

走下讲台 站上宣讲台 七旬教师退而不休宣讲忙

“山在欢呼海在笑，三中全会开得好。歌唱党的好领导，围绕核心不动摇……”9月4日下午，青岛市市北区大港街道长春路社区的活动室里传来了响亮的快板宣讲声，为首的便是71岁的退休教师鲁玲。走下三尺讲台，站上宣讲台，鲁玲说，老师和宣讲员有很多共通之处，她希望在不同的生活环境中都能发挥自己的点作用。



17岁站上讲台 当学生的“大朋友”

据鲁玲介绍，她从17岁开始任教，在讲台上一站就是38年，因温柔、耐心和细心，深得学生们的喜爱。“我刚工作的时候，被分配到了青岛市平安路第三小学，只比我们学校最大的孩子大一岁。当时自己觉得‘水平’不行，便去报了夜校，提升教学水平，考出了中级教师证书。四年后，我被调到鞍山二路小学直到退休。”

对于鲁玲教学生涯，可以用“桃李满天下”来形容，“我跟孩子们的关系一直很好，尤其是我带的第一批学生。到现在，他们也经常找我来聚会。我跟他们在一起，上课的时候非常认真，几乎每学期都是年级第一，但是课下就像他们的‘大朋友’一样，大家的关系非常融洽。”看着那些泛黄的老照片，鲁玲的思绪又被拉回了三十多年前。“我经常拿出原来的照片看看，这个孩子现在在哪里？那个孩子现在做什么，念叨上一番。”

休闲不住 宣讲正能量

2008年11月，鲁玲退休了。但是，她依旧没有闲下来。“除了和老伴到处自驾旅行，区局和学校的各项活动及学习，我仍然是积极参与。”

2021年，因为搬家，鲁玲的组织关系转入长春路社区。2022年的元宵节，社区组织的一场活动，让她“初绽光彩”。“当时社区需要一个朗诵节目，听说我原来是当语文老师的，就找到了我。我朗诵了一首《我还年轻》，朗诵完之后，场下响起了热烈的掌声”。经过那次朗诵，鲁玲便被社区百花文艺宣讲团“盯”上

了，诚邀她加入宣讲团。

“一开始我是拒绝的，我比较喜欢玩儿的，退休后，经常和老伴自驾或者跟团出去旅游，如果加入了宣讲团，肯定有一些限制。后来，社区和宣讲团的董秀格团长再三给我做工作，我也觉得作为一名老党员，应该再发挥一份光和热，便答应了。”加入宣讲团之后，面对团员们普通话不标准的问题，鲁玲发挥自己的特长，帮助大家纠正发音，让宣讲团的宣讲水平有了大的提升。

“要么不做，做就要做好。”加入宣讲团后，鲁玲又拿出了对待工作的那股认真劲儿，“老年人的记忆力是不断下降的，而宣讲的稿件一般比较长，记词便成了最大的难题，我便把要背的词写成了巴掌大小的小纸条，每天早晨去公园遛弯儿的时候，我就拿在手里背诵。虽然在外人看起来这个人有点‘傻’，可是真有效果。现在，我们好几个姐妹都采取了这种方式来背词。”

另外，鲁玲还参加了市北区春雨励志宣讲团，在每个学期开始，为学校的孩子们上一节别开生面的开学“第一课”。“2023年8月29日，我们在开学第一天走进海信学校，我重新站上讲台，看着台下一张张朝气蓬勃的笑脸，内心无比激动。开学第一课，我与400多名中学生分享了《传承红色基因争做新时代好少年》主题宣讲；2023年9月27日，我到青岛北仲路第一小学，用竹板说唱的形式宣讲《传承红色基因争做新时代好儿童》，从孩子们的表情及眼神看得出他们的喜欢。”

“我是一名有着38年教龄的退休教师、老党员。今后我还要不断学习，不断完善自己。做到退休不褪色，做五老志愿者，发挥余热。”鲁玲说。

记者 崔佳佳

诚信海参专卖长达20余年，参品质价相称，受到中老年消费者青睐！中秋国庆双节来临爱老孝老或走亲访友送海参有面子，就是送健康！

双节买海参首选一品康

大连刺参	长岛刺参1号	长岛刺参2号	大连野生刺参	大连淡干刺参
2800元3斤	3900元3斤	4500元3斤	5800元3斤	6800元3斤

特价即食刺参1000元6斤 活动时间：9月9日-16日

本市送货 | 全国包邮 | 帮代发海参 | 买海参送特爱吃的大白皮月饼
预定电话：15166666441赵经理 送货电话：13335020177任经理

地址：青岛市北区台东六路28号（威海路工行后） 公交：威海路站下车 地铁：台东站F口出
济南市历下区泺源大街6号（山东新闻大厦一楼）任氏海参 联系：马经理

“80后”老教师朱长春： 庆祝教师节 年年有“心”意

“10月份，我的书就要出版了。在这本书里，可以略见我人生中的身影：‘用真心，爱学生；下苦功，教好学’。”临近教师节，青岛市86岁的退休教师朱长春有些激动，“作为一名人民教师，我真的感到幸福和自豪。”

每年教师节来临之际，朱长春都格外兴奋和激动，他总想变着样来庆祝，让教师节过得有滋有味。

2018年，朱长春80周岁，9月8日那天，朱长春带着56年前的第一届部分学生，回到母校去看看。“为感谢母校，我向学校赠送了我出版的书籍和学生的书法作品。”2019年，朱长春召集1965届和祖国同龄的这批学生回母校相聚。2020

年，朱长春教过的第一届学生在媒体上发表感谢师恩的文章让当时82岁高龄的朱长春热泪盈眶。2021年，住在养老院的朱长春参加了养老院举行的“感谢师恩，讲述心声”主题活动，与大家分享了他的教学理念和教师历程。2022年，朱长春整理了35年来教过的学生名单和他们青春年少照片里的美好形象。2023年，朱长春将他这几年过教师节的不同样式、不同过法写成了文章，与退休的各位老师分享。

“今年是新中国成立75周年，也是第四个教师节，我觉得意义特别大，希望用这本新书献给教师节。”朱长春说。记者 许瑶

深情致敬恩师

日前，胶州市里岔镇张应卫生院医生高绪娥，手捧一束精心挑选的鲜花来到“万名医护进乡村”义诊现场，看望自己的老师——青岛大学附属医院呼吸内科主任医师杜建新，表达自己的感恩之情。

“师恩如山，杜老师不仅教会了我医术，更以身作则，教会了我如何成为一名有责任、有担当、有温度的医生。”高绪娥激动地说。她回忆起27年前，在莱阳卫生学校毕业后，与同学们一同在高密市人民医院呼吸科实习的日子。那时杜建新是医院呼吸内科的医生，他治学严谨，无私奉献，对实习学生十分热情。

“杜老师总是鼓励我们独立思考，勇敢实践，他的信任和支持让我在临床实践中快速成长。”高



绪娥回忆道。这份来自恩师的教诲与鼓励，不仅让她在医学道路上越走越远，更让她坚定了为患者服务、守护人民健康的信念。

面对学生的感激之情，杜建新显得既意外又感动。他表示：“今天，最大的幸福莫过于看到学生们学有所成，能够用自己的知识和技能去帮助更多的人，为人民健康事业贡献自己的力量。”

记者 张磊

中老年高钙富硒配方羊奶粉 每天只需三块三



老年生活报为回馈广大读者朋友们的长期支持和信赖，现开展大型特价申购活动答谢新老顾客。优相高钙富硒中老年配方羊奶粉特价申购每盒只需19.8元，一次性申购50盒赠送10盒，核算下来每天只需3.3元。

优相高钙富硒营养全面

在生羊乳的基础上特别添加钙、硒等多种微量元素，经特定配方精制而成，是放心的健康食品。能够全面补足中老年人所需的各种营养。

全程自动化杜绝污染

我们的羊奶粉是通过先进的技术和严格的生产流程制成，实现了从奶源到成品全程人工零接

触，避免了污染，品质有保障。以确保所有营养成分的完整保留。我们善待每一只奶山羊，为您带来充满爱心的产品。我们深信，只有在健康的环境中被养育的生物才能给予您最纯粹的营养。

充氮技术确保新鲜

采用先进的充氮封装技术，确保羊奶粉不被氧化酸败，留住羊奶的鲜香。

特别提示：10盒起免费包邮到家



0532-87676969 400-6179-028

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

乘车 125,206,218,220,25,32到延安三路南九水路下车即到；225,232,314,125,206,218,220,25,32,104海信立交桥南站下车

路线 车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁；地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

免费刊登 无偿服务

便民信息

联系电话

0532-82933068

转让

●转让两个纯毛地毯、皮大衣，全新。电话：18866229517

●转让电动护理床、老式缝纫机。电话：13953202305

●转让单双人凉席、阳光伞、机顶盒、助走器、帐篷、不锈钢大盆、宝塔线、铁托。电话：15953212276

●转让老式全新净水机。电话：13953232462

●转让15L氧气瓶。电话：13905422020

●半价转让可折叠全新轮。13864211625

●转让可升降医用床。电话：13969804611

●转让家用按摩椅、家用净水机，均全新。电话：13905326565

●转让全新电子血压计，原价300元，现价100元；电动家用缝纫机，原价600元，现价150元。电话：13156396505

●转让拔罐器20元；9成新电饭锅30元；全新不锈钢保温壶40元；塑胶拼图36块；地垫20元；全新激光梳20元。电话：13370886272

求购

●求购轮椅。电话：0532-82802898

●求购书架、书柜、书橱。电话：16678593738

●求购一对不锈钢空心健身球。电话：15166767063

●求购双层床，单双人均可。电话：18054440119

信息真实性由提供者负责，请读者慎重选择。

启事

●本报所选部分稿件、图片作者姓名及地址不详，敬请相关作者与本报编辑部联系，以便寄送稿酬。