

旗袍花艺秀,绽放军花之美

青岛军休女干部铸品质生活展卓然风采



1 旗袍秀展现卓然风采

旗袍秀是美的艺术,能够全面反映女性的体态美、气质美。军休女干部脱下威武的军装和工作服,依然端庄大方、健康阳光,她们因为共同的爱好走到一起。

“今年是解放军建军95周年,组建这个模特社团,排练节目,也是为了向节日献礼。”社团团员们介绍。参与社团的军休女干部多为中高级专业技术干部,都是各自专业的专家和骨干。退休后,她们不甘寂寞,拓展特长,不断追求提高自身的艺术修养,年龄最大的已经年过古稀,最小的也接近知天命之年,平均年龄63.9岁。

在一场名为“军歌嘹亮迎盛会”的演出中,她们用高雅的旗袍秀表演,展现了风采,博得了观众们经久不息的掌声。成绩的取得,一方

面,来自于她们几十年的军旅历练,来自受过高等教育由内而外散发出来的气质和魅力;另一方面,是军人特别能战斗、不怕吃苦,艰苦奋斗,团结一致的精神。

社团成员王丹露是原八一女排队员,退休后开始参加模特训练,她担任团队团长并负责编导工作。陆凤珍退休后在老年大学学习模特表演,在团队中无私奉献。李洪瑞、朱凤云等人积极配合团队工作,也做了大量服务工作。

“提气挺胸,肩部下沉,双臂自然下垂前后摆动,双脚走在一条直线上,目光要流露出自信……”每次排练,王丹露老师都会反复强调,陆凤珍随时观察每个人的动作,团员们克服种种困难,相互取长补短,其乐融融。

2 插花艺术散发青春荣光

花卉是大自然对人类的奉献。一年一度,花开花落,将美丽留给人间。日前,在青岛市军休服务中心善化路院区老兵书屋活动室里,一场别开生面的插花活动正在进行。

参加本次活动的,正是军休服务中心模特社团,她们身着充满中国传统文化特色的旗袍,略施粉黛的容颜加上难

以掩盖的愉悦心情让她们再次散发青春的荣光。

活动中,插花老师采用通俗易懂的语言,向军休干部们讲述了插花艺术的历史、插花知识和技术技巧,然后亲手示范,结合手中的花材特点,从插花的角度、修剪枝叶、搭配色彩、设计造型等方面进行详细介绍。军休干部们依据自

己的喜好,思考、挑选、修剪,不断调整花朵的角度、高低、搭配,忙得不亦乐乎。

虽然女军休干部们都已年过花甲,但多年军旅生涯的磨炼和积淀,她们的爱美之心并没有随着年龄增长而逝去,相反,有限的生命让她们更加热爱生活,珍惜美丽时光。 记者 张磊

模特大叔“打败”年龄

近日,在陕西西安太华南路一间排练室里,20多位身材挺拔的“大叔”在一遍又一遍地走着模特步。伴随着音乐,他们亮相、迈步、摆pose,每个环节都一丝不苟,就连表情管理都算得上是“男团”级水准。这些走路带风,气质不凡的“大叔”是陕西中老年男模艺术团的成员,年龄最大的81岁,最小的59岁。在这里,他们的活力隐匿了真实年龄,打破了人们对老年人的刻板印象。

81岁团长仪态优雅

81岁的陈国志是陕西中老年男模艺术团的形体老师,也是团队的创办者。21年前,60岁的陈国志像很多退休的人一样,每天早晚去公园遛弯儿。一次偶然机会,在朋友的引荐下,陈国志接触到了中老年男模队。跟着练了几次台步以后,他对模特走秀产生了浓厚兴趣。

5年前,陈国志意识到组建一支成规模的男性模特队,或许会为爱好模特表演的男性朋友提供一个展示平台,于是他创办了陕西中老年男模艺术团。经过5年的发展,艺术团现在有60名团员。每周日和周五,团员们分成两个班次,在排练

室练习台步、调整仪态。

团员从放不开到大方自信

关于参加男模队的初衷,团员们的回答几乎一致,就是想丰富退休生活。“我刚来的时候,驼背很严重,不好意思在大家面前展示。”65岁的朱胜利是高级班的一位团员,他说第一次参加训练时,自己放不开。但在老师的帮助下,经过几个月的练习,他的大肚子小了、腰板直了,精气神儿也愈发昂扬。仪态好了,心情跟着变好,人也变得自信了。

团队60位成员,大都经历了和朱胜利一样的心路历程。现在,大家都可以自如地展示自己优雅的仪态、稳重健康的男性魅力。

走上T台,生活有了新舞台

“退休以后,我们从职场回归生活,失去了展示自己的舞台,感觉逐渐被社会边缘化,内心很失落。”多位团员表示,参加男模艺术团以后,他们有了新舞台,内在活力再次被激发出来。他们想通过自己的展示告诉大家,退休后的生活不应该是无味的,中老年人也可以很摩登。快乐与年龄无关,只要保持对生活的热爱,对美好的追求,无论在哪个年龄段,都会找到属于自己的精彩。 姚瑞丹



“双11”购物节虽说已过,但人们乐购的意愿不减。期间,年轻人放开买买买,中老年人也不甘落伍,搭乘“双11”的促销快车——买买买,不乏许许多多选购冬季滋补佳品海参,以强身健体

老年生活报
健康生活馆

参品好 价格低 服务优 放心买

长岛优质刺参

1200元/1斤

特惠价3000元/3斤

仅限售100斤

特别推出下列四款质优价廉特价海参,惠顾新老客户
另有多款:不同规格价位的长岛和大连刺参及即食刺参

为感恩新老客户买海参
送鲍鱼、绿茶、虾皮、蛰子虾酱任选其中一份

长岛大连即食刺参

220元/1斤

1000元/5斤

长岛刺参

原价1950元/1斤

现价1580元/1斤

大连刺参

原价2350元/1斤

现价1980元/1斤



时间: 11月16日-11月26日 电话: 13105153320 13505321980(杨小兵)

地点: 市北区胶州路12号观象山庄大门一侧 市立医院马路对面公交车站和地铁站工棚后面
地铁1号线观象山市立医院站A口或中山路站下车