

老友欢聚

爸说妈说

81岁的团长活跃在舞台上 明星团员上央视《越战越勇》

风铃艺术团 他们的第二个家

□记者 杨柳 文/图

很多人忙了大半辈子，退休后无所适从。干点儿啥好？这个问题困扰过不少人。我市有这样一群老人，一起成立了艺术团，把它当成第二个家。他们不但给市民送文艺、送欢乐，多次在省、市级比赛中获奖，去年，他们中的优秀团员还登上了央视舞台。



王贵龄受邀参加央视《越战越勇》节目视频截图

1 81岁的团长多才多艺

这个艺术团有个好听的名字——风铃艺术团，成立于2010年，经过7年的发展，从原先的10多人扩大到近60人，节目形式也更加丰富多彩，有舞蹈、小品、独唱、戏曲等。

王贵龄，81岁，风铃艺术团团长，说起话来中气十足，看上去比实际年龄年轻许多。王贵龄从小热爱音乐，早年曾在部队文工团担任铜管乐手，后来的工作虽和音乐无关，但他把业余时间多半用在了吹拉弹唱上。王贵龄风趣地说：“铜管乐器没有我玩不转的，我家的乐器，用来组一个乐队都绰绰有余。”不仅会玩乐器，王贵龄还是个出色的歌手，音色淳美，富有磁性，年过八旬还活跃在舞台上。

据王贵龄介绍，风铃艺术团的团员大多是退休老人，平均年龄60岁。艺术团每周都组织排练，每月都到养老院、社区演出，每年都要参加牡丹文化节广场文化狂欢月活动及《洛阳晚报》组织的社区文化行活动。



81岁的王贵龄还活跃在舞台上 (翻拍)



王贵龄指导团员们唱歌

2 农民工团员成了明星

“我们艺术团还培养出不少人才呢！”王贵龄自豪地介绍起去年登上央视舞台的庞颜敏。

庞颜敏，59岁，是一名农民工。2011年，他拉货时经过西工区文化馆，被动听的歌声吸引，循声走进教室，见王贵龄正在教唱歌。庞颜敏羡慕不已，酷爱唱歌的他很想得到指导，于是鼓起勇气上前拜师。

“他一张嘴就把我给镇住了！”王贵龄还记得自己当时说的话，“你的声音不错，但发声方法不对，想唱好歌，得能吃苦，你能吗？”庞颜敏激动地回答：“能！”

从那以后，连续三年，每天早上5点，庞颜敏都在牡丹公园门口等着老师给自己上课，风雨无阻，从不间断。经过勤学苦练，庞颜敏渐渐唱出了名气，在歌唱比赛中崭露头角，一直唱到了央视《越战越勇》的舞台上。

“我们的团员登上央视舞台，不仅是我们艺术团的骄傲，更是咱洛阳人的骄傲！”说起这个明星团员，大家都十分自豪。

3 艺术团就是第二个家

艺术团团员接近60人，但男团员不足10人。都说三个女人一台戏，这么多女人在一起，相处久了会不会出问题？艺术团的负责人之一、71岁的米军说：“牙齿和舌头都有打架的时候，团员之间难免会发生一些小摩擦，但大家很团结，互相理解，互相包容，很快就能化解矛盾，大家相处得很快乐！”

整个艺术团就像一个大家庭，大家遇到困难互相帮助，有喜悦一起分享。“那年我生病住院，两个女儿都不在身边，团员们日夜在医院陪护我；我受邀去北京参加央视《越战越勇》节目录制，家里双目失明的老伴儿没人照顾，也是团员们轮班照顾，解除了我的后顾之忧，团员们就是我的亲人……”王贵龄说得很动情。

“王团长，您说这些干吗？您比我们做的多得多！这个艺术团凝聚着您的心血，大家的演出服不都是您自己掏腰包……”王贵龄的话被大家打断了。这个艺术团展示了老年人的活力与精彩，也给大家带来情感的慰藉。

找个称心的他 人生才算圆满

□记者 闫卫利

“我家晓琴(化名)今年53岁，她原本拥有一个幸福的家庭，四五年前，她老公因病去世，为了孩子们，她一直单身。现在她女儿已经出嫁，儿子也即将成家，儿女们不忍心让她一个人孤单度日，说服她再找个伴儿，她才同意了。”年过八旬的王先生找到晚报记者要为侄女代言征婚。

王先生说，晓琴身高1.6米，高中毕业，为人豁达，性格开朗。她不但擅长持家，做生意也是好手，一二十年來，她一直在经营自己的店铺，很多回头客都是冲着她的人品来的。

晓琴人实在，别人帮她一分，她感恩别人十分。就拿她和她大姑子来说，晓琴的公婆去世得早，她的孩子小，自己还要做生意，大姑子帮她带孩子，她过意不去，不但给大姑子塞钱，给大姑子家的孩子们买好吃的，还把大姑子全家人的新衣服都包了，大姑子逢人就讲：“我的兄弟媳妇心太好了！”她却说：“大姐给我帮了这么多忙，我怎么谢都不为过。我虽然挣钱不容易，但亲情更重要……”

晓琴重情重义，很多人愿意和她打交道，她收获了许多朋友。

老公病逝，对晓琴打击很大，但她很坚强，勇敢地撑起家。现在，晓琴想给自己找个伴儿，过好下半辈子。希望他的年龄在60岁左右，中等身材，身体健康，性格温和，修养高，有退休金，能和晓琴一起打理生意。

如果您符合晓琴的择偶要求，可拨打晓琴的电话13137997385。

为儿女婚事操碎了心的父母们，如果您也想为儿女代言征婚，可拨打闫卫利记者的电话15137956968。

养生益园

人与血管同寿

现代文明创造了新的“人类第一杀手”——心脑血管疾病，如中风、心梗。目前，我国每年死于心脑血管疾病的人多达300万，占总死亡人数的51%。虽然人类的自然寿命能达到120岁甚至150岁，但现代医学研究已得出重要结论——人与血管同寿。

研究表明，肥胖、“三高”人群最终将有80%死于心脑血管疾病。因此，预防心脑血管疾病的根本途径是控制肥胖和“三高”。

国际流行病学调查表明，建立正确的生活方式可以将慢性病发生率降低约一半，其中高血压可降低55%，中风可降低75%，糖尿病可降低50%。

肥胖和“三高”产生的原因是胰岛素抵抗。肥胖、高血压、高血糖、高血脂、脂肪肝、痛风、心脑血管疾病等，在本质上属于代谢类疾病，它们往往在一个人身上合并出现。代谢类疾病共同的病理基础是胰岛素抵抗，也就是说，胰岛素促使葡萄糖摄取和利用的效率下降。

胰岛素抵抗的形成原因是不良的生活方式，主要包括吃多了、吃错了和运动少了，其中最重要的是吃错了。怎样算吃错了？这个我们下期会讲。

健康的生活方式是什么样的呢？如果您想学习、体验，可报名参加康健宁生物科技有限公司推出的逯博士健康管理计划体验营，体验营将免费为老友进行健康调理，参与者可体验健康营养餐一周，仅限3名。

报名咨询电话：60682790、17737956829
地点：定鼎路与道南路交叉口向南20米(建宁)

用户在哪里 我们就在哪里

洛阳网微信公众号

80万 粉丝

我们在哪里 用户就追到哪里

洛阳网“微信公众”是河南访问量、粉丝量最高的微信公众，是洛阳网第三大消费大数据源。洛阳网“微信公众”阅读量长期位居河南省所有微信公众第一的位置，多次位居华中榜首。



扫二维码，
赏风铃艺术团唱
歌视频