



▶灯姐打卡泰山。

当大学生喊出“青春没有售价，泰山就在脚下”，在山东济南，也有一位老年登山爱好者，她已经爬过300次泰山了。而她与泰山的第301次约会，定在五一小长假之后。她就是已经73岁的“灯姐”王瑜珮。

登顶泰山300次，七旬灯姐不止步

还曾从泰山天井湾走回济南泉城广场

记者 梁莹莹

常爬泰山 希望给孩子们启发

“1月14日—15日，第290次爬泰山，夜爬第104次，红门、十八盘，超级冷，风大……”

“4月6日，第297次爬泰山，坐索道到山顶，山顶有雾。”

“4月9日，雨后，小李，第298次爬泰山，红门进，桃花源……”

“4月20日—21日，第299次爬泰山，夜爬第108次，山顶有冰冻，去元君庙，天烛峰。”

“4月25日，第300次爬泰山，赶在雪化之前……”

灯姐爬泰山有一个习惯，每次都会在小本本上记录时间和线路。仅2023年，她已经爬过12次泰山。谈及为什么对泰山情有独钟？灯姐说，“每一次爬泰山都不一样，每一次的风景都特别漂亮。平时常爬泰山也是希望给孩子们一个启发，让他们积极向上地生活。”

在灯姐的朋友圈，细数着她和泰山的每一次相约。

“彩石溪有水了，连翘依旧很黄，桃花峪的桃花该来看了。”

“昨晚不断地看直播，着了

魔地认定今天有好景，这不，光在雾里溜腿儿了。”

“岱顶的四月雪不来踩心里不踏实。”

如果你要问泰山上哪个时节哪儿最漂亮？灯姐如数家珍。她喜欢爬山，也喜欢摄影。在泰山，她看过壮丽的日出，也见过变幻的云海，雾凇更是镜头中的常客，就连哪儿的花儿开得正艳，灯姐也是门儿清，所以她拍摄的照片常被驴友们拿来分享。

曾三次参加 环泰山60公里徒步

“五一真该去泰山看海棠，山顶的海棠很壮观，这几天后石坞元君庙的海棠开得正好看。”为了看海棠，灯姐计划五一后开始第301次和泰山的约会。

这次她计划夜爬，也是自己的第109次夜爬。夜爬泰山，很多年轻人都撑不住，但这位73岁的老人却不断挑战自己。

10年时间，灯姐陆续爬过泰山、崂山、鲁山、蒙山、峰山、昆嵛山、五莲山、九仙山。基本上山东大大小小的山峰都已经被她征服。爬山最大的魅力就是激发生命活力，虽然辛苦，但在灯姐看来，收获也是满满的。除了

能锻炼身体，还能欣赏到美丽的风景。有时候遇到特别美丽的风景，爱画画的她还会对着照片把风景画下来，当做另一种纪念。

“说起最骄傲的事儿，那就是环泰山60公里徒步，我参加了三次。”灯姐说，还有一次她从泰山天井湾走回济南的泉城广场，“不断挑战自己，别的本事没有，吃苦咱不怕。”

陪19岁驴友 打卡泰山最美风景

俗话说“人到七十古来稀”，但灯姐从来不把自己当老年人看。今年2月她和同伴“鸽子”来了一场说走就走的旅行，去了香格里拉和稻城亚丁。“一路上经常在感慨：不管自己年龄有多大，一定要有走出去的冲动，一定坚持在旅行中学习的心。”灯姐说。

在途中，因为一起租车，她还结识两个年轻人——小李和小虞。因为这次的缘分，今年4月份，一位73岁的老人，两位不到20岁的年轻人，再次相聚泰山。

“我在亚丁就说过：欢迎来到济南，陪你俩爬泰山。”灯姐说，她陪小李和小虞从泰山红门进山，基本看遍泰山所有景点。到

山顶转遍岱顶后走桃花峪出山，观赏了春季泰山西部最美风景。

“小李来登泰山时正好是19岁生日，我给他带了山东煎饼卷煎花辣芽。小李说：这趟爬泰山这么顺利，比吃生日蛋糕强多了。”灯姐说。一场稻城偶遇，促成了一场泰山之行。驴友间的分享，对于灯姐来说，这是另一种收获。

“等我80岁还能爬泰山 咱再约”

记者联系到灯姐时，她几次婉拒了采访，“就一个爱玩真拿不出门，没特长没学识对社会没有做贡献，等我80岁还能爬泰山咱再约。”

73岁的灯姐退休前在济南一家企业工作，最近10年喜欢上了驴友的生活，曾一个人去云南雨崩徒步，去江西武功山，去怒江秘境丙中洛、秋那桶和老姆登，还曾一个人出国。虽然已经73岁，但老有所乐的她紧跟时代潮流，在她的身上，有着超越年龄的年轻。

灯姐说，她喜欢和年轻人做朋友，也爱和年轻人玩，并和记者约定：“等我80岁还能爬泰山咱再约。”

记者 李梦瑶 杜春娜

4月30日，一位内蒙古女孩在网络平台发布了一条短视频，记录了她五一期间在济南旅游，返程时打不到车，两位济南热心市民深夜送他们去车站的暖心经历，并配文“山东！下次还来！”5月1日，齐鲁晚报·齐鲁壹点记者联系到了当事人——外地游客小刘和两位热心的济南市民。

“我们是晚上11:13的火车，因为住的地方离酒店只有3公里，本想着10:00打车没问题，肯定能提前到火车站，结果一直没叫到车，前面排了200多人，于是就拖着箱子一路跑着往火车站赶。”游客小刘告诉记者，她和朋友是大学生，二人五一期间从内蒙古来济南旅游，第一次遇上这种事。

“当时很晚了，10点40分左右，她们说，大哥能麻烦您个事吗，我们可能要误点了，能送我们一程吗？我们给您钱。”于长利和王鑫磊两人一个是德州齐河人，一个是济南商河人，两个月前，两人一起在天桥区乐安街附近租了门头卖凉菜，当天快收摊时，正好遇到拖着行李箱的小刘和她朋友。“看到她们两个特别着急，我就说别着急，骑电动车送你们，很快。”

“大哥说别急，走，我们骑电动车送你，一人带一个。”小刘回忆当时的情形，“我想着扫他们门店外悬挂着的二维码先给他们钱，结果大哥直接把卷帘门放下来了，说没那么多事儿，举手之劳的事，不要钱。”

“二话不说，两位大哥提起行李就往车上放，可以说一路狂奔。到车站的时间是10点55分，距离发车时间还有近20分钟。”小刘回忆，一到车站，她和朋友就激动地哭了。“真的很感谢，当时我们就表达了山东人真的太好了，我们下次还来。大哥也说，我们山东人嘛，就是好客、热情，欢迎再来山东玩。”

“当时看到她们哭，咱也不知道怎么说。在山东，不论哪个热心市民遇到了都会帮，多大点儿事，不值当哭，然后就催促她们快进去检票。”于长利表示，他还细心地留下了小刘的电话，“让她们安全到家了来个电话，这样咱也放心了。”

事后，小刘将此事做成视频发到网络平台并配文感慨：“一座城市不仅仅因为什么游玩的原因让人深刻难忘，更是因为这里的风土人情。山东！下次还来！”视频发布后，引起了很多网友的共鸣。看了视频下大家的留言和点赞，于长利也再次表示：“我还是那句话，在山东，不论谁遇到了都会帮，多大点儿事。”王鑫磊也表示：“咱山东人一直是热情、好客，济南也一直是个温暖的城市，欢迎来玩。”

『多大点事，山东人遇到都会帮』
义务送外地女孩赶火车的两位济南市民：

一位旅游体验师满负荷运转的五一：

每天都在“赶场”，订单排到5月下旬

记者 时培磊 王开智

作为一名旅游体验师，“北寒”十多年来游览了全国300多个地方，记录山川湖海美景的同时，也见证了旅游市场的变化。这个五一，旅游市场火爆启动，他也进入了满负荷运转的状态，奔走参加各类旅游活动的路上，订单排到了5月下旬。

订单忙不过来 赶活动路上也不闲着

自今年3月份春暖花开的时候，39岁的旅游体验师北寒就忙起来了，各类活动邀请陆续而至，让他对今年的五一旅游市场有了很高的期待。虽然早早进行了准备，但当大量订单到来的时候，“北寒”还是感到了有些招架

不住。“最近一直都处在满负荷的工作状态。市场火热，主办方各种催出货，各种加班交作业。”北寒说，哪怕是在赶活动的路上，他都在编辑材料。“晚的时候要忙到次日凌晨2点，清晨6点就得起来赶下一个活。”

4月28日下午，他正在参加一个槐花节活动，接下来的几天，日程也都被排满，要赶往东营、临沂等地。“现在订单已经排到了5月下旬，整个行业都很火，济南的一位同行，最多一天赶了三场活动。”

北寒明显感觉到，今年五一，除了景区、企业，各地政府也在想尽办法“抢游客”。“我觉得今年应该是市场回暖的起点，大家都希望五一能引来爆点，再去制定下一步的营销规划。”旅游市场迅速回暖，尤其是淄博烧烤

出圈带动了整个城市的流量，让各地都意识到了文旅产业的潜力。

市场快速复苏 对职业前景充满信心

“北寒”曾在一家文旅杂志工作，十余年来一直深耕文旅产业，走过全国300多个城市，行程达50万公里以上。

“之前是兼职做旅游体验师，真正全职去做这个事情，还是在2020年。”当时疫情对整个文旅行业的冲击是巨大的，“北寒”身在其中，也经历了其他从业者的艰辛，转行做全职旅游体验师，也是一种无奈的尝试。

旅游体验师看起来光鲜亮丽，但真正把它当成一份工作来干，却充满艰辛。“这个行业已经

比较饱和了，劳动强度大，但回报不算太高。”北寒称，自己转型一方面出于热爱，另一方面也是因为这么多年积累了一定资源。

“刚开始，说白了就是在吃老本养号。”在这期间，他一边学习剪辑，一边向同行取经。“那时文旅圈也诞生了一批流量主播，比如泰山娟姐，我也在研究她是怎么吸引粉丝的。”

春江水暖鸭先知。去年11月份，随着疫情防控政策调整，“北寒”就预感到旅游业的春天要来了。“大伙都开始准备大干一场。”

这个五一，他累并快乐着。旅游市场的快速复苏，让他对未来充满了信心。“这个行业虽然现在很饱和，坚持下去很难，但还是大有可为，以后还是要继续提升自己，拓展更多业务。”