

健脑且健手 献礼为盛会 杭州银龄“网红”亮绝活



周盘麟(右)和外国游客交流可谓“无缝衔接”

日前，杭州市西湖区转塘街道珊瑚沙社区里，96岁的周盘麟教孩子们用英语表达“全民健身日”：National Fitness Day。这位在西湖边六公园与年轻游客互飙英语的“网红”爷爷笑着说，健身先健脑，不同语种的切换能训练大脑。

在上城区丁兰街道，77岁的李顺根则以健康灵活的手指雕出“大莲花”，引来人们啧啧称奇：宝刀不老，状态依然在线。

两位老人都说，杭州亚运会已进入倒计时，老年人虽然不能到赛场上竞技，但仍能以各自的方式，向全世界展示他们的健康与快乐。

七旬匠人： 精雕“大莲花”祝福盛会

不久前，77岁的李顺根带着自己的木雕作品“大莲花”，来到钱塘江畔的奥体中心主体育场，站在场馆前合了一张影。照片上，背后的“大莲花”是杭州亚运会主会场开闭幕式的地点，而李顺根手里的这朵“花”是一份心意，是他送给这场家门口盛会的祝福。

李顺根家住杭州市上城区丁兰街道，年轻时一直从事木工工作，技艺纯熟。2008年，李顺根退休，这个地地道道的手艺人却停不下“手”，开始拿起工具琢磨雕刻一些小物件，从最初小小的核桃、葫芦，到后来加大难度，试着雕刻传统建筑，比如杭州保俶塔、嘉兴红船等。

去年开始，李顺根琢磨着给家门口的亚运盛会献一份礼。

“你要不要试试雕刻一座‘大莲花’？”朋友一句建议，让李顺根有了灵感，随即以自己最擅长的木雕手艺，复刻标志性亚运竞赛场馆“大莲花”。

“大莲花”外形由28片大花瓣和27片小花瓣组成，设计理念源于钱塘江水的波动和杭州丝绸的飘逸。为了雕出距离、大小一致的花瓣，李顺根拿出家里多余的鞋盒，将花瓣形状画在上面，剪好后放在木板上再顺着轮廓一点点雕刻，最后挖出多余部分。

“雕花瓣是最难的一步，需要极大的耐心和细致，差不多完成一片就要半个小时。”李顺根开玩笑地说，自己急躁的性子都因此磨软不少。

为了让木雕“大莲花”更加真实，李顺根细心地用毛竹钉将主体固定在直径47厘米、高约4厘米的底座上。边缘处竖着一排排“路灯”，用电线绕成一圈，只要按下开关，“大莲花”便绚烂盛开。

“美中不足的就是凹度不够，内部弧度再差个0.5厘米就完美

了。”对手艺人来说，吹毛求疵是他们的“本能”。

完成“大莲花”后，如今，李顺根的木雕工作台上是“新鲜出炉”的“亚运三小只”——琮琤、莲莲和宸宸。他说，作为土生土长的杭州人，十分期待这场家门口的亚运盛会，希望通过自己的双手为杭州亚运增添光彩。

九旬“网红”： 向世界介绍杭州

如果你周末去逛西湖，可能会见到周盘麟和外国游客交流的和谐场景。

他说，自己平时会主动和外国游客打招呼，问问他们对杭州的印象如何。如果外国友人愿意聊，他会进一步向他们介绍杭州的美食，聊聊这里的风俗习惯和江南美景。

不少人好奇：96岁老人为何英语如此流利？

原来，周盘麟儿时生活在上海，念的是新式学堂，从初中开始学习的几何、化学、代数，都是英语课本，教学也用英语，童子功那是相当扎实。

上世纪四十年代，周盘麟考上浙江大学化学系，教材依然是全英文。

毕业后，他进入高校教化学和英语，后长期从事翻译工作。正是这番历练造就了他炉火纯青的英文功底。

周盘麟向记者回忆，活跃在公园英语角，是从五六年前开始。

“那会儿我住在杭州市中心，只要是天气晴朗的周末，都会出门往西湖溜达。”通常，他会出现在六公园英语角，和大家相互交流、学习。

和周盘麟交谈，不时会听到他夹杂几句英语，可见他丰富广阔的知识储备。平日里，他喜欢上网看新闻，家中放置了很多书籍读物，涉猎甚广，还有不少草稿本，这是他用来誊写英语单词和复习英文短句的。用老人的话说就是“You are never too old to learn(活到老学到老)”。

随着杭州亚运会的临近，周盘麟发现六公园英语角越来越热闹，来的人也更多了，这让他很是开心。

“希望大家都能学好英语，以备不时之需，以热情的面貌迎接各国友人。”周盘麟坦言，希望尽己所能为亚运出一份力。现阶段，他会在珊瑚沙社区举办的公益英语沙龙免费教孩子们学英语，等到天气稍凉爽，再去西子湖畔向远道而来的游客说一声“Welcome to Hangzhou(欢迎来到杭州)”。

据《浙江老年报》

健康亚运行 畅游分会场 “浙”份旅游路线请查收

随着亚运会的临近，作为亚运赛事分会场的宁波市、温州市、湖州市、绍兴市、金华市纷纷发力，将亚运“流量”转为文旅“留量”，结合自身城市特点推出旅游路线。

看完比赛玩什么？吃什么？我们已为您挑选出10条精品路线，快来一起看看吧。

宁波市

石浦渔港古城

象山石浦渔港古城渔俗文化绵延不绝，非物质文化遗产项目丰富，大家一定要体验象山竹编、传统手工编结等技艺。

地址：浙江省宁波市象山县石浦镇江心街4号
开放时间：8:00—17:00
门票价格：门市价100元

推荐路线：

路线一：有氧山水之旅
松兰山旅游度假区—石浦渔港古镇—中国渔村—东门渔村

路线二：匠心非遗之旅
石浦古城老街—中国海洋渔文化馆—东门渔村—象山县海洋文化研学中心—渔光之城

温州市

百丈漈

百丈漈为形深壑巨涧，景区共分百丈飞瀑、天顶秀湖、刘基故里、峡谷景廊和朱阳九峰等5大景点，是一处避暑的天然场所。

地址：浙江省温州市文成县百丈漈镇篁庄村
开放时间：8:00—16:50
门票价格：门市价65元

推荐路线：

路线一：海岛风情之旅
温州奥体中心—永昌堡—大罗山龙脊—望海楼—半屏山—仙叠岩—韭菜岙

路线二：文泰康养之旅
(文成)百丈漈—武阳村(伯温家宴)—刘基庙—安福寺—(泰顺)乌岩岭—廊桥氤氲景区

湖州市

南浔古镇

南浔古镇为江南六大古镇之一。长廊、木雕、乌墙、白瓦，在这里铺成一幅浓墨淡彩的江南水乡图。

地址：浙江省湖州市南

浔区南浔镇人瑞路51号

开放时间：8:00—16:30

门票价格：门市价95元

推荐路线：

路线一：文化探索之旅
安吉竹博园—浙江省自然博物馆(安吉馆)—南浔古镇—中国湖笔博物馆—赵孟頫故居旧址纪念馆

路线二：山水走读之旅
莫干山景区—庾村小镇—下渚湖湿地公园—奇幻谷—西山漾丝绸小镇景区

绍兴市

鲁迅故里

鲁迅故居是绍兴市区保存最完好，且最具文化内涵、水乡古城经典风貌和独具江南风情的历史街区。

地址：浙江省绍兴市越城区鲁迅中路241号
开放时间：8:30—17:00
门票价格：免费

推荐路线：

路线一：古城文化之旅
鲁迅故里—沈园—八字桥、书圣故里—阳明故里—仓桥直街—徐渭艺术馆—夜游环城河画舫

路线二：黄酒风情之旅
黄酒博物馆—古越龙山中央酒库—古越龙山绍兴酒鉴湖糯稻基地—游览东浦黄酒小镇

金华市

游埠老街

位于浙中兰溪市西南的游埠，跟桐乡乌镇、湖州南浔、义乌佛堂并称“浙江四大千年古镇”。游埠老街更是被食客们夸赞为“江南早茶第一街”。

地址：浙江省金华市兰溪市游埠镇永安路35号附近
开放时间：6:00—21:00
门票价格：免费

推荐路线：

路线一：水墨金华之旅
双龙风景旅游区—婺州古城—婺江画舫(婺剧院)—金华市体育中心—熊猫猪猪两头乌国际牧场

路线二：休闲慢游之旅
游埠老街—诸葛八卦村—兰湖旅游度假区—扬子江生态公园—天下江南景区—白露山景区

据网络综合消息