

老年旅居新风尚：“私人订制、深度体验”正当时

记者 张磊 臧硕

当退休生活从忙碌的工作中解脱出来,如何让晚年生活更加丰富多彩?近年来,旅居养老逐渐成为老年群体青睐的生活方式。他们不再满足于单纯的观光游览,而是追求一种将学习、社交与深度体验相结合的慢生活模式。

董爱香团队

1 近郊游学： 山水间的移动课堂

今年60岁的宋兆龙,是青岛市广播艺术团朗诵班的学员。班里的中老年朋友来自各行各业,退休后因共同爱好相聚在一起。每逢春暖花开或重要节日,他们便将课堂从室内搬到郊外。“我们大多选择青岛周边特色之地,一日往返。”宋兆龙解释,很多学员还报了其他课程,一日游既不耽误学习,又能放松身心。

这种“一日聚”采用AA制,人均花费约百元,性价比极高,已成为班级固定活动。在青山绿水间,学员们一边欣赏自然风光,一边交流朗诵技巧,学习与休闲完美融合。



崂山区文化馆模特艺术团
成员正在体验非遗盘扣

相比之下,崂山区文化馆模特艺术团的节奏则更为从容。团长董爱香介绍,团队由热爱服装形体表演的中老年朋友组成,大家对拍照和旅行情有独钟。去年,在“老年生活报美龄好时光”的组织下,团队游玩了莱西、日照等地,两三天的行程轻松惬意。今年,团队计划延续慢节奏短途旅居模式,并尝试长线旅行。“我们想把课堂带到全国各地,云南、内蒙都在考虑范围内。”董爱香表示,“旅居不仅是看风景,更是开阔眼界、丰富内心的过程。”

2 私人订制:定格时光的摄影之旅

“我们是一群摄影爱好者,十多年前去山东临沂蝴蝶谷采风,结束时大家舍不得散,就成立了‘蝴蝶梦摄影群’。”蝴蝶梦摄影群队长、72岁的陈锡顺回忆。

陈锡顺的摄影之路始于1972年,几个小伙伴凑钱买了台120折叠相机,从此他便一头扎进摄影世界。退休后,他系统学习摄影,凭借对摄影的热爱,早起晚归、晓行夜宿,足迹遍布祖国名山大川,甚至远赴国外城市乡村。他钟情人文摄影,常深入偏远地区,两次前往尼泊

尔,在加德满都杜巴广场捕捉洒红节的欢乐瞬间。旅途虽辛苦,但他乐此不疲。

陈锡顺不仅自己热爱摄影,还心系群友。近些年,他精心策划摄影旅居线路。“前些年采风活动多以远途为主,2025年主要以青岛周边游居多,围绕风光、人像摄影,场场爆满。”陈锡顺说,他们活动线路十分“接地气”,每次活动前,他和副队长贾珍都会提前踩点,寻找适合中老年朋友的线路。

临近年关,“蝴蝶梦摄



陈锡顺(左二)与朋友们商讨摄影旅居线路

影群”组织大家赶年集,记录农村迎春节的喜庆,奔赴平度九里冰瀑景区,拍摄最美冰瀑。“2026年,我们计划开辟两日、三日等多日线路,兼顾摄影需求与舒适节奏,选择适合中老年朋友旅居的优质线路,沉浸式体验当地人文特色,用镜头捕捉美好,让‘蝴蝶梦’越飞越远。”

3 深度体验:旅居养老新趋势

记者采访发现,老年人旅居模式正从传统的“走马观花”式旅游向“深度体验”式旅居转变。这一变化背后,折射出老年人生活观念的更新。

一方面,随着生活水平的提高和健康观念的增强,老年人更加注重生活品质,追求精神层面的满足。另一方面,老年教育的发展让许多老

年人培养了新的兴趣爱好,他们渴望将所学应用于更广阔的天地。

旅居养老正好满足了这些需求。它不同于传统旅游的匆忙,更强调在一个地方停留较长时间,深度体验当地文化、生活节奏。对于艺术团队而言,旅居更成为移动的课堂,在变化的环境中激发创作灵感。

为了适应中老年朋友的旅居康养需求,不少地方积极打造各具特色的旅居目的地和服务模式,形成了一股“银发旅居”的新风尚。海南三亚、广西北海、云南西双版纳等地,凭借温暖的冬季、清新的空气,成为北方老年人避寒养老的热门选择;贵州六盘水、河北北戴河、黑龙江伊春等地,夏季凉爽宜人,是消夏避暑的绝佳去处;云南昆明、四川攀枝花等地,年平均气温适中,四季花开,适合常年旅居。

在这个快节奏的时代,老年人用自己的方式诠释着“慢生活”的智慧。他们不再追逐打卡景点的数量,而是注重每一次旅居的深度体验;不再满足于旁观者的角色,而是成为旅途中的参与者和创造者,书写着属于自己的精彩晚年篇章。



青岛市广播艺术团朗诵班学员

本报“私人定制深度体验”
咨询电话:1596550382