

萬壽宮

苏州市老年大学主办

学校网址: <http://szlndx.suzhou.edu.cn>

第121期 2018年5月2日

准印证号: S(2018)05000024(内部资料, 免费交流)



董校长为志愿者授旗

(江建根 摄)

2018年春季学期班长工作培训暨苏州市老年大学志愿者总队成立大会隆重举行

2018年春季学期班长工作培训暨苏州市老年大学志愿者总队成立大会于4月14日下午在我校“享通楼”报告厅及两个分会场隆重举行。

大会听取了围棋班刘维工班长和英语一班程招根班长的经验交流。两位班长根据各自班级的特点,以不同视角反映班长工作的重要性,班长只有真心付出、热情服务,才能共同提高;班风是引导集体前进的旗帜,是深藏于班集体中的灵魂。班长工作如能以班风建设为抓手,就能树立良好学风,进而和谐、健康、好学、向上的精神就能在校园蔚然成风(两位班长的发言全文见本报)。

教务处谢延新处长为全体班长进行了专题培训。在他的《以创建最美校园为目标,建设一支高素质的班长队伍》报告中明确了班长的基本要求和努力方向,分析了班级管理的一些具体问题,诠释了建设最美校园的内容(谢处长的报告全文将刊登在《秋实》62期上)。

在大会上,董宙宙校长为身着统一服装的志愿者代表们授予了“苏州市老年大学志愿者总队”旗帜。苏州市老年大学志愿者总队宣告正式成立。这标志着我校学员自我服务、自主管理进入了新的发展阶段,也使学校的精神文明建设和建设最美老年大学有力的结合起来,使更多的老年学员有了为建设最美老年大学和服务社会、辐射社区的具体平台和依托。志愿者总队下设文艺、书画摄影、美丽校园等三个小分队。苏州市老年大学志愿者总队队长史玲玲在大会上宣读了《苏州市老年大学志愿者总队成立宣言》。

在大会上,董校长作了重要讲话。首先,董校长对我校各位班长为学校创新发展所付出的辛勤劳动和取得的成绩表示感谢。同时董校长再次强调了班长工作的重要性。其次,董校长对我校志愿者队伍的正式成立表示祝贺。董校长指出志愿者队伍成立的重要性后,要求志愿者总队积极创新服务形式,拓展服务内容,扩大服务影响,为苏州市精神文明建设和我校新一轮的发展建功立业。最后,董校长要求全体班长在学校已取得成绩的基础上,自加压力,勇于开拓,上下联动,为建设最美老年大学努力工作,把学校真正办成老年朋友的学习乐园、精神家园。

另外,为了让新任班长尽快顺利工作,学校对他们作了专门培训。教务处沈鸿秋副处长的《努力做一个合格的班长》报告,详述班长常规工作、实施细则、基本任务;鼓励新任班长务必增强荣誉感、责任感,积极大胆开展工作,努力为学员服务。(教务处)

重视良好班风的形成

英语提高一班 程招根

我们班建立时,因为听说是新东方年轻帅气的老师来上课,大家争先恐后来到这个班级,报名积极性特别高涨。但是,违反纪律的、争抢座位的、报不上名蹭课的很多,班级里经常乱糟糟的。

我是从学校老师岗位退休的,深知建立一个良好的班风,是管理班级的关键。学校、同学选我做班长,应该从班风着手抓起。

一、好班风的形成,要有规章制度来保证

我们班学员最多时近八十人,教室里座无虚席,还经常有“旁听生”占座位,干扰了正常的教学秩序。对这些没有报名的学员,我只能耐心地一次次劝退,直到他们“知难而退。”

为了防止在争抢座位,我们规定,在自愿选择基础上,对视力和听力有严重困难的给予适当照顾,作微调。一经确定,今后不再随意改变。由于得到大家的理解,座位问题得以顺利解决。

对于班级的微信群,我们一开始就提出两点意见:一、实名登录,以便互相熟悉。二、不在微信中发与英语学习无关的内容。打开我班的微信群,可以看到学员用英文撰写的问候语和问题讨论;有英语学习方面的链接、英文歌曲、英语微视频等。老师每次课后在微信群发课堂提纲,以便学员复习,还经常在微信群点评学员作业。微信群成为英语学习的第二课堂。

二、好班风的形成,要能及时解决学员的合理诉求

上面提到的抢座位问题,主要是因为“看不见,听不清”引发的。我一方面向系主任反映情况,学校马上给老师配备了无线话筒。另外我也及时与老师沟通,老师立即改进方法,制作课件,显示在电视和大屏幕上。(下转第二版)

总则

第一条 苏州市老年大学志愿者总队由本校学员自愿组织成立,在苏州市老年大学学员联合会指导下开展工作。

第二条 组建苏州市老年大学学员志愿者总队,总队下辖三个志愿者小分队。

建队宗旨

第三条 总队为苏州市精神文明建设和创建最美老年大学服务的公益组织。行动口号——文明有我,学校更美。

第四条 学员受惠于老年大学的学习,在老有所学、老有所乐之中志愿奉献余热,服务学校、服务社会、弘扬中华民族优良传统、传递正能量,为

苏州市老年大学志愿者总队章程

方圆之间见真情

苏州市老年大学现在已是全国闻名,我们老年同志都能以上老年大学为荣,既增长了知识,又陶冶了情操。而我被推荐为围棋班的班长,更是感到十分荣幸,同时也有思想负担。从小学到大学从没做过“班长”的我,其实一开始还真不知道怎么做去做好,更不用说去做好了。但经过一年的学习和摸索,班长虽然做的马马虎虎,但是基本上得到了学员们的认可。

一、真心付出。围棋班的老同志年龄有差异(50多~近80岁),水平有差异(有的零基础,有的段位低),态度有差异(有的就是来玩玩,有的想以后考段位)。我们所做的一些一视同仁,把学员当作自己的朋友,经常和他们交换意见,听取建议,在自己力所能及的范围内尽力为同学们解决一些学习上的困难。

二、热情服务。做老年大学的班长是谈不上去管理班级,大家都是退休的老同志,不需要像中、小学生的那种“管理”,所以我们就从服务着手。一是早到晚走,每次都提前半小时以上到达教室,把围棋的棋子和棋盘放到每个人的桌子上,帮学员们签到,下课后把教室全部整理整齐后才最后一个离开。二是做好每一堂课的学习内容记录以及学员们的意见和建议,便于学校的查询和请假或在课堂上没有听清上课内容的老同志的询问。三是利用微信平台,将老师的回家作业、课堂上必须记住的内容,以及学校的通知等发在微信群里,让老年学员随时查看。(下转第三版)

围棋班 刘维工



我校被江苏省成人教育协会评为“2017年江苏省优秀成人继续教育院校(培训机构)”。

在由苏州市老年大学协会主办的“2017年‘苏州建行杯’老年教育理论实践征文评选活动”中,我校声乐六(2)班学员陈露宣的《晚晴醉人生》一文荣获一等奖;山水基础班学员范建新、施建生的《从点滴做起 积极营造良好氛围》一文和声乐系学员杨清达的《我深爱的温馨家园 愿你更加美好》一文荣获二等奖;声乐班学员任焕珍的《学习与写作同行》一文荣获三等奖。(办公室)

苏州市老年大学志愿者总队成立宣言

期盼已久的苏州市老年大学志愿者总队今天成立了。

我们学校告别硕果累累的2017年,迎来更加充满希望的2018年。学校发出号召:努力把学校建成全国最美的老年大学,掷地有声、非同凡响。

跨入新时代,全国各地环境美、设施优的老年大学如雨后春笋般层出不穷。苏州市老年大学就是要敢为人先,勇于创新,以学员精神风貌映衬校园环境美,以学员风范活力滋润文化氛围美。因此,学联会顺势而为组建老年大学志愿者总队,弘扬优良传统,传递正能量,为把学校建成全国最美的老年大学贡献力量,与学校实施规范管理、实现老年教育现代化目标交相辉映、相得益彰。

我们一定——

一、不忘初心 不辱使命

我们是有着共同志愿的学员朋友会聚起来,要始终围绕学校中心工作,践行美、弘扬美,努力紧盯建成最美老年大学的目标不放松。

二、努力工作 创造特色

从实际条件出发,在学校关注、学员需要、志愿者能为的结合上寻找工作突破口,深入开展学校管理、大型活动等传统服务项目,并不断辐射到社会,积极探索创新参与志愿服务的形式和载体,不断拓展志愿服务覆盖内容和空间范围,努力形成具有特色的志愿工作机制和品牌。

三、广泛宣传 形成品牌

大家自觉地、及时地宣传志愿服务典型事迹,发挥典型的示范带动作用,在全校倡导志愿者精神,扩大志愿者工作的知名度和美誉度,促进志愿服务工作深入持久地开展。

我们志愿者的行动口号是:文明有我,学校更美!

让我们立即行动起来,为把我校建设成为校园环境美、精神风貌美、文化氛围美的“最美的老年大学”作出应有贡献!

苏州市老年大学志愿者工作准则

一、苏州市老年大学志愿者总队由本校学员自愿组成,接受苏州市老年大学学员联合会指导。

二、总队下设三个分队,以学员志愿服务内容命名。志愿者按其服务要求参加所属分队活动。

三、志愿者应弘扬社会主义核心价值观,传递爱与平等的精神,鼓励大家热爱学校和关心老年学员,服务社会。增强自身的社会责任感。

四、志愿者应加强对奉献精神的认识,培养志愿工作的事业心,发扬友爱互助精神,做到既为学校服务,社会服务,又充实自己。

五、志愿者应注意提高个人的公民素质,加强自身的技能专长学习,满足学校需求和社会需求,根据自身的特长各尽所能。

六、志愿者应热爱集体、服从大局,积极奉献,共同完成学校和社会赋予的各项任务。

苏州市老年大学志愿者总队及分队队长名单

总队长:史玲玲 副总队长:孙正林

文艺小分队队长:夏大媛

副队长:吴美琴、胡建德

书画摄影小分队队长:史玲玲(兼)

副队长:李香荪、华协民

美丽校园小分队队长:汪锦屏

副队长:田连芳、薛宝祥

建设校园环境美、精神风貌美、文化氛围美的老年大学贡献力量。

组织架构

第五条 学联会负责人兼任总队长,上通下达,主持全面工作。根据实际需要,各小分队选聘指导员。

组建志愿者总队下辖的三个志愿者小分队:

1、文艺小分队(歌舞,器乐,戏曲等活动服务及演出服装保管)

2、书画摄影小分队(书画摄影展示及活动服务)

3、美丽校园小分队(校园护理、秩序管理、安全保障)(下转第四版)

我校评弹班唱响吴江 滨湖乐龄老年公寓

评弹班 濮宏魁

4月3日上午九时许,苏州市老年大学评弹班30多位学员,在朱剑琳老师的带领下,背起了三弦、琵琶、服装、化妆包等,一起乘车去吴江滨湖乐龄老年公寓参观并演出,大家一路上情绪很激动,窗外桃红柳绿,春意浓浓,一派生机勃勃、风景似画的景象。

10点左右到达了目的地,就在太湖新城中心,负责接待工作的邹经理热情讲解,参观该公寓各种房型的房间、一流的设备、一流的服务。活动室有书画、唱歌、棋牌、健身等,是宾馆庭院式养老机构,优雅、舒适的环境给我们留下了美好的印象。

中午在食堂里便餐,清淡可口的饭菜,热情周到的服务,受到大家的好评。

午饭后,学员们顾不上休息立即去小剧场里做换装、走台、化妆、调音等准备工作。朱老师进行艺术指导,第一个节目是13位女生演出的《弹词开篇·枫桥夜泊》。

演出前1小时,住在公寓里的老人们,陆续走入剧场,很快坐满了全场,期待着评弹班送去的精彩节目。

1点45分,演出正式开始,主持人尤琳闪亮登场,热情洋溢的开场白,使台下观众笑声一片。13位女生,身穿鲜艳、漂亮的旗袍,光彩夺目,当唱完《枫桥夜泊》时,赢得满堂的掌声。

节目一个接一个,精彩纷呈,大家先后表演了《一定要把淮河修好》、《罗汉钱》、《赏中秋》、《蝶恋花》、《我的家乡在苏州》、《庵堂认母》、《剑阁闻铃》、《莺莺操琴》、《梅竹》等弹词开篇和选曲。表演中对唱、独唱、小合唱,形式多样,生动活泼。吴依软语,使大家沉醉在欢声笑语中。

朱老师在中场和压轴分别演唱了《好日子》和《太湖美》两首歌曲,清脆甜润的嗓子,深情并茂的表情,唱出了新时代的赞歌,生活在新时代的幸福生活,赢得了热烈的掌声。特别在唱《太湖美》时,女生一袭旗袍上台伴唱,光彩照人,把气氛推向到了新的高潮。老年公寓的老人说:“好久没有看到那么精彩的演出了,希望你们四季都来!”

值得一提的是,在整个演出中有一位神秘的特邀嘉宾坐在第一排全神贯注地看着我们的演出,她就是著名的评弹艺术大师蒋云仙老师,她常年住在加拿大,但是她怀念家乡,怀念苏州,觉得苏州是养老的天堂,她已入住该公寓颐养天年。结束后,我们邀请她上台合影并发言,她说:“你们老年大学的评弹班学员演得好,唱得认真,甚至有的已超出了专业演员的水平,祝贺大家演出成功。”蒋老师还即兴唱了几句《蝶恋花》,86岁的蒋老师风采不减当年!然后学员们珍惜这一难得的好机会,争先恐后地和蒋老师拍照、留影。

3点半大家依依惜别,汽车徐徐开动,离开了老年公寓。大家度过了有意义的一天。

敬老公寓服务中心,还为我们颁发了“荣誉证书”,上面写着“苏州市老年大学:评弹班热心公益,积极参与社会公益活动,为老人带来快乐,传播社会正能量,特发此状。”鼓励我们,今后多做公益事业,为构建和谐苏州作出更大贡献”。我们评弹班学员在朱老师的悉心教导下,我们决心排练更多新的节目,走向基层,走向社会,为大家送去欢乐,也为苏州市老年大学争光!

(上接第一版)对学员提出的个别意见,即使不能解决,也要尽量做好解释,不能一推了之。学习《老年出国英语》这本教材时,由于课文多,课时紧,老师对“短文阅读”只能忍痛割爱。但是有一位学员提出强烈的异议。我没有把这个问题推给学校和老师,经过分析,我与他作了两点解释:1、课内教学时间紧,难以安排。2、短文阅读是学有余力的学员提供的课外阅读材料。我同时向老师作了汇报。老师也表示会安排时间来解释答疑。我的解释和老师的补救措施得到了这位学员的肯定。他也成为我班的骨干。

三、好班风的形成,离不开尽心尽责的老师

在我班执教的陈老师是一位90后原新东方任教的小青年。感慨于老年学员的认真,离开新东方以后,仍然坚持在我班兼课。几年来,我经常保持与老师的沟通,做好师生之间的桥梁。使老师在把握教材的同时,全面了解学生,从而改进方法,提高效果。

课堂提问是英语教学的常用手段。受传统观念影响,有些学员十分惧怕课堂回答问题,甚至产生退学的念头。了解以后,我建议老师给不同层次学员提出不同难度的问题。这样,有效保护了学员的自尊心,鼓起了继续学习的勇气,学习积极性不断提高。

师生密切沟通,老师教学方法不断改进,教学水平不断提高。为方便大家复习,陈老师在课后将课堂板书整理成电子文稿发到微信群里,他还每次课后布置少量的课外作业,下次课堂上检查和讨论。

四、好班风的形成,要靠学员的共同努力

上学期苏州电视台来我班直播一堂课。收到陈老师的微信后,我马上转发到班级微信群。从得知开课到上课只有两天时间,很快,群内同学纷纷发表各自的想法。有的认为时间太急促;有的建议老师事先告知教学内容,以便预习;还有细心的同学提醒大家,直播当天要注意衣着。主人翁的精神洋溢在班级之中。陈老师为了能够真实反映班级教学情况,事先坚持没有透露教学内容。在大家的共同努力下,课上得非常成功,系主任课后评价师生配合非常到位,充分反映了学员的学习积极性和主动性。

以上案例在展示了同学们英语学习成果的同时,看到学员对班级的关心,对班级荣誉的重视,也折射出班级的凝聚力。我们师生都十分感慨。

班风是引导一个班前进的旗帜,班风是深藏于一个班的灵魂。为了形成快乐、和谐、向上的班风,班长要注重班级规章制度的制定、实施和完善;班长要加强与学校的沟通,及时解决学员提出的合理诉求;班长要成为师生之间的桥梁,最大程度发挥老师的积极性和创造性;班长要善用表扬和批评,调动每一位学员的主观能动性。总之,我们只要怀着一颗谦虚、认真、主动、踏实的为同学服务之心,我们的工作就可以做好,班集体就能建设好。每个班级搞好了,我们的老年大学就将真正成为名副其实的老年人的学习乐园。

一堂生动的朗诵会

朗诵表演班学员 全英华 金福福

春回大地,万物苏醒,开学第二周朗诵表演班的教室里“迎新朗诵会”正在热情洋溢有条不紊地进行。

为了较好地完成朱秀生老师提前布置的作业,为了在朗诵会上有出彩的表现,学员们都认真充分做好了准备工作。为了做配乐朗诵,有的学员搜集了歌颂春天、歌颂祖国等九首不同风格的配乐曲目发在班级群,供大家选择。有的学员主动联系,精心汇编节目单并提前发在群里,以便朗诵会热烈有序的进行。为了提高朗诵效果,有的学员把家人、朋友当作第一观众,反复练习。有的学员自由结合,采取“双人诵”,“多人诵”等各种形式,并为此提早进行练习……。班级里涌动着一股相互帮助、相互激励的暖流。

“迎新朗诵会”在主持人的“苏州的春天柳丝黄黄雨丝长……”诵读声中开始,学员们按照节目单的顺序,依次上台表演,教室里传出经典诗歌的诵读声,和师生们的热烈掌声,最后全体同学上台齐诵《咏鹅》、《悯农》、《枫桥夜泊》等脍炙人口、熟记于心的唐诗。

在学员们热情邀请下,朱秀生老师饱含深情的朗诵起她当年演出的话剧《江姐》片段,学员们在老师声情并茂的朗诵表演中,深深被江姐的革命情怀所感染,大家觉得应该更加珍惜来之不易的幸福生活,更加拥护习近平同志为核心的党中央的领导,进一步焕发青春,弘扬正能量,争取为社会多做贡献。

“张老师,我们不想说再见!”

声乐二(3)班 杨清达

在两位女高音学员的领唱中,全场起立高歌《我爱你,中国》,我们班上午的迎新年元旦联欢会终于圆满结束。

接下来的一场欢乐温馨的大家庭聚餐,把这热烈的联欢又接着快乐延续!

对我们班年终这次上、下午全天的活动,张树根老师极为重视,自始至终考虑周详、事必躬亲,处处为学员、班集体着想。可另一方面,她却坚持与学员均摊一切费用。我们非常无奈只得依允。因为我们每个人都希望这连续一天的迎新年元旦联欢活动的每一刻张老师能在场!

在餐厅里,师、生共四桌近50人频频举杯,同贺共祝、纵情高歌,欢声笑语,此起彼伏。

品尝着精美菜肴,耳畔是歌乐悠扬,大厅中满是浓浓的甜情爱意,我们都陶醉了!张老师笑意始终写满脸庞,与大家同欢乐、共举杯。一边又耐心地教服务员和学员操作好OK设施……,直到下午四时过后,才与最后十多位学员一起走出酒店大门。

难忘的上下午连轴的、我班迎新年元旦联欢联谊活动终于画上了美好、圆满的句号!

声乐一(3)班就像一个温馨的大家庭。在这里,我们刚刚一起度过了难忘的一学期美好时光,但老师、学员间已结下了深厚的友谊。特别是可亲可敬的张老师不仅教给了我们许多声乐知识,还以身作则教我们懂得了许多做人的道理,为大家播洒知识、爱心、阳光。

张老师出身于书香门第,家风淳朴、家教极严。张老师自小自律自强、品学兼优。走上教师工作岗位后,克己敬业,在曾经工作的各单位,都是公认的模范。曾被评为苏州市首届“党员十佳教育能手”,是江苏省职业教育旅游类教研中心组成员。德艺双馨的张老师退休后,既要忙于照顾九十高龄的老母亲及自己家庭,又笔耕不辍,屡次在市区征文比赛中获奖,继续为社会奉献余热。已在市老年大学执教多年,深受众多学员们的衷心敬重和爱戴!

我们班虽是刚开的新班,但在张老师的指导和言传身教下,风正气扬。有了一个以班委会为基础的志愿者团队,并逐步在扩大。张老师本就是领头的模范志愿者,因此班委会成员也都乐于干脆把班委会直接标为班级志愿者小组。小组的任务就是,自觉应为班集体多作奉献。大家在张老师的指导下,正积极响应学联会倡议,确立主人翁意识,关心美丽校园,争当文明学员。有全班师生凝心聚力、团结向上,我们班必将也会尽快跻身于老年大学最好学向上、团结快乐的优秀班集体行列!

让我们铭记住这欢乐和充满温情的日子。

教 师 风 采

周亦良老师是位好老师

周亦良老师是计算机应用技术系的老师,他主要教授“电子相册制作技术”。

周老师说话语调不紧不慢,口齿清楚,条理清晰。授课时言简意赅,深入浅出,耐心细致。

周老师是个亲民的老师。你看那课间时有一堆人聚在一起,那准是周老师在答疑解难。学员打开QQ,扑面而来的文字信息是:周老师回复学员提问的细致回答,对学员作品的真诚赞美和学员们发自肺腑的感恩话语。周老师在QQ群上人气爆棚。

周老师是一个敬业的老师。老年大学学员易忘,头脑反应慢,掌握新知识慢,常常会遇到幼稚可笑的问题。对此周老师从不冷嘲热讽,相反是不厌其烦,反复操作,耐心解答,直至学员掌握。周老师讲课重点突出,难点讲透。讲课时先总体介绍本课内容,使学员有个整体轮廓;讲重点时反复强调,讲难点时反复操作,努力使学员弄懂吃透。《相册制作特效集锦》教材是周老师编纂的,应该说授课时驾轻就熟,但周老师总是认真对待每节课,丝毫不敢懈怠。

教师授课的高境界是“授人以渔,而非授人以鱼”。周老师注重教会我们应用相册制作软件去灵活制作我们心仪的电子相册,而不要我们生搬硬套他提供的实例亦步亦趋。

为了使我们学员掌握更多的制作方法,周老师总是不辞辛苦在网上搜相关软件,网站,挑灯夜战编写教材,在QQ上传递给我们。

周老师就是这样的一位好老师。(供稿:计算机应用技术系 沈沛冷)



说说我们班的王小明老师

我们喜欢音乐,羡慕乐器演奏这门高雅的艺术,以前错过了学习的机会,现在到老年大学来以完成这个未了的心愿。

对于我们这些老学员,论年龄王小明老师和我们相差一代或二代,但他对我们却十分温和宽容,作为教育者又十分认真耐心。

在课堂上学习弹奏,他总是详细讲解要领,示范演奏,边弹边唱,再带领大家一起唱;他讲解曲子的特点难点、弹奏的指法,让学员听懂、会弹。他在教学中提倡师生互动,耐心解答学生的提问,鼓励学员间交流心得;他还特别照顾有困难学员,想方设法帮助他们学会所学的内容。每次上课他都强调熟能生巧,要求我们回家多练习,希望大家都能跟上进度不掉队。

随着教学的深入,所学曲子的弹奏难度不断增加,左右手的配合协同十分不易,要协调,要有节奏感,需要老师反复示范,加强个别指导,一课下来,十分辛苦。课间休息时老师也常被学员围在中间,答疑解难,王老师总是有问必答。

老师还十分关心班集体的建设,指导组织并尽量亲自参加班级的联谊活动,使我班逐步形成了一种友好、团结、互助的氛围。

我们一定认真学习,刻苦操练,把电子琴演奏技术学好。(供稿:电子琴四(3)班 全体学员)



1963年9月1日苏州市区180名小学生经过全市小学升学统考，踏进了江苏省重点中学——江苏师院附中的大门，步入人生金光灿灿的中学时代。其中45名学生编入到初一（4）班同窗求学，从此结缘至今。1966年6月正当我们满怀信心准备毕业考试，文化大革命终止了我们升入高中的梦想。1968年老三届都到农村插队务农。在离校的五十多年中，同学们历经磨难，然而初心不改，人人奋发向上，在各个岗位为国家、社会和家庭奉献了一辈子，如今都已退休。五十多年来老同学聚会不断，同学情谊深厚。由于历史的原因，中学时代我们没有留下任何影像资料，总觉得是一个遗憾。我萌生了通过查档寻找线索。

1997年7月~2005年8月我曾借调到苏州市教育局办公室工作，因从事档案工作与各直属学校档案员都熟悉。苏州市第十中学历年都重视档案工作，2005年还评为苏州市档案工作先进集体。春节期间我通过微信向在十中从事档案工作10多年的老档案员小虞咨询：“老三届的学籍档案现十中档案室是否保存还是已经移交到苏州市档案馆了？”小虞立即回复：“移交过的，但学籍档案里不知老三届有没有照片，还不一定，因为各个阶段不同”。她也退休多年且人在外地带孙子，十中档案员也换了好几个，她设法多方打听，终于联系到现任档案员小张，说明了寻求帮助查档的请求，告知了我的毕业届数、班级及联系电话。3月16日下午我接到了十中档案员小张的电话，她告知：“我正好去苏州市档案局参加培训，到市档案馆查到并拍摄到了六六届三班、四班学生的入学照片。”我兴奋不已，连声感谢，两人迅速接通了微信，三张照片迅速传到了我手机上，照片清晰。我立即将照片发到班级微信群里，并留言“我委托原十中档案员联系到现任档案员到苏州市档案馆查得我和三班同学的入学照片，非常珍贵，没有姓名，哪位高手能一一补上。”霎时群里沸腾了。大家都激动不已，纷纷留言：“一个个是那么的稚嫩！”“异常珍贵！非常珍贵！”“珍贵！童年的我，同桌的他。”“太珍贵了！难忘的岁月/照片似以班号前后排列。”“帮我找到永远找不到的我，真的太感谢了。”我随即告知小虞：“十中档案员已查得六六届我和另一个班同学的入学照片并发送给我，十分珍贵，万分感谢！这真正是档案利用的典型事例！非常感谢你热心帮助！”我也再次感谢小张；“万分感谢！给我们六六届提供了宝贵的资料！这就是档案的利用效果。”“我的那些同学都见了非常激动，太珍贵了，再次表示感谢！”班里玩手机高手用“美图秀秀”软件将几个同学入学照片和现时的照片组合，在群里展示，效果极佳。相隔55年，容颜变化真大，值得留作永久的纪念。

三月下旬经过我与苏州市档案局联系沟通并得到热情帮助，破例准予拍摄到江苏师院附中老三届初高中24班全部同学的入学照片并扫描刻盘。这些照片发到老三届微信群里，反响真是太热烈了。今年十月附中老三届将举行纪念离校50周年活动，这些珍贵照片将会编入纪念册，无疑为纪念活动增添了色彩。照片见证了彼此考入附中从此同学结缘的历史，难能珍贵，值得珍藏。

一同学这样留言：“有人说这世上，最美的不是照片本身，而是它帮你留住记忆，生命中那些早已绝版的照片，仿佛在诉说着一句话：这世界，你来过。”说得太好了！

档案再现少年样，作为已经从事档案工作30年的老教师，我无比感触：档案是国家的重要财富，是人类记忆的重要载体，档案工作的生命力在于开发利用，真是无数档案员以“为党管档、为国守史、为民服务”为使命，默默无闻，无私奉献，将许多珍贵的史料及时、很好保存，才让看似无声的档案也能绽放出绚丽的色彩。

生动的一课——聆听老年大学小提琴刘懿娟的个人音乐会

小提琴班 薛贵云

2017年12月1日晚是一个晴朗的夜晚，我们早早地赶到独墅湖苏大音乐学院，为的就是一睹我们小刘老师的风采。

今晚在这里举行的是刘懿娟老师通过音乐硕士考试而举办的个人音乐会。

我们还是通过班上一位知情同学才知道这件事的，为我们敬爱的老师喝彩助威那是理所应当的。

晚上7点准，音乐会拉开序幕，正如主持人讲的那样，我们的小刘老师打扮得如仙女下凡，神采奕奕，光彩照人。

随着钢琴响起，优美的小提琴《梁祝》便从刘老师的指尖汩汩流出，像溪水那样清澈，像月光那样明净。或高亢、或低徊；或明亮、或深沉；或欢快、或哀婉；有时如山崩地裂、有时又像雨过天晴、落霞满天，三十多分钟，刘老师和两位伴奏老师用音符为我们演绎了一部跌宕起伏、缠绵悱恻、哀婉动人的爱情故事，把观众完全带到了一个极具美丽的境界。

没有想到的是，小刘老师的歌也毫不逊色，在美妙唱法上很有功力，第一首用意大利文唱的歌曲高亢激越，让人叹为观止。最后一首《我爱你，中国》更是唱得大气磅礴、深情辽阔引来如潮的掌声。

我们能掌声来为小刘老师喝彩、祝福，我们深知从5岁学琴的她这一路走来一定付出很多、很多……

事后我问刘老师演奏的小提琴是多少钱，当我得知是前几年花1千块买来的时，简直不敢相信，这比我们学习的琴还便宜呢！而小刘老师竟能用这样的琴奏出如此美妙的乐曲，看来还是功夫啊！

聚会小记

名著选读班 徐一凡

春寒料峭已过，天气暖融宜人。

3月17日这天，我们老年大学十余位老同学在十梓街一家面馆二楼聚会。十余人，不算多，可始终热情洋溢，笑声不断。

虽说都是老年人，年龄却相差很大，最大的超过九十岁，最小的刚过六十，个个精神十足，其中一大半人还在老年大学就读。

组织这次活动的是朱莎和马雪珍。朱莎，某杂志兼职编委，多才多艺，出版过两本专著，仍在读老年大学；马雪珍，热心服务，学习孜孜不倦，学有所成。她们二人为了这次聚会活动，对选择地址、饮食等都费了心思。

我生性笨讷，有幸早几日接到微信通知，邀请参加这次聚会。我知道出席的都是写作高手，特别高兴，一定要按时参加。老伴还主动提出隔日陪我去探路，省得次日去时走冤枉路。

聚会这天上午我第一个到场。一会儿，马雪珍气喘吁吁双手拎着贡桔及瓜子等小吃放在桌上后就匆匆下楼去迎客了。

时钟滴答，一位又一位好友陆续驾到，个个笑容满面，握手寒暄。

聚会中最忙的是章玉华，她，发表文章数以百计，她说自己在这里是小妹妹，热情为大家沏茶，摄影，忙得不亦乐乎。

与会者有说不完的话题。聊天兴趣特浓。离休干部徐林说，30多年前筹办老年大学时，他是创办人之一，对老年大学特别有感情，至今还舍不得离开。他说只要有精力还要学下去；空军英雄李名洲，文章多篇在上海媒体上发表，他给大家介绍刊物网址，鼓励大家撰稿投稿；老兵闻玉海，16岁参军，走南闯北，原来文化基础较低，在部队忙中抽闲不忘学习，离休后更加刻苦钻研，于今文章频见报刊；老教授王培义，平易和蔼，沉稳机敏，说出话来镇住全座，有时又幽默风趣，引得大家大笑；年超九旬的祝君雅，脸色红润，不时插话，她集教书、学习一生，桃李满天下；人称才女美女的徐丽霞，特别关心两会召开，第一时间报告新选国家领导人，习近平全票当选为中华人民共和国主席、中央军委委员会主席，王岐山当选中华人民共和国副主席……

朱锦胜，网名布衣老人，多年就读老年大学，摄影和写作都成为行家，他热忱为大家照相，把每个人定格在最美的状态中。另外，在座的大半同学知道我去年摔了一跤，造成腰脊第三节骨折，幸靠新技术治愈，大家为我庆幸，由衷感到温暖。

聚会始终洋溢在欢声笑语中。中午一碗面条下肚，意犹未尽，各抒情怀，闻玉海说，我们为学习而来，为友谊而聚，说到了大家的心里。直至下午3时半，才依依不舍逐渐离开。令人感受到更有余味的，一路上看到朱莎和徐丽霞挽着祝君雅老师的臂膀一步一步稳步前行，说祝老师年龄最大，送她到家里再分别乘车回去。不是亲人是亲人！

“莫道桑榆晚，彩霞尚满天”。人老志不衰，通过将近一天的茶聚群聊，进一步增进老年同学之间的友谊，一致认为要珍惜当下，健康是人的第一财富，平安是福。做人只有活到老学到老，不断提升自己，关心他人比关心自己为重，才是有意义的人生！



谜底及解题思路：

- 1、收入 纠改的终了部分是 収 女 = 收，镜子里映出的人字是“入”；
- 2、财税 方位字低费“贝”与“才”字相加成财，秋字后面的火用兑字换掉变为“税”；
- 3、投资 方位字股东“爻”援以提手旁为投，赞助商即以资相助；
- 4、移动支付 方位字推心置腹叙寻根 = 扌 + 寸 移动之后重新组合为“支付”；
- 5、五年成就 依据“桃三杏四梨五年”谚语推导出的满了五载梨子结果；
- 6、共享经济 依据神话故事，取其“既凭本事作贡献 发挥各自神通 又相偕实现目标”之意，戮力同心 同舟共济。

（上接第一版）并严格要求各位学员，不要将跟围棋学习无关的事情发到群里，学员们都遵守的很好，至今未发现乱发信息的现象。

三、共同提高。上老年大学的老同志，不管有多少差异，但大家都有一个目标，就是能学到一些新的知识，能将自身原有的知识加以巩固或上个新台阶。如果要真正做到学业有成，除了课堂上认真听老师讲课，更重要的是学员之间要互相帮助，互相学习。我们采取了让围棋有较好基础和零基础的老同志坐一张桌子便于带动；让悟性较高的和理解能力稍差的老同志坐一张桌子，做到随时帮助、探讨，努力做到共同提高。

其实做这个班长还谈不上胜任，但既然已经做了，就应该有所担当，就应该努力的去做好。一是进一步发挥学校和班级的桥梁作用，及时传达学校的新精神和新要求，及时向学校反馈班上的意见和建议。二是进一步做好服务工作，让学员们有一个良好的学习环境，让老同志学得舒心、学得快乐。三是协助上课老师的教学，让每个老同志能较好的完成学业，在围棋水平上都有不同程度的提升。

桃园忆故人·太湖春

张幼兰

熙风唤雨催湖醒，嫩柳新芽飘影。入眼山茶满岭，油菜花开靛。

村头百岁龙泉井，情系几株红杏，广屋高楼人静，闲把啼莺听。

菩萨蛮·春到三山岛

张桂生

远望湖中青螺凸，银花碧浪连天郁，水映鹭翔天，涛传声震湾。

纵情尝翠色，欢笑穿林域，往返恋花红，归时明月中。

咏春

刘啸虎

春光明媚风和煦，
绰约兰花伴水潺，
不忘初心君行早，
激流勇进美河山。

风入松·春游

侯国达

晴阳绿野寻芳，处处亮光光。欢歌曼舞风情展，彩云里，淡抹浓妆。着意轻匀红紫，含羞漫染蓝黄。

莺啼烟柳唱蛙塘，白鹭乐双翔。春心已共湖山醉，饮清氛，难醒痴狂。怎得长留红袖，时时为我添香。

观树山村梨花

卞业林

一
花绽千株笑靥奇，惊疑老拙入瑶池。
蟠桃园里莫非变，一片轻纱皓色垂。

二
耆老心情闲趣多，阳春踏足树山坡。
忽思大圣腾天宇，疑在云层第几波。

卜算子·白玉兰

黄建萍

袅袅展霓裳，款款凌空舞。带雪披云傲碧穹，何惧群芳妒。

高洁品非凡，寂寞东君诉。玉魄冰魂不染尘，缕缕馨香吐。

春暖清明天地朗

李直

春暖清明天地朗，缅怀英烈祭国殇。
悲壮忠骨埋青山，浩气长存魂飞扬。
历史进入新时代，前辈初心永不忘。
致敬先人学精神，奋力创造新辉煌。

赏玉兰

钱聚水

红白玉兰姿色美，好似仙女下凡来。
人花依伴结情谊，千载万世总相随。
花丽大地生机旺，年年笑唱芳华瑞。
若无烦事扰心头，静享春天新时代。

情怀

不敢负春光

散文赏析与写作班 薛招娣

春光

青衫衣薄的夜晚，一场湿漉漉的雨唤醒了江南。

杏花烟雨是春的前奏。潜滋暗长了一冬的心事，终于在某个早晨蝶变成一缕柔荑盈润的风。春风得意呀！它是上苍遣派的使者，来完成一项重大的命题：扯开一切荒凉的包裹，把生命注入所有可以复苏的躯壳。

春光是一首初恋的晨曲。它唱给小草，小草萌动了大地；它唱给溪流，溪流滋养了万物。它轻拂树梢，蓓蕾缀满枝头；它笑吻晨光，温暖洒遍每一寸如歌的生活。只是一阵风的时光，一切都变了模样。迎春缀满庭院，海棠饱满村庄，玉兰漫延河岸，樱花淹没山峦。

春光是无数澎湃的激流。流经之后，每一处都有无限风光。美人梅如烟似霞，长春藤娇缠柔绕，郁金香千樽万盏，欒木红花天锦地。每时每刻都眼花缭乱，这厢有：琼花的洁白，棣棠的明黄；紫荆的细碎，芍药的端庄。那厢更有：丁香的明丽纤巧，油菜的硕壮殷实，梧桐的茸羽轻颺，兰草的清幽雅趣。

春光来时，携带着难得的天籁之音。花开的声音让人心颤，蜂蝶翩翩前来问探；草长的脚步叫人欢欣，修剪的节律铿锵有力。清露刚从屋檐滴落，鸟语虫鸣早在晨曦里喧哗；纸鸢凭风飞舞，银铃般的童音洒落一地。河埠头的石阶上，棒槌声此起彼伏；小巷里的井台旁，吊水桶上下欢畅。

春早人勤，我也忙乱得手足无措。看玫瑰，赏月季，陪萱草，访牡丹。想把蓝天白云的流彩装进唐诗，又想让嫩芽新叶的出生点燃宋词；想蘸着落日的胭脂在素墙上画一幅烟雨江南，又想将粉蝶的碎金做一枚胸针别于人间四月。那些简陋的文字如何用来描绘春潮？捉襟见肘时只有尴尬，那么就躲在花海里偷偷吟哦：青箬笠，绿蓑衣，斜风细雨不须归。

每天都有小小的忐忑，生怕负了春光。慌忙将马兰头的老根埋入土壤，长一碗碧绿生青的佳肴；赶紧在篱笆院角种一捧蔷薇，十姊妹的浓淡深浅都有撩人的芳香。藤架上的凌霄抽芽了，让一簇一簇的清纯勾住目光；秋天才香的桂花，不知不觉中又茁壮了一圈。

种瓜得瓜，种豆得豆，这是个撒把种子就能长出一片草原的季节，真想让自己也跟着一起成长。那就长成一株郁郁的树吧，开满冠绿嫩白的碎花，让春燕在花间筑巢，请夏风在枝头吟唱，将秋月佩戴在发际，愿冬雪把沧桑掩藏。

那株百年的香樟脱下了旧衣，一派初出茅庐的意气风发。蓬勃，是此时此刻的生命状态。蓦然回首，枝头缀满细花；春光中，铺一片青涩的果实。

生命在春光里孕育，春光让人不敢辜负。宋朝那位用浓酒浇春愁的词人，一定是为了什么才负了春光，而被春光煎熬得无限愁烦，写下了“流光容易把人抛，红了樱桃，绿了芭蕉”。今天读来，依旧能见那叶小船在秋娘渡与秦娘桥边徘徊，想去故乡赴春约，却仍在异乡空惆怅。

此时此刻，我想将手上这枝淡蓝色的鸢尾，在梦中送给春光。

随笔

一位患者于11月9日到医院看病，从此被动地走上一条长达19天恐慌的“全面体检”之路。

清晨，医院里病人如潮，家属也随之川流不息，挂号要排队，候诊要排队，付费也要排队，化验采血还是要排队，反正“时间”大多在排队和候诊中消耗，坐在候诊室里，聆听电脑叫号，一般要等待50-100分钟，大多数年轻人都在低头看手机，在屏幕上流失时间，老年人则在“闭目养神”或在“胡思乱想”中消磨时间。

第一次神经内科门诊，患者是一位有高血压史的老年人，病人自诉有头晕症状，走路不稳，步履蹒跚，医生说，颈动脉可疑有“斑块”，斑块是沉积在血管里的胆固醇，斑块脱落流入大脑易引起脑卒中，流入冠状动脉易诱发心脏病，建议对颈动脉和脑血管做超声波检查。

“时间”对年轻的创业俊英来说是最宝贵的，时间能创造成果，时间就是财富。时间对退休的老年人来说，时间并不那么值钱，但无形的消耗时间，把人搞得很疲劳。

中国的“人”字由一撇一捺组成，人生的结构是“相互支撑”，尤其是老两口更应如此。正值“金婚纪念”，相濡以沫五十年，风雨同舟也走过了。这次漫长的体检，经常乘车和行走，防止跌倒是至关重要的，尤其是头晕和步履不稳更要重视，老两口只能携扶着行走。

改革开放后，中国制造的先进的医疗电子设备普遍使用，也使老百姓有一种享受改革成果的“获得感”。

党的十九大的后，进入了全民奔小康的新时代，医疗条件大大的改善，医疗水准也逐年提高，老百姓也得到实惠，能进行一次“全面的体检”使患者有一种“幸福感”。

时间都到哪里去了？

苏州古典园林二班 李水生



灯下

永恒的生命接力

硬笔书法班 陈铭诚

前几天，报上有载：“3月8日，一场感人的遗体告别仪式在苏州大学医学部举行。亲属、生前好友、苏州红十字会等社会各界人士含泪送别87岁的日本老人北川光男。”国际友人北川光男13年前来苏州吴江创业，与第二故乡——苏州结下了不解的情谊，以至于作出了令我们苏州人肃然起敬的不凡举动——身后捐献遗体。

缘此，想起了不久前，市老年大学开学伊始，碰到原单位一老同事、质检科的徐科长。她告知另一叫冯朝燕的老同事，去年年底不幸突发脑溢血，经抢救无效去世。弥留之际，嘱家人为其办妥手续，完成了她身前欲将遗体捐献出去的最后心愿……闻听至此，我眼前油然浮现出一个虚幻却又分明是实在、高大的形象来。

冯朝燕是我刚进厂当学徒时金工车间的一位青工师傅，她朝气、活泼，个子不高，行事麻利泼辣。作为青年团员，我们也常在组织生活中碰面，日常言谈间不时会听到她那银铃般的笑声。之后我外出读书，后又换了单位，听说她后来也调到检验员岗位上工作了。总之给我的感觉是挺不错的一个“师姐”，虽说平凡，却是予人印象深刻。

然而，斗转星移，二、三十年过去，那天遇上熟人，获悉到的故人消息竟是如此突兀，甚至可谓震撼。斯人远去，竟留人间大爱；凡体不再，化作接力生命。她那平凡却又可称是伟大的身躯俨然在几多大众的生命中得以延续、永恒。古人有云：人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛。冯朝燕与日本老人的逝世方式纵然不能妄媲泰山，却也绝非“凡夫俗子”的“鸿毛”可予比肩。如果说日本老人的举止有些“惊世”的话，那我老同事冯朝燕的决定也可定义为“骇俗”了。

据报道，我国目前需要器官移植者每年不下30万例，而捐献者仅1万人左右，如此供需失衡的现状，足见那些志愿捐献遗体者的“伟大”了。为此，对于那些“先行者”的壮举，我们应当表示崇高的敬意。是他们抛弃了世俗的理念，说服了家人，以自己最后的一点能量照亮了那些亟需救治的人及其家属的生命前景，他们就是我们这个世界值得纪念的“最可爱的人”。

冯朝燕的遗体也是在苏州大学独墅湖校区的医学部里举行送别仪式的，来自社会各界的有关人士，包括苏州市民政部门、红十字会、苏大医学院、浙江大学以及冯朝燕的生前好友、同事向其家人表示慰问，向逝者表示由衷的敬意。“当时的场景是那样的隆重、令人动容”，作为亲历者的徐大姐强调道：当场冯朝燕的先生毅然决定，效法妻子，身后也将捐献遗体，为祖国的医学事业、为我们的同胞兄妹贡献最后一份力量……，可以想见，彼时彼景的氛围定然是多么地撼动心魄、催人泪下啊。

诚然，我们现今的器官捐遗工作还不是太顺畅，正是日本老人、冯朝燕以及她家属等的非凡举止，为我们当今社会一些持有陈俗、保守思想的人上了一课，同时也完成了他们生命征程中最为辉煌的一次华丽转身，恰如凤凰涅槃，在他人身上再续新的生命，走向永恒的人生接力——平凡中见伟大，他们正是值得讴歌的人！

在此，吟句一首，聊表敬意：生老病故人之常，终身奉献新风扬。醒世警俗途高义，再续生命展辉煌。

校园灯谜

- 1、以人为鉴终纠改（猜“两会”总理政府工作报告二字热词）
- 2、秋后兑换才低费（猜“两会”总理政府工作报告二字热词）
- 3、股东援手赞助商（猜“两会”总理政府工作报告四字热词）
- 4、推心置腹叙寻根（猜“两会”总理政府工作报告四字热词）
- 5、桃三杏四梨满载（猜“两会”总理政府工作报告四字热词）
- 6、八仙过海结奇缘（猜“两会”总理政府工作报告四字热词）

(上接第一版)

成员加入条件：

第六条 苏州市老年大学正式学员，原则上70周岁以下，身体健康，有条件安排一定时间参加活动，具备良好的品行，乐于奉献。

志愿者的招募和培训

第七条 实行分会选招与自愿报名相结合、公开招聘与定向招募相结合、阶段性招募与经常性招募相结合的体系，参加与退出遵从自愿。

入会前须填写《市老年大学志愿者报名表》，注册后成为正式成员。注册成员有义务参加合适的活动，也有权利参加市、校组织的培训等活动。

经费管理

第八条 经费使用纳入学校财务管理。

附则

第九条 志愿者代表大会成员由正副队长、小分队正副队长组成，代表大会决定领导人选任免、修改章程等重要事项，每学期召开一次。常规工作由总队长依照本章程施行管理。

第十条 苏州市老年大学学员志愿者总队标志LOGO：万寿宫图案中一双紧握的手，意蕴苏州吴文化传统及现代苏州老人真诚地助人为乐之精神风貌。

志愿者上岗服务服装：橙色马甲，四季可穿，印有总队名称文字及标志。

第十一条 在积累经验的基础上，制定《苏州市老年大学志愿者工作细则》，规范成员进出及调整手续，拟定评选表彰先进个人、团队的程序。

本章程未尽事宜由苏州市老年大学学员联合会作出修改完善。

(苏州市老年大学学员联合会理事会)

情调

春天来了

刘婉英

那天下午，我在干将路上等车。我知道那辆车又慢又破，但我必须等它，好在这宜人的天气及满目鲜花，也很赏心悦目。

已经是春天了，风暖暖的拂着人脸上，路边的紫玉兰花开的好艳（古人叫它葶苈）。谁都愿意多看几眼。来往行人，衣着光鲜靓丽，在春天的气息里更显得温情柔美多了。

玉兰树下下一个盲人，二胡的声音时时穿越都市的空气。也许没人考虑他那灰暗破旧与这美丽的春天是否协调，人们早已熟视无睹。

说实话他的二胡不怎么悦耳。他在拉一首“春天里”，象是蛮时尚的歌，也符合当前。一遍遍反复着“埋在春天里，埋在春天里”。为何埋在春天里，也许，埋在春天是一种幸福。他在呼唤幸福，乞讨幸福吗？听来有点哀伤，但每一个释放的节拍既沉郁又有点刚健，虽然不是太顶极娴熟。

我不经意的看了他一眼，面颊凹陷。不是要鉴定那乞丐是否真假，也不想研究他坐了多长时间，前面盆里有多少钱，而是不知怎么的眼前就浮现一个场景……

繁华巴黎街头，处处正明媚着春光。一个盲人在乞讨，罐子里钱币少之又少，胸前挂着纸板写着几个字“从小失明，乞讨为生”。诗人拜伦走过，拿过牌子在上面重新写道“春天来了，可是我看不见”。第二天他再走过时，发现盘子里多了许多钱币……

车来了。我随着人流挤上车，神差鬼使又回头望了一眼。

也许我急着赶路，也许手头没笔，不然我真会走到那个盲人身边，在他脚边那张纸板上写上“春天来了，我看不见”。

晚晴
养志书
年方九二



听“奶奶”讲过去的故事 陆元福摄