

户外时尚之旅

点亮美龄好时光

——青岛市海鹰艺术团模特队的旅居康养行



麦田合影

“绽放50+ 美龄好时光”。6月5日、6日，青岛市海鹰艺术团模特队的成员们满怀欢愉，向莱西出发，开展了一场户外时尚之旅活动。他们沉醉于自然美景，品味了地道美食，共同度过了轻松愉快的时光。

此次他们参与的“绽放50+ 美龄好时光”活动，由老年生活报精心筹划，是专门面向中老年人群打造的社交时尚活动。在这里，时装秀、品酒会、摄影秀、非遗手作等多元的活动可以体验，让他们在享受美丽的同时，也在退休生活中寻觅到了对未来的憧憬与生活的乐趣。



出发路上



合影留念



参观航天博物馆



产芝水库大坝走秀



参观羊乳业博物馆



采摘合影



随音乐舞动



在采摘园里，体验小火车的乐趣

1 芒种时节 麦田里的时尚之约

芒种时节的麦田，是一幅天然的画布，每个人都可以在这里创作出自己的时尚大片。6月5日傍晚，当夕阳的余晖洒满大地，海鹰艺术团模特队队员们在老师胡启来的带领下来到一片金黄色的麦田中，留下一组组唯美的照片和优雅的步伐。

“我们平日在室内课程中，大家都统一穿着海魂衫，很少有机会展示个人的服饰。但今天的户外课堂，大家可以依据不同场景，搭配不同的服饰，时尚，就是个性的展示，每个人都带着各自的美。今天的麦田拍照，不仅是课程的一部分，更展示了生活的多样性，带给我们与课堂截然不同的体验。”胡启来说。据了解，海鹰艺术团模特队目前有40余名成员，平均年龄在60岁左右，由海军子弟和退伍军人组成，他们通过模特表演展现军人风采。

当天，大家身着心仪的服饰，步入麦田，无论是在麦田间漫步，还是在田埂上留下倩影，无论是阳光下的灿烂笑容，还是逆光中的优雅背影，她们所展现的，不仅仅是外在之美，更是内心的自信与对生活的热爱。“今天是芒种时节，也是城市中的我们难得一见的麦田之旅，所以我选择了一条红色长裙，配上一双黑色小皮鞋和腰带，再搭配一串珍珠项链和一顶黑色边沿的帽子。这样的搭配既不会显得复杂，又能和金黄的麦田形成鲜明对比。”胡启来说。

身高178cm的曲丽青以前是部队篮球运动员，她说：“以前短发、运动服，也不会化妆，现在审美完全变了，走秀、化妆、拍照、做视频，非常自信。”曲丽青告诉记者，在麦田拍照时，她选择了一款经典牛仔褲搭配海魂衫，头戴白色黑边的帽子和黑色墨镜做点缀。“过去我是球场上风风火火的篮球运动员，现在退休了，转变为文艺范，最开心的是能和大家一起开心地玩。”曲丽青说。

2 莱西有礼，舌尖上的味蕾体验

莱西市以其丰饶的农产品和美丽的自然风光闻名，模特队成员们在为期两日的行程中也体验了莱西的待客之礼。高连香向记者表达了对莱西的喜爱，“以前我只知道莱西的水库鱼美味，但这次来莱西，还品尝了这里醇美的葡萄酒。”高连香说，“我最喜欢的是品鉴中的桃气葡萄酒，非常适合女性，冰爽甘甜，很适合现在的季节。”在莱西的九顶庄园，不仅葡萄酒醇厚，庄园风光也美不胜收，凭借着独特的地中海与新古典主义建筑风格，以及如诗如画的自然环境，成了大家拍照留影的胜地。



品鉴红酒

大家还一同参观了宜品羊乳业博物馆和航天博物馆，观赏了羊文化的文物、书画等展品，体验了5D沉浸空间，并品尝了宜品羊奶粉；来到产芝水库大坝，在坝上展示了走秀风采，沉浸在金鸡菊的花海中；在双龙泉家庭农场，大家采摘桑葚、小番茄、桃子……崔成玲告诉记者

3 户外课堂，别具一格的体验

“我们通常周四上午在室内上课，今天的户外课堂让我收获颇丰，拍了许多美照，还学到了很多知识，比如拍照姿势、红酒文化、酒杯礼仪等，最重要的是学会了攒蛋。”葛淑云笑着说，“我住在城阳社区，每周四都会去青岛市区上课，路程虽远，但我每周都盼望着和大家见面。”

谈及加入模特队的感想，曲丽青坦言课堂上学到的内容早已融入生活中，“我以前打篮球，有些驼背，但现在感觉气质变好了，审美也与众不同，留起了长发、学会了化妆、拍照、做视频，最开心的是能和大家一起。”曲丽青说。

海鹰艺术团模特队不仅有女性成员，还有8名男性学员。65岁的王里告诉记者，

者：“这个周末，在外地的工作的儿子一家要回来，我想让他们尝尝我亲手采摘的白玉蜜桃和绿色小番茄，让他们尝尝莱西的果蔬。”

据悉，本次活动由老年生活报专业摄影记者全程拍照，采用微信群图片直播的方式，大家可以随时随地看到自己的身影。无论是品酒时的优雅，还是麦田中的唯美，抑或在产芝水库大坝上的金鸡菊中走秀，抑或采摘时的快乐……每一个瞬间都被定格下来。“这不仅是对我们灿烂笑容的赞美，更是对积极生活态度的认可。”胡启来说。

休后聚在一起，一方面通过音乐、走秀培养情操，另一方面这是一种非常好的健身方式。最重要的是通过这种集体活动走出家门，融入社会。”董力说。

刚加入模特队的吴国萍告诉记者，她非常喜欢这个团队，“队员们都很热情，有亲和力，虽然我刚加入，但大家都鼓励我，相信很快就能融入这个大家庭。”

在这短暂的行程中，他们沉浸在游玩的乐趣中，忘却了生活的琐碎与烦恼，全身心投入到对美的追求与展示中，每一次与同伴的欢笑，都彰显着他们内心的满足与幸福。

记者 臧硕 张磊

旅居康养基地简介

青岛万林莱西康养中心

青岛万林莱西康养中心内设养老护理区、老年病专科医院、综合服务中心等多个功能区，提供2000张标准养老床位，为青岛市单院床位最多的综合性养老机构，为老年人提供高性价比的医疗康复、文化娱乐、精神慰藉等

专业周到服务，努力打造全国养老行业标杆。万林莱西康养中心是山东省、青岛市重点民生工程，是集“机构养老、社区养老、健康管理、居家护理、助餐送餐、人才培养”等多功能于一体的养老综合体。

宜品羊乳业博物馆与航天博物馆

位于莱西市沽河街道办事处处的宜品羊乳制品生产中心，展馆面积2000多平方米，分为上下两层，主要展览有“乳贯古今”“羊史羊事”“乳中贵族”“羊乳世界”四大部分，通过展示有关羊的图腾、文字、文化、艺术、民俗等，展现丰富多彩的羊乳文化。

紧邻的航天博物馆，内设五个展厅，从古人

对太空的憧憬，到中国航天发展历程，再到我们对未来太空生活畅想等方面进行展示，更有太空舱打卡区和沉浸式星空主题区。

馆内收藏有航天员作训服、航天服及宇航员在太空中使用的通讯头戴、航天食品以及各种标志性中国航天器材模型，并详细介绍中国航天发展历程。真正做到以文化为入口，科普为出口，打造可持续发展的航天主题科普体验基地。

九顶庄园

2008年，来自德国的卡尔·霍普特曼博士在中国青岛创建九顶庄园，总面积150公顷，其中葡萄种植面积约90公顷。

庄园坐落在莱西九顶山下，因此得名九顶庄园。目前国内主要种

植赤霞珠、品丽珠、蛇龙珠、马瑟兰、小味儿多、美乐、西拉、阿里波特、霞多丽、小芒森等葡萄品种，借助法式种植和酿造工艺，酿造出品系完整的红、白和桃红葡萄酒。

青岛双龙泉家庭农场

位于青岛莱西市望城街道小院村。农场始建于2014年，占地面积500余亩。农场基础设施已配套完善。分为四季采摘、绿色农产品、红色历史、乡村旅游、农民培训、科普教育、研学旅行七大板块。农场基础设施配套完善。建有设施大棚26个，大田果蔬设施栽培280余亩。近年来农场先后被评为全国创业创新园区，省级现代生态循

环农业示范点，省级精品采摘园，省级示范家庭农场。

农场围绕智慧农业、创意文化、休闲旅游等产业，以农耕文化为脉，以生态农业为纲，以绿色采摘为本，结合用地的现状特点，运用现代造园手法将其建设成为以采摘为特色，集生态、休闲、示范、科普和文化教育五位一体的现代可持续发展生态农业生态景观。

美德健康生活方式 公益广告

孝老爱亲

以孝为先 敦亲睦邻 家和事兴

中共青岛市委宣传部