

## 六旬老人与他的微缩“汽车王国”

□本报记者 李霞/文 李英平/图

68岁的王春远是平煤神马集团四矿的退休工人,家住新华区西市场街道辉光社区。他痴迷玩汽车,不过他玩的可不是真正的汽车,而是各种各样的汽车模型,数年间,他已收集了近百辆世界各地的汽车模型,其中不少是“限量版”。

### 琳琅满目:家中如开“车博会”

法拉利、奔驰、宝马……6月2日上午,走进王春远的家,如同走进一个琳琅满目的“车博会”现场。这里除了一大一小两张床、几个柜子及少许的日常用品外,厨房、客厅、卧室,甚至是阳台上,到处“停”满了来自世界各国、不同时期的小巧精致的汽车模型。它们规格大小不一,大的长数十厘米,最小的仅四五厘米。汽车模型种类五花八门,有越野车、敞篷车、轿车、阅兵车、吉普车、摩托车,还有不同年代的老爷车等,让人眼花缭乱,叹为观止。

“麻雀虽小,五脏俱全”,真实车是什么样,它们就是什么样……”王春远边演示边说,他收集的这些汽车模型大部分是严格按照真车尺寸和比例缩小后,用合金材料制作而成的。汽车模型外形和真车一模一样,引擎盖、前后车门车窗都能打开,方向盘、刹车、油门、车轮、方向盘等也都能动,有些甚至连车的重量、发动机也是按比例缩小的,仿真程度令人咂舌。由于车模不同于玩具,制作精密细致易损坏,所以平时家里来了客人,他一般只允许大家欣赏,不能拿出来玩。

### 兜兜转转:始终与车结缘

王春远从小就喜欢车。据他介绍,他的兄弟姐妹多,三哥当年是名司机,总开着一部老解放牌汽车,他小时候特别喜欢坐着哥哥的车出去兜风。“坐上车,在路上上坡下坡时,感觉心脏要蹦出来,哥哥把车停下时,我喜欢待在车上,摸摸方向盘、按按喇叭,心里美滋滋的。”

后来长大参加工作后,王春远曾当过一段时间的吉普车司机,没想到天有



6月2日,王春远在家里把玩着自己收藏的仿真汽车模型,不同品牌、大小不一的汽车模型令人眼花缭乱。

不测风云,2008年,他因突发疾病,导致左侧躯体瘫痪行动不便。2014年,身体状况有所好转的他开始转向组装汽车,继续自己的“爱车梦”。

起初,王春远买来车模的零件自己组装,然后再进行简单的喷漆和改造。这样一来,动手能力是提高了,可效率太低。“拼一辆车模有时得耗时一两个月,时间太久了。”从2016年开始,他开始收藏成品车模。有时手痒痒了,也会对它们“开膛破肚”,进行维修或改装。

### 爱不释手:玩一天也不嫌累

“收藏车模,其实就是喜欢车,各种各样的车,但又有谁能将所有喜欢的车全部买下来呢?所以只能玩车模

过把瘾了。”王春远说,他每天都会将自己的“爱车”仔细擦拭、保养,把玩一番。“很多车模都是我喜欢的类型,一辆辆清洁、把玩下来,玩一整天也不嫌累。”

王春远坦言,车模一般按真车比例缩小18、43、64倍,一个车模便宜的一两百元,贵的要数千元。平时,他省吃俭用,将钱节省下来买各种车模。对此,很多人表示难以理解。

在大家看来,玩汽车模型花钱不说,买回来顶多当个摆设,而且汽车模型跟市场上的玩具小汽车相比,除了看起来更真实些,并没有什么特别的。在王春远刚开始收集车模时,连他的家人也无法理解,后来逐渐被他的痴迷打动,慢慢默许了。

“模型车除了不能加汽油不能点

火外,其他跟真车区别不大,比如一个按18倍缩小的车模,得有300至500个零件,玩具车的零件一般最多只有十几个。另外,车模逼真的外观和精美的内饰也让人赏心悦目……”在王春远眼中,每一辆汽车都有自己的故事,有它引以为傲的光辉岁月。因此,每一个汽车模型的背后都折射出这款车的历史背景,收藏汽车模型也是在体验一种充满了文化内涵的品质生活。

辉光社区工作人员郑倩说,社区老年居民较多,很多老年人退休后喜欢打太极拳、唱戏、养花种菜等,像王春远这样痴迷收集车模的,还真不多见。

王春远说,他希望有一天能办一个专门的车模展,让更多人喜欢车模,爱上车模,并通过车模感受汽车文化。

## 养生吧

### 不吃早餐危害大

一日之计在于晨,一天当中,早餐最重要,它是一天能量供应的开始,不仅不能省,还要吃饱吃好。

#### 不吃早餐危害大

易得胆结石。胆囊内胆汁在晚饭后重新开始储存,若隔天不吃早餐,经过大约12小时的贮存、浓缩,胆汁中胆固醇饱和度较高,容易形成胆固醇结晶,日复一日,逐渐形成结石。而正常吃早餐的情况下,由于胆囊收缩,使胆固醇随着胆汁排出,同时食物刺激胆汁分泌,不容易造成胆汁中胆固醇饱和度过高,因此不易形成结石。

危害消化系统。正常情况下,头天晚上吃的食物经过6小时左右就从胃里排空进入肠道。第二天若不吃早餐,胃酸及胃内的各种消化酶就会去“消化”胃黏膜层。长此以往,细胞分泌黏液的正常功能就会遭到破坏,很容易造成胃溃疡及十二指肠溃疡等消化系统疾病。

影响智力。虽说脑组织的重量只占人体重的2%至3%,但脑的血流量每分钟约为800毫升,耗氧量每分钟约为45毫升,耗氧量每小时约为5克。不吃早餐会影响学习能力和成绩;上班族不吃早餐,工作效率会大打折扣。

容易肥胖。人体机能一旦意识到营养匮乏,首先消耗的是碳水化合物和蛋白质,最后消耗的才是脂肪。不吃早餐,会使午饭和晚饭吃得更多,瘦身不成反而更胖。

导致营养不良、抵抗力下降。长期不吃早餐,会导致营养不良,还会导致身体抵抗力下降,从而容易罹患感冒、心脑血管疾病等。

#### 老人吃早餐要定点

老人吃早餐的时间要规律,一般情况下,建议老人把早餐安排在6:30至8:30,时间以15分至20分钟为宜。

每天保证早餐的营养充足对健康非常重要。综合来看,老人的早餐一般包括以下4类食物:谷类、富含蛋白质的食物、蔬菜、水果。谷类食物包括馒头、面包、麦片、面条、粥等,对老人来说,早上喝碗燕麦小米粥,既有降脂降糖的作用,又可以养胃润肺、安神助眠。

老人早餐喝杯牛奶,能保证蛋白质摄入量,补充钙质和维生素,还能预防骨质疏松。此外,老人还需要摄入足量的新鲜蔬菜、水果,这样可以降低心脑血管病的发病率。最后,推荐老人每天吃一小把坚果,可帮助健脑,获取不饱和脂肪。(人民)