

“自强之声”老友艺术团:播撒阳光 奏出励志“强音”

2013年成立的“自强之声”老友艺术团是一个以残疾人为主、健全人为辅的中老年人艺术团。他们中的多数人因为身体不便很少出门,只是在家里玩玩儿的发烧友。然而共同的爱好和对生活的热爱,促使他们走向更广阔的天地。在时任青岛市李沧区残联肢协主席王永伟的动议下,成立了属于自己的艺术团。同时,他们自强不息的精神不仅让自己活出了风采,还吸引了不少健全音乐爱好者的加入。



“自强之声”老友艺术团部分成员

1 爱好音乐,让残疾人走出家门
发起人董船今年61岁,自幼爱好音乐,吹口琴、弹吉他,样样精通。然而,由于从小患有小儿麻痹症导致右下肢残疾,他大部分时间只是在家里玩音乐。直到后来偶尔几次去公园,当他吹起口琴、弹起吉他的时候,吸引了很多人围观,这大大增强了他的信心。再后来,他与几个爱好音乐的残疾朋友商量,想聚在一起玩音乐。2013

2 “自强精神”吸引来了众人参与

在这个特殊的艺术团里,三分之二是残疾人,三分之一是健全人。作为弱势群体,残疾人在很多方面都必须仰仗健全人的帮助,譬如出去演出时,携带音响设备,场地布置等。在共同的兴趣爱好以及乐团“自强不息”精神的感召下,有热爱音乐的健全人主动来到他们中间。70岁的章玉强就是第一个来到“自强之声”艺术团的健全人。章玉强退休前是青岛橡胶二厂的一位维修工,车工、钳工、铆工、电工都干过。工作之余,他还迷上了萨克斯。6年前,在一次社

3 从受助者变为志愿者

10月12日,董船还来到青岛市盲人协会举办“盲人节文艺汇演”的筹备现场,指导自闭症少年演奏电子琴(左图)。“自强之声”老友艺术团不仅活跃了自己的业余生

年,在青岛市李沧区残联的支持下,成立了“自强之声”老友艺术团。

那时,董船还在一家村办企业当会计。他在55岁那年,依照有关残疾人可以提前退休的政策办理了退休。退休后的董船就把大部分精力放在了艺术团上。艺术团刚成立时,有三十多人。后来在这个基础上,又组建了多个分团。董船带领的乐队成员目前有13人,既有肢体残疾人也有视障者。王伟吹奏长笛、竹笛;侯春玲吹拉电吹管、二胡、吉他;王淑琴拉弹二胡、吉他;蓝理福吹口琴、电吹管;李绍远吹奏口琴、萨克斯等。

自从有了属于自己的艺术团,残疾朋友“走出家门”就变得不再困难。他们积极想办法,或是在家人朋友的帮助下学习乐器,或是彼此互助,参加排练演出……生活变得丰富多彩起来。

区年会上,他观看了“自强之声”艺术团的演出。台上几个残疾朋友倾情演奏深深吸引了他。“残疾人还能上台演出?这很不容易啊。我可以做志愿者帮帮他们,需要的话我还可以加入。”演出结束后,章玉强找到乐队,表达了自己的想法。很快,双方一拍即合。

于是,章玉强就成为“自强之声”的一员。陆续,吹萨克斯的仇玉兰、吹小号的孙春亮、玩电吹管的尹丽丽等多位健全人加入进来。“没有他们的帮助,‘自强之声’也走不到今天。”董船告诉记者,健全朋友的加入,让乐团更有生命力了,“所有的体力活儿几乎都是他们做,同时他们还不时帮我们。”

活,还带动了其他年龄段的残疾人热爱音乐,从音乐中获取幸福与快乐。

近年来,艺术团主要在青岛李沧区娄山后社区活动,譬如参加社区的纳凉晚会、中秋节晚会等。与此同时,他们还经常获邀去部队、幼儿园演出。这几年他们最常去演出的地方则是盛欣老年公寓。每到过年,他们先是去给老人演出,陪老人过年,到了年三十下午,才各回各家。

由于老年公寓很喜欢他们的节目,如今,这项公益演出成了他们每周的必打卡项目。原本需要别人帮助的弱势群体,如今却靠着自己的艺术才华给他人带来欢乐。这样的演出,每一次都能迎来上台台下情感的共鸣和掌声。“有很多残疾人根本走不出家门,瘫痪在床上,而我们能走出来,不仅自己愉悦,而且还能给他人带来欢乐,感觉很幸福。”董船开心地说。记者 王丽洁

人均年龄超60岁 这支视障乐队在黑暗中奏响生命乐章

这是一支在成都的,人均年龄超过60岁、大部分成员是盲人的乐队。他们说,正如乐队名字“自强不息艺术团盲人乐队”一样,拿起乐器,就选择了自强不息的生活态度。

前不久,是乐队成立11周年。天刚泛白,77岁的肖志成摸索着起床。为了不吵醒老伴,他前一天就把演出要穿的白色衬衣、黑色西裤摆放在客厅沙发上,一切收拾完毕后,拎起装有小提琴的黑色盒子,戴上墨镜,拿着放在门口的盲杖,出门去坐快速公交。“今天太开心了。”几个小时后,肖志成要和其他14位乐队成员一起登台演出。

在乐队队长张世维家里,大家在为演出做最后的准备。当天早上十点半,台下已坐满了从各地赶来的盲人朋友。台下的张世维有些恍惚,他的思绪闪回到了11年前。30岁因病失明,2013年,张世维发起成立成都视障者互助协会,经常组织盲人聚会。爱好电子音乐的年轻盲人提议,让他搞一支乐队。

他自掏腰包购买电吉他、架子鼓等乐器,为七八个盲人组成一支电声乐队。然而,年轻盲人需要养家糊口,无法保证乐队的排练时间,电声乐队最终解散。后来,乐手李建中找来会乐器的老年盲人朋友,凑齐了现在的这支中西混合乐队。乐队中年龄最大的成员78岁,平均年龄超过60岁。一路前行的11年里,有人离开,也有新人不断加入。他们说,一拿起乐器,仿佛时间都慢了下来。

张世维不会任何乐器,却是乐队的“主心骨”。这些年,他在乐队上投入了大量的时间、金钱,除了成员自己的二胡、笛子等乐器外,他自费购买了不少大型乐器、演出服。虽然排练是每周一,但张世维的爱人冯懿苹前一天就要到菜市场购买食材,第二天,志愿者会帮忙做好午饭,免费提供给大家。

乐队成立11周年音乐会上,四川省盲人协会主席吴军说:“中老年盲人这个群体更需要勇敢走出来、融入社会。”当天,台下坐了很多张世维请来曾帮助过大家的嘉宾。乐队的每一次排练、每一场演出,总有志愿者忙着做饭、打扫卫生、搬运乐器…… 张海磊 胥冰洁 尹恒

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

限时团购参杞全鹿丸每天只需6块6

关爱中老年健康每次**一丸**高品质易吸收 提高中老年人活力



参杞全鹿丸,每一丸都是上等原材,每一丸都是真材实料,甄选人参(人工种植五年或四年生)、枸杞子、鹿肉、鹿血、鹿心、鹿鞭、鹿尾、鹿胎、鹿茸、鹿骨、鹿角、黑米、茯苓、黑芝麻、黑豆、肉桂、桑椹、高良姜、薏苡仁、玉米须、酸枣仁、重瓣红玫瑰、大枣、山药、山楂、芡实、丁香、小茴香、栀子等29味好原材,每天6块6,幸福生活天天有!每天6块6,为您添活力!每天6块6,为您源源不断补充能量!

参杞全鹿丸是专门为中老年人研发的滋补性营养品,每天两次,补充能量,服用方便,珍贵原材料提取精华把身体补的棒棒的。

买5盒送1盒;买10送5盒;每天限量100盒
参杞全鹿丸由29味动植物原材料萃取而成,每天吃两次,每次吃10克就行了,简单方便。团购价**每天只需6块6,每盒服用3天,买5盒送1盒;买10送5盒,算下来每天只需6块6非常划算!**每天限量100盒,名额有限,先到先得。