



# 爸爸,周末还带我去那儿耍

□本刊记者 景庆霞

## 有爸爸 当玩伴

### 所有困难靠边站

24日是周日,天气不错。在隋唐城遗址植物园,黄先生正在教女儿放风筝。看着女儿牵着风筝线开心地跑来跑去,黄先生欣慰地笑了……

据黄先生介绍,平常工作很忙,所以每到双休日,他都会想方设法抽时间陪女儿玩儿,“带她到孟津摘过草莓、在伊河里摸过螃蟹……”

黄先生说,放风筝看似简单,其实需要技巧,而玩儿

遥控飞机更需要技术含量了,“孩子的妈妈经常搞不定,这就需要我这个‘工科男’出手了”。

在银杏仙庄,10岁的乐乐和爸爸蹭蹭地往一个拓展高架上爬……乐乐说,他特别喜欢和爸爸在一起玩耍,“妈妈有点儿唠叨,我干什么她都不放心;而爸爸就像我的好朋友,我俩经常比赛着玩儿,特别开心”。

在走访中发现,爸爸带

孩子玩耍,不仅能解决一些妈妈们无法解决的问题,而且更有利于培养孩子们自信、坚强的性格,遇到问题不气馁。

●休闲提示:隋唐城遗址植物园、新区体育中心、凤翔山庄、银杏仙庄、洛浦公园及市博物馆附近等,都非常适合带孩子去玩儿。玩的项目也非常多,可以放风筝、玩遥控飞机、赏落叶、玩轮滑、进行难度不大的拓展训练等。

## 老爸今天来这儿遛弯儿

□记者 李永高

### 曾经,您驮我上学 如今,我带您出游

作为洛阳本土的第二代产业工人,段强印象最深的是,当年父亲骑着红旗牌加重自行车驮着自己去上学、去书店、去参加各种考试,最开心的当数郊游。

接父亲的班进了工厂后,段强一直想带上喜欢人文景观的父亲,从城西到城东逛个遍。

与段强不同,王国伟决定陪父亲故地重游:20世纪60年代,王国伟的父亲参军到过东三省,后来又随豫西山区插过队。如今,花甲之年的老人经常做梦回到当年的营房、山村。

王国伟表示,待天气转暖后,想为父亲报名去台湾旅游,“他有一张《祖国山河一片红》仿品邮票,他把它当宝贝”。

### 昨天,锻炼为工作 今天,健身享幸福

为了了解老人们的健身状况,洛阳晚报记者24日起了个早,安步当车,由城东向城西一路前行。

6点50分,洛浦公园东门内的广场上,一群老人正随着“雄纠纠,气昂昂”的旋律,时而用力甩臂、原地踏步,时而步随身转……不断有后来者加入。晨练老人,有的拿着收音机,边听新闻边慢跑;有的把鸟笼挂在车把上,自己在一旁舞剑;还有的打羽毛球、抖空竹……

9时半以后,在一些居民区的健身场地上,越来越多的老人边在阳光下活动筋骨,边照看着身边的孙辈。20时,在洛阳师范学院老校区东门地下通道两侧、邵雍故居门前广场等处,许多老年舞者为都市的夜景增色不少……

一位领舞者说:上班时,锻炼身体是为了不耽误工作。如今退休了,健身就成了享受晚年幸福生活的重要方式之一。

### 年轻时,割舍爱好 退休后,重拾梦想

24日是周日。10时,记者在市美术馆二楼、三楼展厅里,见到许多老人在参观画展。

您还真别低估如今老年人的装备,除了手机拍摄,还有不少人擎着单反数码相机、DV,还有一位皓首竟举着平板电脑……其中,还有几对是祖孙一起来参观的。

没有“两把刷子”是绝不敢在公开场合玩地书(用扫帚般长的“毛笔”,蘸了水在地上写)。

马先生的地书模仿的是毛体,“年轻时,就研习过毛体”,后来工作事务繁杂,许多爱好都荒废了,

“从机关退休后,就想尽快把年轻时的这点爱好或者梦想重拾起来”,“好好系统地研究书法”。

## 随爸爸 做运动

### 想不成长都不行

在某学校任教的赵老师说,他和儿子平常很少交流。看了《爸爸去哪儿》后他感触很深,他感觉儿子性格比较内向,不愿与人合作。

现在,他和儿子每天早上起来跑步,周末到篮球场打篮球,“我和儿子的关系更近了,也慢慢教会他与别人合作。看着儿子在成长,我非常开心”。

家住洛龙区的李先生说,女儿今年上初三,学习压

力很大,从今年年初开始,每周他都会带她从宝龙城市广场骑行到龙门石窟。

李先生说,通过骑行,他们父女之间的感情更深厚了,特别是女儿做事半途而废的毛病基本不存在了,性格也变得刚毅了不少。

大量事实证明,在运动过程中,爸爸不仅可以让孩子更加坚强,而且还能有意识地锻炼孩子的毅力。

●休闲提示:运动的方式有很多,打羽毛球不需要专业场地,许多社区都有乒乓球台;龙门北桥西岸南侧有市民建的楼顶门球场,免费对外开放。另外,新区体育中心还有网球场、门球场、游泳馆等,有的场馆免费对外开放,个别收费的场馆都有相应的优惠活动。而像骑行、跑步、跳绳等没有场馆限制,只要不影响别人、注意自身安全即可。

## 和爸爸

### 博闻强识变简单

在某科研单位上班的王先生上周六又带孩子到市科技馆参观了。“孩子对科技馆非常感兴趣,特别是对科技馆里的各种项目很着迷,每次去都会问我这问我那的。有些问题我指导他自己翻书找答案。现在,他学习的劲头更足了,并且很佩服我的博学,真正成为我的‘小粉丝’了。”

家住西工区的高先生喜欢带女儿参观博物馆,他说,洛阳有深厚的文化底蕴,各种博物馆都是洛阳历史的缩影,“通过参观博物

馆,孩子对历史产生了浓厚的兴趣,特别是她的知识面越来越宽了”。

我市博物馆很多,有洛阳博物馆、民俗博物馆、定鼎门遗址博物馆等;此外,我市的民办博物馆有21家,它们各具特色。

●休闲提示:  
市科技馆  
位于

涧西区牡丹城附近,每周三至周日开馆,只需拿身份证换门票即可;市博物馆位于隋唐城遗址植物园北侧,周一闭馆,其他时间开馆,免费领取门票进馆。

