

广场
小喇叭

帝豪游园晨练站

地址:帝豪游园喷泉处附近
内容:太极拳、健身气功、健身操
负责人:陈玉霞、张焯
电话:13938908260
13903994841

许都公园晨练站

地址:许都公园北部
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李桂枝、周秋芝
电话:13639668923

青少年宫健身辅导站

地址:青少年宫门前
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:孙喜枝、于惠敏、陈彦娜
电话:13782216476

德星健身辅导站

地址:德星路与前进路交叉口东北角
内容:太极拳、健身气功、有氧健身操
负责人:宋四琴、薛芸
电话:13837439673

恒大绿洲晨练站

地址:饮马河东岸(恒大绿洲小区对面)
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李玲珑、裴红霞
电话:15936317790

七一社区健身辅导站

地址:魏都区南关街道办事处七一社区
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:李新华
电话:15637444088

千亩游园杏林晨练站

地址:清漯河游园前进桥南
内容:太极拳、健身气功
负责人:高艳青、史淑琪
电话:13803746759

西湖公园东门晨练站

地址:西湖公园东门
内容:太极拳、健身气功、广场舞
负责人:杜红英、李琳娜
电话:15603896680

祥和游园太极辅导站

地址:许由路与仓库路交叉口祥和游园内
内容:陈式太极拳
负责人:李得恩
电话:18937481117



扫描二维码,观看文峰广场中老年合唱团的精彩表演。

想秀一秀吗? 请联系我们!
万誉:15939940252
李嘉:18539005599

革命歌曲大家唱
唱出和谐与健康

“青悠悠的那个岭,绿油油的那个山,丰收的庄稼望不到边,望呀望不到边……”走入文峰游园,远远就能听到饱含感情的歌声此起彼伏。这些唱歌的人是普通的居民,又是一群可爱的中老年人,他们正在演唱的歌曲《双脚踏上幸福路》深深感动了周围的每一个人。

核心
提示

□ 记者 李嘉 文/图

唱红歌改变了生活

“大家站好了,听我指挥……”7月25日,一位老人忘我地指挥着20余名中老年人歌唱,四周围了很多听歌的市民。

这种场景常在塔文化博物馆门前的松树下上演。

合唱团的团长叫方秀谱,虽然已经75岁,但她看上去精神矍铄,说话声音洪亮,比实际年龄小很多。方秀谱常年义务教大家唱歌,并能指挥,队员们对她更多的是尊敬和佩服,都喊她方教练。

“我们合唱团的成员都是住在文峰

游园附近的居民。由于有共同的爱好,大家2006年自发组建了合唱团,起名文峰广场中老年合唱团。”方秀谱说,合唱团起初只有几名成员,现在有四五十人,最年轻的50多岁,最年长的80多岁。

今年77岁的崔玉臣是合唱团的二胡伴奏,是方秀谱的老伴儿。年轻时,崔玉臣是单位文工团的骨干,退休后,他和老伴儿来到在文峰游园附近居住的儿子家带孙子,于是重拾二胡加入合唱团。

“只要天气允许,我们就来这儿唱

红歌。每次从9时唱到11时。”崔玉臣说,大家一起唱歌已经14年,有不少老人离开,也不断有老人加入。他们聚在一起只有一个原因:老有所为,老有所乐。

“自从加入这个合唱团,我感觉生活变得更加美好。”合唱团的团员薛春香告诉记者,以前社区里的老人退休后不是待在家,就是一个人自娱自乐,缺少生活情趣和乐趣。合唱团成立后,更多的老人加入其中,大家乐于享受唱歌带来的那份快乐。

几百卷歌谱是团里的宝贝

落的太阳》《北京的金山上》《母亲》《东方红》等。

今年67岁的王建立就抄过歌谱,他说:“退休后,我经常来文峰游园散步。一个偶然的机会,我看到方教练在教大家唱歌。他们积极向上的精神打动了,我也跟着大家唱起来。有些歌谱字迹不清晰了,我就利用空闲时间给大家抄歌谱。为此我专门练习了艺术字体,几年下来抄了几十卷歌谱。”

“我每次唱起这些经典歌曲,心情

唱红歌颂党情

“没有中国共产党,哪有群众把福享……”嘹亮的歌声仍在继续。伴奏的队伍里,一名手持电吹管的老人引起了记者的注意。他叫惠洪恩,今年75岁。方秀谱介绍,惠洪恩是一名离休干部,是较早加入的团员。难能可贵的是电吹管是他退休以后自学的,如今是伴奏队伍中的主力。

在休息间隙,惠洪恩告诉记者,正是对红歌的热爱,使得这群老人走到了一起。合唱团里的能手,会谱新词。《逛

许昌》《文广场大家唱》等歌曲,都是歌颂咱许昌日新月异的变化的。合唱团让他们的晚年生活更为充实。大家对生活更加有盼头了,在中国共产党的领导下,老百姓的生活会过得更加有滋有味。

“参加合唱团后,我不仅学到了音乐知识,还认识了许多朋友,大家聊天儿、唱歌,生活多姿多彩。”惠洪恩说,歌声把大家聚到一起,使大家越活越年轻。只要逢年过节,社区和养老院里就

都非常愉悦。”76岁的李惠君说,刚开始唱时容易忘词,很着急。后来不少人义务抄歌谱,还专门把字体放大,方便大家学习。如今,她细细算下来,学唱的红歌有100多首。

“合唱团成立以来,大家相处得很融洽,都以兄弟姐妹相称。唱歌锻炼了我的肺活量,我最近几年很少感冒。”李惠君说,合唱团的成员都是中老年人,大家在一块儿唱红歌,心情很愉悦,身体也更健康了,丰富了业余生活。

有合唱团的歌声。他们参与的活动以传承红色文化、弘扬时代精神为主旋律,他们主要演唱歌颂党、歌颂祖国、歌颂社会主义的红色歌曲。

薛春香在谈及为何唱红歌时说:“如今社会保障越来越好了,我们老百姓生活得更加安心。我们的物质生活有了很大的提升,精神生活也比从前丰富,我们要把对党的感激之情,通过歌声表达出来。”