

拍广告、走秀、参加女团……活到老美到老

南京阿姨乘风破浪，走上国际T台

走向我们的小康生活

抖音上有一支大火的“时尚奶奶团”，成员的平均年龄超过60岁，粉丝接近300万。“时尚奶奶团”的成员来自全国各地，其中有一位来自南京。

刚刚退休的沈丽萍50岁出头，是名副其实的南京阿姨。拍广告、走秀、参加女团，她退休后做得风生水起。去年底，为了向世界展示中国非遗文化，她跟随“时尚奶奶团”，穿着旗袍，乘着游轮，开启了“乘风破浪”之旅。沈丽萍告诉现代快报记者，退休后能有这样的生活，是因为现在的生活条件好了，有更多时间和精力去追求新事物，“50岁不是事业的终点，而是人生的新开始。”

现代快报+/ZAKER南京记者 李楠/文 王曦/摄



沈丽萍



扫码看视频

B

与“时尚奶奶团”乘风破浪
穿着旗袍游世界

当了模特后，沈丽萍开始参加各类比赛。中国辣妈秀、北京时装周、世界旗袍形象大使选拔赛、环球金色使者……2015年，她获得中国辣妈秀南京赛区冠军。知名度为沈丽萍带来更多的机会。她个子高、形象好、气质佳，2019年被“时尚奶奶团”的负责人邀请入团。

说起“时尚奶奶团”，沈丽萍神采飞扬。她告诉现代快报记者，“时尚奶奶团”的二十几位成员来自全国各地，都是退休后入的团，有的已经80多岁。2019年，她们在抖音上发布一条视频，两名头发花白的奶奶穿着旗袍，画着精致妆容，在法国埃菲尔铁塔、卢浮宫等地标性建筑“打卡”，立即在全网走红。“加入之后，我发现六七十岁的生活也可以这么丰富。”沈丽萍说，大家聚在一起说得最多的就是多聚一聚，一起周游世界，享受美好的生活。“现在日子越过越好，有了飞机和高铁，我们想去哪儿就去哪儿。这在以前都不敢想象。”

去年底，“时尚奶奶团”应邀向全球各地展示中国非遗文化，她们穿着旗袍，乘着游轮，开启“乘风破浪”之旅。苏比克、塞班、帕果帕果、拉罗汤加……她们在南太平洋的十几个国家和地区演出。“有个当地观众指着我的旗袍说：‘这服装太漂亮了，中国文化简直不可思议。’”通过这次旅行，沈丽萍也有了更多的体会。她说：“我们不仅是去展示一件衣服，更是展示一种生活态度，展示中国的传统文化。”

A

从小就想当模特
退休后生活无忧，成专职模特

一双15厘米的高跟鞋，一袭水墨绿的旗袍，高高盘起的发髻，挺直的腰板，窈窕的身材……初遇沈丽萍，她正在为南京非遗端午彩粽台宣传。这样的沈丽萍，谁能看出今年已经50岁？

“从小我就想当模特，那会特别喜欢赵雅芝，也想出名。”可惜家人不支持她的决定。“他们认为模特这个职业收入不稳定。”毕业后，沈丽萍成了南京一所中学的财务人员。不过，想当模特的念头并没有放弃。

10年前，因为一次受伤，沈丽萍意识到健康的重要性，于是开始学走秀，锻炼身体。其中一个训练方法就是站墙，这一练就是10年。“抬头、挺胸、立腰、提臀。初学的时候，我们会在头上放一本书，膝盖中间夹一张纸，背后还要夹一根棍子，每天坚持半小时，比跑步半小时的效果要好。”其间恰逢南京云锦博物馆招募模特志愿者，沈丽萍主动报名。那会儿，她一边工作，一边当模特，学校的孩子们都喊她“最美老师”，还特意跑到办公室看她。

退休后，操心的事儿少了，时间也有了，沈丽萍这下梦想成真，成了一名专职模特。在她看来，50岁不是事业的终点，而是人生的新开始。“以前，退休后大家可能就是带带孙子、买买菜、做做饭，生活集中在吃饱穿暖上；现在，很多中老年朋友都会去老年大学上课，提高自身素质。”沈丽萍的朋友里有学走秀的，有学跳舞的，还有学摄影的，每个人的老年生活充实又精彩。



沈丽萍(左三)跟“金陵女团”的团员们 受访者供图



沈丽萍走秀

C

接拍优衣库广告
还在南京成立女团

“走在路上，大家都能认出我来。”随着人气越来越高，沈丽萍成了“网红”，也有了自己的粉丝团。朋友在网上看到她做模特的消息后，特意从北京赶来，成了她的专属经纪人。

现在，沈丽萍的生活更加忙碌了。前段时间，她接拍了优衣库的广告。“一个月至少要出差3次，一有拍摄，都是从早拍到晚，至少9个小时。”她成了家人眼中的“明星”，“每次参加比赛，我爸爸还会发动身边的朋友为我拉票。”沈丽萍没想到，现在能获得这么多人的支持。

拍广告、走国际T台、参加女团……沈丽萍对自己的要求更高了。特别是跟着“时尚奶奶团”走了这么多地方，有了知名度后，她说：“我不想只做网红，更想把中国文化推广出去，向世界展示中国女性的优雅和端庄。”

如今，沈丽萍在南京成立了一支“金陵女团”，希望更多志同道合的人加入进来。“现在大家的生活条件好了，闲暇时间也多了，更希望去做一些以前想做没做的事情。我想告诉大家，只要开始，什么时候都不算晚。而且，大家也不用为年龄而焦虑，人在任何年龄段都有自己的魅力，要活到老美到老。”