

国庆长假，酝酿休闲好心情、寻找合适的休闲方式是关键。“随手拍”让假日旅游平添即时分享之乐；相依相伴让更多家庭得享天伦之乐；坚守岗位也让那些尽心忙碌的人们收获奉献之乐……

黄金周期间，游客在北京天安门广场拍照留念。  
本报记者 郝 青 摄



# 我的假期我做主

打开微博、QQ 群和微信的“朋友圈”，从线上到线下，分享的乐趣放大着人们节日里的幸福体验。有人点赞、有人评论，还有人迅速在搜索引擎上检索找寻，而后同样晒出自己身边的风景，收获朋友的“吐槽”与惊叹。

路上排车龙、景区数人头，也许这个“黄金周”有些许不如意，但难得的长假里仍透着融融乐意。随着人民群众生活水平的提高，越来越多的人追求旅游中的“个性”，不满足于“走马观花”，“匆匆拍‘到此一游’照”，而是要追求旅游深层次的意义——用闲暇的时间选择一种自己向往已久的生活方式，以达到身心的放松与调整，用更好的状态迎接新的生活。

这个假期，旅游法的实行是人们反思休假方式的一个开始，它的实施引起了人们对休闲质量的重视，同时，对整个行业来讲也是一个提升服务水平的契机。而除了改善服务质量之外，增加每个人的私人假期对中国人的休闲模式调整显得更为重要。游客陈华说：“远离了都市的喧嚣，回到了儿时的记忆里，还能吃父母亲手做的农家菜，晚上陪他们在田埂散步、聊聊天，或者安静地看会儿书，这对我来说是再多钱也买不到的心灵放松之旅。”

如今，不少都市人选择利用难得的长假回归古人笔下的山水田园、诗意风光之中。早晨 8 点多，合肥市包河区的牛角大圩生态农业园便迎来了车水马龙的人流，一辆辆小型私家车排成长龙行驶在蜿蜒的乡间小道。今年“十一”长假，像牛角大圩和八里河这样的位居城市周边、生态环境怡人的景区受到热捧，“不爱长途爱短途、自驾旅游寻绿色”成为越来越多人的休闲新选择。

“结庐在人境，而无车马喧”。与此同时，当热门景区依旧人山人海之时，不“扎堆”的选择却给人们带来了意想不到的惊喜。这个假期，不少游客刻意避开热门旅游城市和热点旅游景区，选择了看

起来相对“小众”的旅游方式，例如“探亲乡村旅游”、“城市慢行游”、“疗养游”等，避免了拥堵，更达到了放松休闲、修养身心的目的。

“陪爸妈回去看外婆，帮爸爸去买药，给父母洗衣服，后面两天打算带他们去附近的景区转转。”这是广州白领田春燕的假日计划。已在外工作 10 年的她，今年国庆一放假，就千里迢迢赶回湖北宜昌的老家。从 7 月 1 日起，修改后的新《老年人权益保障法》正式施行，“常回家看看”被写入法律条文。在新法实施后的第一个黄金周，一些年轻人开始践行受到法律保障的“孝道”，回家看望父母。

天伦之乐，对于为事业和生计忙碌在外的人们，无疑是长假里最想享受的乐趣之一。当今中国，年轻人离开父母外出谋职的越来越多，与家人的联系除了日常电话，就有赖于各个节日长假了。7 天假期的时间虽不长，也足以和父母谈谈心、唠唠嗑，即便是拌拌嘴，也是分别之后甜蜜的回忆。

（思 源）



不少市民来到乡间体验生态旅游、放松心情。10 月 2 日，游客在安徽合肥包河区牛角大圩生态农业风情园的花海中。 郭 晨 摄



10 月 3 日，在辽宁沈阳塔湾新家国敬老院，护理员与老人们一同参加“国庆运动会”的“轮椅竞速”比赛。 刘金海 摄



10 月 5 日，14 对新人在广西桂林漓江举行山水集体婚礼。

李 凯 摄



“十一”黄金周首日，澳门迎来游客高峰。图为游客在澳门大三巴牌坊前游览。 张金加 摄



10 月 2 日，大量游人在江苏南京中山陵景区参观游览。 本报记者 郝 青 摄



10 月 5 日，在登山队教练的指导下，山友正在西藏海拔 5200 米的前进营地进行雪坡下坡训练。 王昀加 摄



国庆期间，游客在北京宋庄国画院参观 10 月 1 日开始的梁建平水墨罗汉小品展。 树 宴 摄

健身心



10 月 5 日，在黑龙江大兴安岭地区加格达奇航空护林站，武警大兴安岭地区森林支队官兵乘直升机对重点林区进行巡护。 王齐胜 摄

10 月 3 日，四川成都铁路局成都机务段成都整备车间的铁路职工坚守岗位，确保每台火车头都以最佳状态为旅客服务。 薛玉斌 摄



保平安