

乐活分享

12月26日上午,咱爸咱妈老年大学举办年终汇报会。两三百名学员和观众齐聚位于涧西区银川路的咱爸咱妈老年大学,把半年来学到的技艺都秀一秀,热闹得跟过年似的。



杨智晓和她的剪纸作品



快乐看节目

## 在咱爸咱妈老年大学年终汇报会上 主角都是咱爸妈

□记者 闫卫利 文/图



绘画表演



模特表演

### 1 半年的学习收获多多

当天,最大的亮点要数模特班表演。经过半年的训练,学员们抬头、挺胸、收腹,个个都像气质高雅的“女神”。她们身穿清一色旗袍,高挽发髻,化着淡妆,伴随着《北疆美》的舞曲,在台上优雅亮相。

学员郭荣深有感触:以前自己就是大妈一个,丢到人堆里不显眼,现在练形体、学走秀,气质练出来了,穿戴也讲究了。

舞蹈班的老师符春香和黄爱荣自编自导了舞蹈《大红枣儿送亲人》《夜来香》等,让舞蹈班的学员收获颇丰。在演出现场,舞蹈班的学员身穿“翠花”服,挎着竹篮,翩翩起舞。学员们手拿红绸边跳边舞,眨眼便绕出一个大大的五角星造型,与飘舞的红旗相得益彰。

三四张桌子搬上舞台,书法班、绘画班的老师和学生一起上台写字、作画。80岁的绘画班老师陈建有,挥笔蘸墨,轻轻几笔,就画出兰花图。他的学生赵韧的牡丹也画得美艳,有老友忍不住喊“我想要”!书法班的何清文老师与学员郑明文也在现场挥笔写字,书法飘逸灵动。

在老年大学的教室四周挂满了学员的书法、绘画作品,老友们既能欣赏节目,又能欣赏书画作品。

咱爸咱妈老年大学校长薛萍心还为老年大学绘画班、书法班优秀的班长王萍、杨敏发了大红包以示鼓励。

### 2 剪纸班明年将要开课啦

当天,老友杨智晓被邀请上台一展才艺。她是剪纸爱好者,今年61岁。她只用几分钟就剪出了《公鸡拜年》,让学员们大开眼界。她的剪纸作品《四大美女》,精美雅致,令在场的学员感慨:“咱要能剪出这么好的作品该多好呀!”

不用感慨,记者告诉大家一个好消息:鸡年春节过后,咱爸咱妈老年大学除了现有的刮痧、舞蹈、唱歌、模特、绘画、书法等课程,还将开设剪纸课,邀请杨智晓担任剪纸班老师,届时有兴趣的老友可报名学习。

咱爸咱妈老年大学本学期的学习现在告一段落,具体什么时间报名、开学,请关注晚报《咱爸咱妈》版。

## “咱爸咱妈老友聚乐部”会员又享口福了 像牛奶一样的羊肉汤 喝着就是香

□记者 杨柳 文/图

满满一碗汤端上来,乳白香醇,这是牛奶,还是豆浆?都不对,这是羊肉汤!12月26日中午,“咱爸咱妈老友聚乐部”的会员来到龙鳞路与联盟路交叉口的御品居羊杂羊肉汤馆,品尝美味的羊肉汤。



▲老友品汤

这是牛奶,还是豆浆?

### 1 一碗羊肉汤暖融融

俗话说得好:“冬天喝碗羊肉汤,少穿一件棉衣裳。”数九寒天喝上一碗热乎乎的羊肉汤最好不过了,既能驱寒暖身,消除疲劳,又能补气血,让人面色红润。

26日中午,“咱爸咱妈老友聚乐部”的会员来到御品居羊杂羊肉汤馆品尝羊肉汤,老板热情地招呼大家。一碗碗乳白色的羊肉汤端上桌后,老友们很惊奇:“咦,这羊肉汤咋这么白?跟我们平时喝的不太一样!”会员梁秀梅对老板

说:“我不爱喝油腻的,给我舀一碗清汤。”老板微微一笑:“你且喝吧!”

三口两口下肚,只觉得汤浓而不腻,肉鲜而不腻,配上酥脆的烧饼,好吃得停不下来。大家顾不上交谈,埋头喝汤,喝完后觉得唇齿留香,全身暖融融的。梁秀梅说:“这汤闻起来香,喝起来鲜,一点儿也不觉得油腻,价钱还实惠!”梁秀梅说实惠是因为这家店的羊肉汤最低售价6元,确实不算贵吧?

### 2 熬出好汤有秘方

品完美食,大家有很多问题,御品居的老板一一为大家解答。有会员问:“羊肉汤为什么看起来像牛奶一样?是添加了什么东西吗?”

老板解释:“我家的羊肉汤没有任何添加剂,我们先用粉碎机将新鲜的羊棒骨打碎,用碎骨和羊后腿肉熬汤,熬制数小时后,再用专业提纯机,经过高压高频震荡,使骨胶原、骨髓和油脂全部溶于汤中,营养成分不流失,这样熬出来的汤色白如奶,口感香

浓,不油不腻,还有补钙的功效,很适合老年人喝。”

还有会员想知道,羊肉汤为什么喝起来这么鲜?

老板解释:“好汤离不开好水,我家熬羊肉汤用的是净化过的水,还加入十多种中药材,用传统煤火熬汤,原汤原味不续水,每天只做300碗,这样才能保证汤鲜美。”

听了老板的介绍,会员们增长了见识,点头称赞:“这么好喝的羊肉汤,我们一定带着亲友再来!”