

# 槐花飘香,“花样妈妈”找回最美的自己

五月的烟台,槐花飘香,山清水秀。5月8日,一群平均年龄超过60岁的模特爱好者,住进了磁山疗养院这个“天然氧吧”。她们泡温泉、拍美照、登山祈福,过了一个难忘的母亲节。有人第一次泡温泉,有人看着母亲节视频泪流满面,有人说“快70岁了,该好好爱自己了”。这不是一次普通的旅行,而是一群忙碌了大半辈子的妈妈们,终于学会了把自己放在第一位,好好享受了一个属于自己的节日。



扫码看视频



## 1 从锅台边走到镜头前: “感觉变了一个人”



吕维诺(中)在唱歌

“这是一群喜欢形体模特的中老年朋友,有刚加入我们的新学员,也有跟了我十几年的老学员,大家退休后因为共同的爱好聚在一起。”时装形体老师杨晓露说。

王玉是第一次跟着模特班出来玩,出发前她还有点忐忑,没料想,到了地方一看——大山环绕,安静得连鸟叫都听得清清楚楚,深吸一口气,感觉肺都被洗了一遍,“比我预想的好太多了!”更让她高兴的是,随行的摄影记者一路跟拍,拍出来的照片把她自己都惊艳了。据了解,活动特意安排了《老年生活报》专业摄影记者全程跟拍,照片通过微信群实时直播,家人们也能随时看到自己的精彩瞬间。

“说出来不怕笑话,自从学了模特,我觉得自己像变了一个人。”王玉告诉记者。以前在家啥样?天天围着锅台转,做饭、照顾老人、照顾晚辈、收拾屋子,空余时间看会儿电视,一天就这么过去了。“现在不一样了,电视都不怎么看了,有空就练练台步,把上课学的东西复习复习,背也直了,腰也挺了,整个人精气神都不一样。”

这次出来,她的老公和儿媳妇都举双手赞成。王玉笑得合不拢嘴:“儿媳妇跟我说,妈你就放心去吧,家里有我们呢,你难得跟同学出去玩玩。”

杨晓露老师在一旁补充道:“她们都是我的大姐,课堂上我教专业知识,要求严格,但下了课我们就是一家人,一起享受生活。”

## 2 泡着温泉戏着水:“这才是咱老年人该有的康养”

曲志华这次出来,最大的感受就是仨字——不一样。“平时在家也忙,但那种忙是琐碎的、重复的……出来这几天,呼吸的是山里的空气,吃的是疗养院的饭,见的是老同学老朋友,整个人都松快了。”

说起泡温泉,大家更是打开了话匣子。第一天晚上泡的室内温泉,暖乎乎的水裹着全身,泡完一觉睡到大天亮。第二天下午转到室外温泉,大姐们一个个像小孩似的,在池子里你泼我、我泼你,笑得前仰后合。“什么烦心事、什么腰

疼腿酸,全泡没了!这才是我们老年人该有的康养啊!”周玉莲说得实在。

70岁的吕维诺是第一次泡温泉,她说泡泡温泉,整个人身心都放松了,这两天在原生态山水里,享受到了真正的深睡眠。“以前总觉得这些是年轻人的事,没想到我们这个年纪也能享受。”

据了解,本次活动入住的烟台磁山疗养院,位于国家AAAA级旅游景区磁山温泉小镇核心区域,大家置身原生态环

境中,呼吸清新空气,喝着甘冽泉水。“第一天刚下大巴车,迎面就是一股槐花香,满山的槐树花开得正旺,第二天厨房大师傅就给我们蒸了发面槐花包子,那叫一个香。”潘桂春说。



享受“户外温泉”

## 3 惊喜不断:“这辈子最快乐的几天”

5月9日,恰好是周玉莲的生日。午饭时,记者悄悄端上来一碗长寿面,“太意外了,我生日跟母亲节挨着,多少年都没正经过了。今天同学们还给我唱生日歌,我这心里头啊,热乎乎的。”

10日,在蓬莱老北山风景区,几个年轻人跟游客玩“谁输了谁唱歌”的游戏,没想到吕维诺被记者推上了前台。“没有任何准备,就这么上去了,今天是母亲节,我

唱了一首《我爱你祖国》,祖国就是我们伟大的母亲。”

“我平时刷手机,经常看到街头唱歌的视频,心里也痒痒,有时候想我是不是也能试试?”吕维诺说,“没想到今天真唱了,那种心潮澎湃的感觉,多少年没有过了,这是我这辈子最快乐的几天!”说这话时,她的声音都有些颤抖。“这个母亲节,收到了记者为我们准备的康乃馨,还泡了温泉,与大家一同度

过了一个不一样的母亲节。”她还说了一段掏心窝子的话:“作为女儿,我的妈妈去年年底去世了,今天的母亲节就有些遗憾了;作为妈妈,我女儿在国外快20年了,一年只能趁着外孙放假回来一次。前几天她问我要什么礼物,我说啥也不要,你能常回来看看我,我就知足了。”这段话被记者剪辑到了母亲节视频里,同学们看了也都红了眼眶。

烟台之旅不仅给大家带来了新奇的体验,更让大家感受到了温暖,对下一次出行充满了期待。后期,本报旅居康养活动还将继续出发,带更多中老年朋友走进山水间,把忙碌了大半辈子的自己,好好“找”回来,感受美龄好时光。

记者 臧硕 张磊



烟台磁山温泉小镇合影