费用类别	项目岗位	单价	数量	预算(元)	备注
执行人员补贴	2026 年 4 月-8 月	劳务补贴	项目经理	1000	1 人	1000	
	2026 年 4 月-8 月	劳务补贴	项目人员	500	2 人	1000	
分类	项目周期	费用类别	费用明细	单价	数量	预算(元)	备注
传播费用	2026 年 4 月-8 月	媒体报道	市级媒体平台	600	2 次	1200	
分类	项目周期	费用类别	费用明细	单价	数量	预算(元)	备注
其他	2026 年 4 月-8 月	行政成本	水电、办公场地分摊等	712.5	1 项	712.5	5%
	/	税费	按开票税率计	142.5	1 项	142.5	1%

	不可预见费(仅限用于项目 直接费用支出)		145	1 项	145	
合计			14250			

七、项目风险及应对预案

- 1、骑手参与持续性：通过激励制度、柔性学习设计、社群陪伴增强粘性。
- 2、培训内容实用性：建立反馈机制，定期调研骑手需求，动态调整课程。
- 3、就业对接有效性：深化企业合作，确保岗位真实有效，做好骑手求职辅导。
- 4、资金可持续性：设计多元筹款策略，探索部分服务低成本可持续模式。

项目合作伙伴：深圳市社会公益基金会
(盖章)



日期：2025年12月31日

项目执行机构：
(签字/盖章)



日期：2025年12月31日

