

请用年轻的态度@我

73天、1.2万公里、8771元、50多个城市  
90后台州女孩柯敏燕辞职后去旅游

## 两人一车，生活在路上

通讯员陈轶男报道 法国诗人兰波写道，“生活在别处，在沙漠、海洋。”

平日里，我们总对“别处”充满幻想，艳羡别人的生活。但其实，生活就在当下。今年3月底，台州仙居的柯敏燕果断决定来一场说走就走的旅行，她和朋友两个人驾驶一辆电动汽车，直奔西藏、折返南下，出门73天，行驶了1.2万公里，去了50多个城市，领略了祖国的大好河山，感受了各地的风土人情。

### 离职后，自驾电动汽车去旅行

绵延的川藏线上，既有美丽、多变的风光，又有复杂、险峻的路况。从海拔几百米到海拔5000多米，既要翻越二郎山、折多山、色季拉山等高山，还要跨越大渡河、金沙江、澜沧江、怒江等汹涌湍急的江河。途中，雪山草原、森林冰川、峡谷山川、大江大河等美景尽收眼底。

这些吸引了无数游客前往，90后柯敏燕也对此心驰神往。“走一趟318国道，亲眼看看布达拉宫，此生无憾。”过去3年，医疗器械行业“大火”，柯敏燕变得忙碌，加班常态化、工作压力大时，这个愿望越发强烈。

“曾梦想仗剑走天涯，看一看世界的繁华……”她直言，每次听到歌手许巍那首《曾经的你》，都很触动。2022年年中，她辞去工作，在家休息了小半年，

其间不停做旅游攻略。

吃穿住行，事无巨细，柯敏燕全想到了。多数人进藏，会选择越野车，但她想挑战下车型娇小的电动汽车。出发前，朋友们质疑，“电动汽车能行吗？我连高速都不敢开，就怕没电，更别提千里迢迢去西藏。”听了这话，柯敏燕也曾打退堂鼓，但转念一想，有网友开着续航比她还少的电动汽车都顺利进藏了，自己有何不敢？

上路前，她认真规划了路线，通过高德地图查看了沿线城市充电桩的分布情况，以备不时之需。

出门旅游，除去交通费，住宿也是很大一笔支出。为了节约用钱，柯敏燕和同伴决定睡在车上。她找了几根长度较短的木条，将它们钉在一起，作为床架；又从网上买了两块可折叠的木板，作为床板。“睡觉时，就把后排座椅放倒，把木条和木板拼一起，再铺上毯子，放上枕头。”两人个子不高，1.62米左右，躺下以后，再把腿略微伸向前排，睡着正好。

麻雀虽小，五脏俱全。柯敏燕罗列了下，这一趟，她们共带了26件物品，除了衣物、床上用品，还有备胎、水箱、洗澡帐篷、高压锅、卡磁炉、鸡蛋盒、碗筷和调味品、拖车绳、轮胎扳手、千斤顶等。白天，这些物品全部堆在后备厢，夜间，则塞到前排的角

落角落。

### 两人一车，说走就走

一切准备就绪，3月底的一天，她们从家里拿了两捆挂面、一盒鸡蛋、一捆青菜，就踏上了进藏之旅。

从仙居出发，他们会依次路过金华、长沙、重庆、成都等地，继而抵达拉萨，“本着能省就省的原则，这趟，我们全程走国道。”柯敏燕娓娓道来。

虽然性格活泼开朗，但露宿街头的第一晚，她们很不习惯。当晚，她们到了金华，找了个路边的停车位，停稳后，掏出卡磁炉准备煮面条，这引得路过的大爷大妈们好奇不已，纷纷围了上来，“怎么搁这做饭呢？”柯敏燕和同伴瞬间羞红了脸，连忙道出了此行目的。之后，再遇到类似情况，她们就坦然多了。

除了屈指可数的几次下馆子，大部分时间，她们都选择自己做饭，“粮库”空了，就去当地的农贸市场、超市逛一逛，购买一些新鲜食材。“同伴厨艺很好，买了猪肉，她就做红烧肉，我在旁边看得直咽口水，老香了。”柯敏燕介绍。

相较于当下流行的“特种兵式旅游”，柯敏燕则选择慢游，每到一个地方都会待上一两天，若当地有美景、美食，她们会多待几天。

经过湖南湘西，她们体验了

土家族的篝火晚会，看着数千人载歌载舞，很是震撼；抵达成都，为了和网红大熊猫“花花”见一面，她们在成都大熊猫繁育研究基地周边的停车场睡了一宿，隔天起了个大早排队进园……

通常，她们会找露营地停车，若没有，就把车停到有摄像头的地方，比如银行门口。有时，她们也会住酒店。据她观察，相对而言，西北地区房车露营基地比较完备，南方比较少。

### 一路上，感动的事情有不少

走国道，路况像开盲盒，400多公里，一开就是6个多小时。一路上，两人分工很明确，路况糟糕的路段，由“老司机”柯敏燕掌舵行车，路况好一些换同伴。318国道小部分路段因地质灾害等，路面出现了不少坑洼洼，柯敏燕直言，自己一边开一边忧心忡忡：过了这个坑，车子会不会散架？盘山公路，弯多坡道急，她得打起十二分精神。

道阻且长，但拦不住大家驶向青藏高原。这一路上，车多、人多，好人更多。想起来，柯敏燕仍觉得感动，她们在即将驶出西藏芒康县时，电动车忽然罢工，和品牌客服电话沟通了3小时，尝试了多种办法，却始终无法充电。柯敏燕和同伴着急不已，“前不着村后不着店，这咋办？”如果喊拖车，来回公里数都要算钱，每公里至少16元，是一

### 大笔支出。

她们正愁得团团转，于网络上求助，一位陌生大哥及时伸出了援手。“他私信我们，说自己开了辆四驱车，可以过来帮忙拖车。他当时距离我们好几百公里呢，按正常行驶速度，隔天才能赶到，为了帮我们，大哥连夜赶来。”柯敏燕等人感动不已，大哥分文不收，仗义得很。

一路上，像他这样热心肠的人还有不少，虽然来自五湖四海，但大家相逢就是缘，亲切得像一家人，柯敏燕与同伴也被深深感染。

有一天，她们在营地认识了另一位大哥，他开了辆自己改装的太阳能车。大家相谈甚欢，结伴吃了顿饭。饭后，柯敏燕再次上路。驶出营地100多公里后，她突然接到这位大哥的求助电话，没有丝毫犹豫，立即掉头回去。

经历了几十个日日夜夜，5月4日，柯敏燕和同伴如愿抵达西藏，站在了布达拉宫前，欣赏到它雄伟壮丽的模样。“很震撼，这一路颠沛流离，值了！”愿望达成后，她们一路南下，又去了云南香格里拉、丽江、大理等地。6月10日，她们回到仙居，躺在自己的床上睡了个饱觉。

这一路只花了8771元，但柯敏燕收获良多，她计划着，一个月后，再次出发新疆。“花一年时间好好玩，以后专心工作。”

### 8 小时之外

## 夜游杭州 看见城市另一面

### ■沈静

“周一虐我千百遍，我待周五如初恋”大概是很打工人内心的真实写照。不少人会早早把周五晚上的“节目”安排好，约会、看电影，或者刷剧至凌晨，第二天再睡到天昏地暗，而我的“小确幸”则是每周五晚跟着“淡教授”夜游杭州。

“淡教授”是杭州溪山行户外俱乐部的一名公益领队，满腹经纶，苏东坡、李白等的诗词张口即来，颇有才华，做事又相当认真。每条夜游线路他都亲自考察，从大江东至西溪湿地、从南至北，围绕着杭州充满人文历史味的地方如江、河或者古城门、古桥、古井、古镇等，精心串起一条条精美的夜游线路，夜游途中，“淡教授”还会引经据典讲述一则则小故事。

这不，新一周的夜游线路在微信群里发布了：萧山西兴古镇至萧山北塘河游步道，并说明“过时不候，风雨无阻”。当天晚上7点，淅淅沥沥下着雨，所有人准时在西兴地铁A口集合。由地铁口往后走2分钟，就看见了一块写着“西兴”二字的大石碑，这里便是古镇的入口。

沿着小弄往里走可以看见，青石板铺路，河两旁的庭院门口种植着各式蔬菜和花草，居民们喝着小酒、聊着天，还有人家在河边清洗着物品，在城市中保留着如此完好的原始古镇，实属难得。“淡教授”也在雨声中拉开了古镇的一段段故事。

西兴古镇因运河而繁华。它是250多公里的浙东古运河起源之地，这条古运河途经萧山、绍兴、上虞、余姚、宁波，最终在镇海注入东海。进

### 征稿

夜色逐渐笼罩城市上空，霓虹灯汽车尾灯交替闪烁，结束一天工作的你，下班之后闲暇时光怎么过？是看书、听歌、做饭、跑步健身还是成为一名“斜杠青年”，开启“开挂”人生。生活版开设“8小时之外”栏目，希望能够展现职工下班后丰富多彩的生活方式和积极向上的生活态度。本栏目面向广大职工长期征稿，投稿作品（注明：8小时之外+作者姓名+联系方式）可发送至邮箱572985673@qq.com。

## 童心迎亚运

6月27日，在杭州市临安区天目山镇中心幼儿园，老师在给孩子们讲解杭州第19届亚运会知识。

当日，杭州市临安区天目山镇新时代文明实践所联合镇中心幼儿园开展“童心迎亚运”主题系列活动，小朋友们在老师的指导下，通过杭州第19届亚运会知识问答、认识亚运会吉祥物、制作黏土画等方式，一起了解亚运，助力亚运。

通讯员胡剑欢 摄



杭州拱墅区和睦街道创新社区老年大学办学模式——

## 整合资源补短板 丰富内容提质效

家住杭州拱墅区和睦街道和睦社区的退休职工孙章才，每天都要去养老服务综合街区，为啥？这里开了社区老年大学，他最近在学习健康养生课程。

“老年大学有很多课程，可以随时‘充电’。”孙章才说，自己不仅学到了知识，还结识了不少好友。

老年教育是满足老年人精神文化需求的重要途径，老年大学曾经一难求。今年，浙江将老年教育提质扩容纳入十方面民生实事项目之一，提出90%以上乡镇（街道）建有老年大学、培育老年教育示范校60所的目标。杭州市去年印发《关于加快老年教育发展的实施意见》，提出到2025年，全市基本形成保障有力、职责明确、多方参与、资源融通、开放便捷、特色鲜明的老年教育新格局。

如今，越来越多的老年人像孙章才一样，在家门口“上大学”。记者了解到，和睦街道通过整合资源，打造“老年教育+文化养老”新模式，努力满足老年居民精神文化需求，把惠民生、暖民心、顺民意的工作做到群众心坎上。

### 社区空间统筹利用

和许多老旧小区一样，和

睦社区从前也存在楼房密度大、公共空间小，居民缺少固定活动场所等问题。“老年居民越来越重视退休后的精神生活，但那时最大的难题就是场地资源紧缺。”和睦街道办事处副主任应玉兰说。老旧小区改造过程中，社区加强建设管理，难题逐渐破解。

### 精品课程备受欢迎

书画、乐器、英语、太极、健康养生、视频剪辑……和睦社区老年大学的课程表，内容满满当当。

养老服务综合街区工作人员李浣菁介绍，目前社区老年大学共开设课程10项，对应开设班级11个，已累计为6500余人次提供课程教学。“书画、葫芦丝、智能手机应用、太极等课程人气很高，健康养生类课程也是老年人的热门选择。”李浣菁说。

据介绍，今年和睦街道为老年大学的葫芦丝、唱歌、舞蹈等课程设置了高阶班，方便学员找到与自身学习程度更加匹配的课程。目前开设3个高阶班，学员约70人。

街道老年教育活动不止在老年大学。在和睦书阁，阅读分享、宋韵文化、非遗手工等课程广受欢迎；和睦剧场定期安排了

平安宣讲、普法宣传、健康救护知识等公益讲座；阳光餐厅还有厨艺类课程……

随着和睦未来社区建设推进，街道开设了“和睦未来社区”微信小程序，居民可以一键呼叫服务上门。

可不少老年人不熟悉手机使用，怎么办？去年6月，社区成立了“银龄互助跨越数字鸿沟培训班”，重点教授老年人学习使用小程序和智能设施设备。退休已10余年的社区居民朱丽娟第一时间报了名：“儿子给我换了新手机，刚好有培训班，可不能错过。”

如今，该培训班已纳入社区老年大学的课程体系，由社工和运营公司业务团队授课，每周一次，授课内容不仅有现场体验教学，还有配套的网络安全教育等。开班以来，已累计开展数字化培训相关课程39次，共培训760人次。

### 互助教育蔚然成风

老年大学的不少老师是本区域居民。老年大学明星教师臧复和就是其中一位。自老年大学开班伊始，他便作为文化志愿者为街坊邻里公益授课，如今77岁的他每周两次来这里义务教授书法和美术。臧复和说，

“学员们有了好作品，我也很有成就感。”

为进一步扩充老年互助教育资源库，今年以来，和睦街道创新推出“幸福相伴和睦银龄秀”活动，通过社区海选方式，选出有文化专长的“银龄”达人50余名，他们作为授课指导师，为更多社区老人分享知识技能。

“我们希望建立表彰激励机制，开展优秀学员表彰、课堂讲师评比，以点带面，鼓励更多的老年居民走出家门，融入社区学习或运用专长参与志愿服务。”和睦街道党委书记饶文琪说。

为进一步提升教学效果，和睦社区完善志愿服务机制，尝试以积分等形式激励更多志愿者参与养老服务。“老年人更懂老年人的心态，交流上少一些障碍，也有助于提升教学效果。”和睦社区党委书记周皇说。

打开“和睦未来社区”小程序，即可认领“助老志愿者”“达人课堂”等社区任务，完成后，所做的志愿服务将以积分的形式进行存储。周皇介绍，社区老年居民使用该小程序的比例稳步提升，“以服务换积分、以积分换服务”的良性互动正推动互助式老年教育蔚然成风。

据《人民日报》

一抢而空，月薪高达1万多元，可见宠物专业最有前途。”

“你们都在瞎诌什么？你们说的那些专业选项都不行！”原来是德高望重的老爷子在一旁要发表意见了。大家赶紧停下说话，听老爷子的意见。

只见老爷子一脸庄重而严肃地说道：“你们说了那么多专业，我一直在听、在想、在思考，我认为你们说的那些都不行。要我说，最好、最棒、最吃得开的还是——技工专业。”

老爷子话刚完，大家面面相觑，目瞪口呆。老爷子接着说：“古人云：荒年饿不死手艺。广播上都说了，现在我们国家出现了‘技工荒’，一个8级高工年薪相当于一个博士生，而且市场还难以寻觅。我看，就这样定了：技工专业。”

姐夫嗫嚅道：“我认为教师专业最吃香。孩子们不是常常唱道‘长大后我就成了你。’这个职业多么令人神往、多么令人自豪！”姐夫的脸上闪烁着激动的光芒。

“我想是动物专业最好。”大哥在一侧发表看法。“现在养宠物的人越来越多，听说，养个宠物比养个小孩费用都大。网上说，南方某地20多名宠物专业的毕业生，被市场

### 生活志

## 选专业趣事

### ■李良旭

儿子的高考分数下来了，达到了本科录取分数线，全家人都非常高兴。可转眼又忧从心起，让儿子选个什么专业呢？选个好专业，这可是十分重要的大事，事关儿子今后毕业饭碗的问题。为此，我把所有的亲戚都召集来了，专门为儿子开了个“选专业”的家庭会议。

我姐首先发表意见。她以一种坚定的语气说道：“让侄子报个法律专业最有前途。现在人们法律意识提高了，遇到了问题和矛盾，动辄法庭上见。给人打官司，特别是给名人打官司，无论官司最后结果如何，只要自己的名声出去了，到时候不愁没有发展前途！”

姐夫嗫嚅道：“我认为教师专业最吃香。孩子们不是常常唱道‘长大后我就成了你。’这个职业多么令人神往、多么令人自豪！”姐夫的脸上闪烁着激动的光芒。

“我想是动物专业最好。”大哥在一侧发表看法。“现在养宠物的人越来越多，听说，养个宠物比养个小孩费用都大。网上说，南方某地20多名宠物专业的毕业生，被市场