



# 忙并快乐着的老年声乐班学员——舞动斑斓旋律 织就精彩篇章

家住青岛市市北区今年76岁的李鹤玲和75岁的刘继彩是青岛市文化宫老年声乐班的学员。正值假期,她们依旧冒着雨天,和同学们相聚在泰山路邻里中心排练合唱。她们的忙碌而充实的假期生活,诠释着热爱与坚持的精神。



逢上空闲日,她们便会聚到刘继彩的家中,喝咖啡、喝茶,享受一段属于姐妹间的悠闲时光。“我们聚在一起也是聊音乐,大家都会迫不及待地分享自己最近发现的音乐宝藏。我们无所不谈,寻找可以合唱的歌曲、整理乐谱、分工明确。”刘继彩表示,自己就愿意热闹,和大家喝杯咖啡体验下年轻人的生活,又能聊着音乐相关的内容,仿佛整个音乐世界都在那一刻为她们敞开了大门。除了音乐,她们还会聊起天南海北的趣事,分享彼此的生活点滴。在她们眼中,对方不仅是同学,更是知己。她们相互理解、相互支持,因为彼此找到了快乐、更找到了那份难能可贵的友情。 记者 姜文棋

## 1 多彩假期

在假期中,不同于许多同龄人选择安逸的早晨,李鹤玲会身着干练的练功服,前往海泊河公园,与一群志同道合的朋友共跳广场舞。“这已经成为了我假期生活中不可或缺的一部分。在学期里,可能经常与上课时间有冲突,现在放假了,每天我都可以去跳跳舞,随着音乐的节奏强身健体。我虽然已经76岁,但我觉得自己还很年轻,只要我能跳得动我就会一直去参与。”李鹤玲说道。

除了每日的晨练广场舞,李鹤玲作为业委会的一员经常参与集体活动,和大家一起出谋划策,让小区环境更加美好。而作为声乐班的核心成员,李鹤玲还主动承担起了“小老师”的角色。她利用业余时间,自学并打印出复杂的二声部乐谱,耐心在家练习,确保每一个音符都能准确无误。每当排练日,她便召集同学们,一字一句、一个音符一个音符地教给大家。“如果我们

这周有事情不能聚到一起排练,我就会录制视频,在班级群里教大家新的部分。”李鹤玲说,同学们相互鼓励,共同进步,让她做的这一切都有意义。

尽管在老年大学和班级活动中忙得不可开交,王阿姨从未忘记自己作为家庭一员的责任。结束一天的忙碌后,李鹤玲回到家中还会为外孙准备一顿可口的晚餐。饭桌上,祖孙俩谈笑风生,分享着彼此的日常趣事,感受温馨与幸福。

## 2 风雨无阻

今年65岁的刘继彩也是团队一员。自从退休后接触到声乐,刘继彩便喜爱得一发不可收拾,甚至为了更好地练习又报名了钢琴课程。

刘继彩说,假期的日子如流水般逝去,但大家的热情与坚持却从未减退。最近恰逢雨季,大家依然风雨无阻,“这种对声乐的热爱、同学们之间的团结一致一直打动着我。”“我们都年近80岁,能有这样的

精神头儿与活力,多亏了有这个共同的爱好。每周我们聚在一起,没有一点烦恼与疲惫,讨论起细节来都能忘了回家吃饭的时间,经常背歌词锻炼得平日里也不忘事儿。”李鹤玲和刘继彩相继说道。

## 3 情浓谊长

精神头儿与活力,多亏了有这个共同的爱好。每周我们聚在一起,没有一点烦恼与疲惫,讨论起细节来都能忘了回家吃饭的时间,经常背歌词锻炼得平日里也不忘事儿。”李鹤玲和刘继彩相继说道。

# 青岛市老年活动中心多彩课程之书法篇

**1**  
课程:24楷书一年级1班(新班)  
课程时间:周三下午15:30-17:00  
任课教师:沈琳  
老师介绍:中国书法家协会会员,山东省美术家协会会员,崂山画院副院长等。

**2**  
课程名称:22行书三年级1班  
课程时间:周二下午13:30-15:00  
任课教师:王宜焯  
老师介绍:自幼与付康森先生学习书法五体,青岛市书法家协会会员,中国文化艺术协会艺术特长生软笔书法专业中级考官等。

**3**  
课程名称:23行草二年级1班  
课程时间:周一上午10:30-12:00  
任课教师:曲兴强  
老师介绍:现为山东省书协会员资格,中书协青岛考级中心委员会委员、青岛科技大学校友书画学会执行会长等。

**4**  
课程名称:22楷书三年级2班  
课程时间:每周一上午8:30-10:00  
任课教师:宋海  
老师介绍:青岛市书法家协会会员,崂山区书法家协会主席团委员等。

**5**  
课程名称:22楷书三年级1班  
课程时间:每周四下午13:30-15:00  
任课教师:宋合祥  
老师介绍:中国书法家协会会员,山东省书法家协会会员,青岛市书法家协会会员。

**6**  
课程名称:23行书二年级1班  
课程时间:每周四下午13:30-15:00  
任课教师:宋合祥  
老师介绍:中国书法家协会会员,山东省书法家协会会员,青岛市书法家协会会员。

可使用微信扫描二维码关注公众号,点击“我要报名”进行操作。报名咨询电话:55577688

# 龙表戴在手 福禄寿喜伴您走

甲辰龙年纪念腕表 经典传承 精工细雕 浮雕金龙 大气方成  
甲辰龙年,60年轮回,可谓百年难一遇!甲辰龙年纪念腕表,浮雕龙身盘旋而居,龙爪龙鳞活灵活现,龙眼目视八方,九五之尊威严之气,光芒四射。蓝宝石坚固表镜,超耐磨、超防划!100米深度专业防水,抗蚀、防尘、防震,传承瑞士机芯血统,镂空设计,亲眼可见,机械运转,金质精钢表带,夜光显示,低调奢华!尊贵腕表,甲辰龙年纪念腕表。



全国统一售价1990元  
现在打进电话  
一折订购  
仅限50个名额

辰龙年纪念腕表,送给自己,提高品味,彰显实力,彰显王者风范,送给朋友,是非常珍贵的礼物,令人印象深刻。纪念这难得的甲辰龙年,让我们龙行龘龘、前程似锦、万事如意。

## 龙年戴龙表 好运少不了

甲辰龙年纪念表。表盘中间盘踞的是一条龙,象征着天地之中盘龙屹立,浮雕工艺非常精湛,龙爪龙鳞活灵活现,两颗宝石,就是龙的眼睛,正视前方,霸气十足,把龙的九五之尊地位演绎到了极致。看上去金灿灿、明晃晃,把高贵奢华表现的淋漓尽致,再仔细端详,每一个细节都是艺术品。实芯精钢表带,边缘全经细致打磨,顺滑有质,真材实料,自动机械机芯,这是瑞士工艺、瑞士血统的机芯,能清晰地看到在晃动的机械摆轮。

龙,是我们的图腾,能呼风唤雨、无所不能,戴上一块甲辰龙年纪念腕表,无论是新婚燕尔,还是恩爱百年,送他甲辰龙表,见证钟爱一生的永恒之爱。男人,戴一块好表,是男人成功的标志,更是身份的象征!甲辰龙表,送自己,送亲朋,送爱人,大气高档有面子,尊贵奢华够体面!

**精工细作的尊贵腕表 经典永流传得瑰宝**  
甲辰龙年,60年轮回,为纪念这百年难一遇的盛世龙年,公司推出限量款甲辰龙年纪念腕表,全国统一售价1990元,现在打电话,只要199元,本档限量50个名额,先到先得,名额一满,活动立即中止。

**郑重声明:**此活动真实有效,千真万确,因成本昂贵,所以本档限量50个名额,仅限50周岁以上的中老年人,请您抓紧时间,赶快拨打电话!

甲辰龙年纪念腕表 龙年纪念 难得一遇 龙年纪念表,纪念甲辰龙年,甲辰龙年纪念腕表

订购电话:400-780-7576 限时特惠 免费送货 优惠代码:623