



精神享受 愉悦身心

从有记忆开始,母亲就是忙碌的代名词,每天都是匆匆,永远有那么多的事情在等着她们。这个周末就是母亲节了,换种方式,让妈妈们好好歇歇,其实,生活可以有很多面。

□小慧

演出:别样精彩笑口常开

妈妈可以给宝宝讲一晚上的故事却没时间翻一眼自己喜欢的小说,妈妈可以陪宝宝玩一天的游乐场却没有时间听一场自己喜欢的演唱会,不是她们不喜欢,不是她们不想去,只是她们把所有的精力都给了家庭与孩子,趁着这个周末,陪着妈妈一起去看场演出,体验一下别样的文艺生活吧。

>>暖心推荐:

★开心麻花爆笑舞台剧《羞羞的铁拳》

演出时间:5月8日、9日 演出地点:山东剧院

为什么要着重推荐?不为别的,就是看了可以开心!一向以盘点时事、调侃娱乐事件为“金字招牌”的开心麻花,今年推出的贺岁剧《羞羞的铁拳》变换招数,用一个性格互换的故事开场,少了些新鲜出炉的时事,多了些令人啼笑皆非的误会,“爆笑”仍然是麻花不变的主题。在母亲节到来之际,带上老妈,看场舞台剧,让妈妈们好好爆笑放松一下吧。

★西北民谣艺人于新源全国巡演济南站

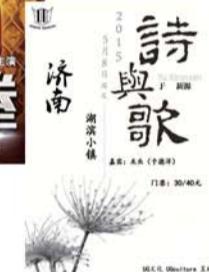
演出时间:5月8日 20:30-23:00 演出地点:明湖南路与黑虎泉北路交叉口西南角路西湖滨小镇餐吧

没有华丽的舞台,只有一个低沉的讲述自己故事的歌手专注地唱着歌。于新源,生长在天山脚下的伊犁,大学时来到古城西安,读的是新闻方面的专业。九六年春在西安写出了第一首歌,是怀念家乡的《伊犁河》。然后的十多年间,他一直坚持写歌,边走边唱。“低调和民间的姿态,朴素而美好的音乐,是我所仰慕和追求的。”他说。

★玉音情深——费玉清2015北京演唱会

演出时间:5月16日 演出地点:北京

费玉清,观众亲切称他:小哥,他的名字本身就是一个“传奇”,他那独如天籁般的歌声,不可取代的意韵跟随他走过近百个国家与地区、全球巡演数千场,歌迷更是高达三亿以上,凡是有人的地方都会有他的歌声在悠扬。一年一度的费玉清演唱会,俨然成为北京演出市场热门的经典项目之一。无论是连续剧主题曲、流行音乐、怀旧老歌还是民歌小调,凡是歌曲所要表达的情怀,费玉清均能适切巧妙地传达出来。也因如此,成为老妈的最爱哦!



电影&读书:品读温情的光影时光

一部处处透着温暖亲情的母亲节动画片再次勾引了我们的泪腺,陪老妈看场电影,一起感受那份温情。或者去一场读书会,仔细品读一本书,享受一下慢时光。

>>暖心推荐:

★《疯狂外星人》——寻亲之旅感动母亲节 笑中有泪亲情告白

在母亲节即将到来之际,《疯狂外星人》为我们提供了一次在动画片中感受母亲之爱、家人之爱的契机。本片的主题简单而又深刻:亲情与友情。正如小钱的那句经典台词所讲:“有家人的地方,才是家。”虽然啵星人把人类强行转移到澳大利亚,但只要家人能在一起,不管多么恶劣的环境都会充满温馨。小钱为了和母亲重逢,孤注一掷地踏上寻亲之旅,亲情,永远是每个人心底最柔软、最温暖的角落,当世界末日来临,当我们陷入孤独,有家人在旁,就感到安心,这正是小钱踏上冒险之旅的动机。当小钱与母亲在人潮人海中相逢,忘情相拥的场景,配上詹妮弗·洛佩兹(正是母亲角色的配音者)演唱的主题曲《Feel the light》,感动不可言表。最适合母子档母亲节一起观看。

★冯唐原著品读——和电影来个约会吧

时间:5月9日 14:30-17:30 地点:高新区品聚书吧

这座城市里一定散落着许许多多的爱书人,你的妈妈也许就是其中之一。平日里,忙碌的她们根本没有时间好好读完一本书,不妨趁着这个周末,让她们去到一间可爱的书店,把一本好书讲出来,和大家一起分享美妙的阅读时光。

美展&讲座:调节身心感受生活之美

生命中任何一个事件都在影响我们的心情,我们看待这些事件的观念导致了各种不良情绪的产生。对于平日被生活琐事缠身的老妈们,去美术馆里走走,或是来堂心灵讲座,也许是不错的选择哦!

>>暖心推荐:

★3D错觉画展+4D体感游戏——一生一定要拍一组的照片!

时间:5月1日-6月30日 每天09:30-21:30 地点:大明湖西南门对面开元广场负一层

风靡全球的中国首家3D错觉艺术馆落地济南啦!1500平米的超大展馆,在这里所有的游客能够感受到3D画所带来的无限乐趣。3D画展打破以往对美术欣赏的既有印象,并且能够使游客融入每一幅画作当中,与其互动。这将是一次零距离接触3D艺术的机会,也是一场贯彻快乐的艺术盛宴。

★《念头转个弯,身心皆舒畅》——情绪管理主题沙龙

时间:5月9日 14:00-17:00 地点:岔路街小区5号楼一楼

我们对待任何事件都有自己的独特观念与看法,观念决定思想,思想启动情绪,情绪驱动行为,行为影响结果。平时辛勤的妈妈们不妨趁着这次的机会审视一下自己。此次讲座特意邀请国家一级心理咨询师高秀绵老师(秀绵妈妈),教给大家认清情绪的“前世今生”,学会管理自己的情绪,更好的经营自己的生命。唯有转换我们看待身边一切的核心信念,回归理性的看待当下所面对的人和事物,才能重新取回生活主导权,过得更舒心愉悦。



手造之美:亲手打造,传递亲情

在这个如此匆忙的社会,一切都在讲究效率,偶尔停一停,和老妈一起感受插花、甜品还有木工带给我们的生活之趣。

>>暖心推荐:

「小原流」花道插花讲座——感受鲜花的艺术

时间:3月27日-5月31日 每天09:00-18:00 地点:广友购物广场

鲜花的魅力是每个女人都抵挡不了的。带上妈妈一起去上一堂插花课吧。在学习过程中,修习一种平和宁静的思想,深刻体会到自然的美和力量,努力展现出草木最自然的姿势。而「小原流」花道更是日本三大流派之一,深受日本皇室喜爱,给人一种清爽的自然美感。

★母亲节亲子沙龙——我为妈妈送甜蜜

时间:5月10日周日 09:00-20:00 地点:历下区和平路47号诚基中心17号楼甜匠LUCKY创意蛋糕

平日里都是妈妈在为我们准备各色美食,这个母亲节,不妨和妈妈一起共同制作一款蛋糕,享受DIY的乐趣!在品味健康美食的同时,为辛苦了一年的妈妈们献上孩子亲手制作的礼物,表达我们的感恩之情。

★木工DIY——匠人之美

时间:5月3日-6月7日 每周日 09:00-16:00 地点:市中区大润沟公交站斜对面,驴木匠工坊1楼

和老妈一起解放双手的束缚,在打磨与敲打之间,回归天性,回归制作,感受工作与生活之外的乐趣。

