

青岛市老年活动中心秋季班报名火爆 热情洋溢聚此间



请扫码
观看更多精
彩内容

“我已经在老年活动中心上了好几年的课了,每学期都不落下。今年春季班我学习的是交际舞课程,一会儿打算再多报一节声乐课,在强身健体的同时,提升一下自己的音乐素养。”6月27日一早,家住市北区今年65岁的孙淑兰就来到位于南昌路96号的青岛市老年活动中心报名。在她身边,挤满了前来报班咨询的银发学子,让青岛市老年活动中心报名现场热闹而又温馨。

▶ 众多班级“一座难求”

6月27日上午10时,青岛市老年活动中心秋季班报名通道开启。9点刚过,便有许多老年朋友陆续赶来,报名现场热闹非凡,校园里处处充满生机。据了解,2024秋季学期将精心开设200余门课程,新开设69个班级,新增学位2200余个,但大家学习热情高涨,仍有很多课程通道一开启就被约满。

在排起的长龙中,有的老人相互交谈着,分享着彼此的生活经历和兴趣爱好;有的则静静地等待着,不时地刷新着手中的报名页面,眼神中透露出对课程的期待。他们的脸上虽然刻满了岁月的痕迹,但眼中却闪烁着智慧的光芒和对未来的憧憬。在报名现场的一角,志愿者们忙碌地引导着老人如何报名缴费、解答疑问。他们耐心细致的服务,让老年朋友们感受到了温暖和关怀。

▶ 让生活更精彩

“我是第一次报名,身边的朋友都说老年大学的课程种类多、专业性高。平时在家也没什么事,所以跟着朋友早来排队报名。”今年65岁的王瑞香表示,每个女生心里都有一个舞蹈梦,自己也不例外。退休前工作繁忙、退休后琐事繁多,

一直没有接触过舞蹈课程。现在空了下来,又赶上老年大学秋季班报名开启,“8点我就出门了,生怕错过报不上名。来老年大学学习,不仅是找点事情做,更是提升自己,圆我年轻时的舞蹈梦。”

“宋老师的手机摄影课程真的是让我受益匪浅。我退休有时间了,一直报这门课学习手机摄影的相关知识。我也有相机,但总感觉出门一直带着有点沉重与繁琐,不如手机方便。我一直热爱摄影,上了这门课之后,不仅自己出门采风,家里大大小小的聚会都是我来拍照,丈母娘都说我现在拍照技术一流。”今年62岁的袁杰逗趣说道。他还表示,退休后与同事们渐行渐远,很难遇到新朋友。来到老年大学学习,结交到了三五好友,志同道合,一同探索镜头里的美景,让他深感快乐。“进入老年,最重要的就是找到乐趣所在,心态年轻很重要,常常社交、学习新知识也很重要。来这里满足了我的所有需求。”

据青岛市老年活动中心相关负责人介绍,在新的学期里,青岛市老年活动中心将继续打造“活力青岛,幸福银龄”服务品牌,以“一切为了老人”为服务宗旨,助力老年朋友们实现艺术梦想,不忘初心、扬帆起航,开启2024年秋季学期老年文化教育全新的篇章。记者 姜文棋

王淑兰:舞出花样年华



王淑兰与班级学员



请扫码
观看更多精
彩内容



王淑兰正在教学



王淑兰

“向前进,向前进,战士的责任重……”一曲《新红色娘子军》在青岛市老年活动中心的健身舞课程教室中回荡。学员们的动作整齐美观,充满活力与精气神儿。而今年已经75岁的王淑兰老师,依然精神矍铄,充满活力,用舞蹈诠释着对生命的热爱与执着。

教学技艺精湛

王淑兰老师6岁时开始学习舞蹈,10岁时已经开始尝试编舞,并教授身边的小伙伴。她学习过民族舞、芭蕾舞、拉丁舞、国标舞等多种舞蹈形式,每一种舞蹈都让她领略到了不同的艺术魅力。而后,在山东艺术学院进修后,王淑兰老师更是将所学的舞蹈知识融会贯通,巧妙系统地融为一体,创编了独树一帜的舞蹈风格。加之她耐心细致,由浅至深,易懂易学,严格而又有情趣的教学方式,吸引了万余名舞蹈爱好者,为我市培养了许多舞蹈人才。

热爱胜过一切

教学舞蹈已经50多年的王淑兰老师,对舞蹈的热爱从未减退。她曾经最多一周要教17个班,虽然工作繁忙,但她从未错过一节课,直至现在仍坚持教学。“因为热爱,所以坚持。舞蹈给了我自信,也让我收获了很多快乐。我希望能够继续将这份快乐传递给更多的人。”

王淑兰老师还会设计独特的舞蹈服装,让学员们在舞动中感受到美的享受。“我们的学员几乎都是从零基础开始学起的,到现在不仅体态上发生改变,心态更是都变得年轻起来。从不修边幅到注重形态举止,从随意穿搭到选择适合自己、展示优点的服饰装扮,再到接触更多艺术元

素,健身舞课程带来的益处不止于表面现象,这也是我一直坚持教学的原因之一。”王淑兰说道。王淑兰老师的教学方法和理念也得到了广泛的认可和赞誉,她的舞蹈作品多次获得大奖,并受到业内人士的高度评价。

课堂魅力无限

在王淑兰老师的课堂上,你可以看到各种年龄段的学员们。他们有的是年近80岁的老人,有的是刚刚退休的年轻老人。在这里,她们都忘却了年龄的差异,共同沉浸在舞蹈的世界里,每位学员都容光焕发。

今年64岁的张国珍说:“我从40多岁就开始跟着王老师上课,每堂课都非常开心。我感觉我找到了乐趣所在,跟着王老师参加演出、比赛都获得了奖项,重拾年轻的梦想。”67岁的从建华则表示“我从什么都不会到现在成为班长,多亏王老师对我的帮助。我之前不爱社交,在课堂上也有些胆怯,王老师带着我不断练习、不断鼓励我,现在我不仅健身舞跳得很好,对整个班级的管理上也是得到了大家的认同与赞许,从来没想到在晚年我还能有这样的变化。”

学员们纷纷表示,参加王淑兰老师的课程后,不仅提升了气质,改善了体态。更重要的是,他们结交到了志同道合的朋友,性格也越来越开朗。

记者 姜文棋

没有任何套路,不领白不领

重要提醒:老花镜进入防蓝光时代,您现在的老花镜早该淘汰了!

新款智能老花镜 来电申领

新款蜂胶蓝莓防蓝光老花镜,自动调焦,100-600度都适用,镜片超耐磨,不易碎,全新的设计理念,戴上它,不但看得清,显得更时尚、更年轻!而且还可以抵御蓝光,新品一经上市,立即在全国掀起换镜风潮!以前太贵不舍得买,这次活动只需打进电话即可报名领取。

每天前100名打进电话申领一副!

为了答谢中老年朋友的支持,厂家特开展普及发放活动,本次活动前100名打进电话均可领取新款老花镜一副!请注意,符合以下条件者优先领取:1.55岁及以上的中老年朋友。2.每个家庭限量一副,杜绝重复领取。

(送货上门,快递费也由厂家承担。)



防蓝光,紫外线,看远看近无比清晰

免费领取电话:400-0351-666

特别提醒:由于数量有限,请尽快拨打电话