

平均年龄65岁,平均身高1.75米 老年大学男模班大爷们走路带风

一群身着黑衣、脚蹬皮鞋,清一色1.78米大高个,跟随时髦的音乐整齐地迈动着步伐,原来,是一群大爷正在走模特步。这是湖北武汉老年大学首个男模走秀班,从开班18个人到现在34个人,短短1个月,报名参加的大爷们越来越多。

学模特步,有些硬件要求

老年大学模特班是男女比例最失衡的地方。老年大学工作人员告诉记者,女模形体班初、中、高级一周十几堂课,报名火爆,报名晚一点就没了名额。男模班这次是在市老年大学首开,没想到还挺受欢迎。

据了解,男模班这群老年学员年龄最大的72岁,最小的55岁,平均身高1.75米,平均年龄超过65岁。他们中有“小白”,也有在艺术团摸爬滚打多年的老手,但无一例外,他们在课堂上格外认真,听着指导老师的口令走来走去,格外有精气神。

65岁的汪元祥说,参加模特培训是为了保持男人的气质。他60岁退休后就学走模特步,“平时上

班都坐着,走起来后体态挺拔了,腿脚也灵活了许多,你看我们这群老哥们走台步的背影,哪里像六七十岁的人。”老人笑着说。

其实,能够进入男模班学习,还有些“硬件”要求呢。课程老师窦芳琇介绍,在挑选模特队成员时,首先身高必须在1.75米以上,其次在身形、仪态、时尚鉴赏方面都有着一定的要求。

谈及学习模特形体课程带来的变化,窦老师有很深的感触:“这才上了4周的课,很多学员学习了模特形体课程,现在站得更直了,走路都带风,不仅可以保持良好的身形,更重要的是,举手投足之间变儒雅了,精气神也大大提升。”



走出家门,充实老年生活

窦老师介绍,班上许多学员学习男模走秀已经长达10年,除了每周在老年大学上1次课外,他们还会参加悦秀艺术团的各种活动,一方面练习形体,一方面老有所乐结交更多的朋友。

67岁的老学员胡建新,刚刚退休闲下来时觉得很无聊,在朋友的建议下,喜欢表演的他加入了几个老年文艺团体,后来结识了窦老师,又报名加入老年模特队。只有好的形体才能走好台步,为此,胡建新每周坚持锻炼,身边的人都说他现在像50岁出头,哪里像快70岁的人。

“退休后,老年人就该走出家门,不要坐着看电视、打麻将。为了健康,我们就该走出家门,去学习去锻炼,去拓宽我们老年人的交际圈。做到老有所为,老有所乐。”胡建新觉得,自己学习模特形体后像获得了新生,朋友也多了,生活也丰富了。

在窦老师的带领下,老学员们在全国各地参加比赛和社区演出。学员们都认为,学习模特形体的经历让他们的退休生活更加充实了。在窦老师眼中,这些大爷级学员“积极性高,进步很快。这学期学完,拉出去走秀,肯定可以震惊全场”。(武汉晚报)

百岁老人弹得一手好钢琴 她的长寿秘诀,就藏在这悠扬的琴声中

不用看琴谱,全凭记忆,音符从她手下的琴键里汩汩流出,苍劲有力。

你能猜得出这是一位百岁老人在弹钢琴吗?

浙江杭州王文珍老人3月17日刚刚过了百岁生日。日前,记者和社区工作人员拜访了王奶奶。

老人家住在城西一个幽静的小区。一进门,50多岁的小女儿迎出来,“你们能来陪我妈妈聊天,她很开心。”

“小傅来啦。”王奶奶一见社工,就激动地握住她的手。小傅做了十多年社区工作,很早就认识这家人。

有客到,王奶奶很自然地翻起了琴盖。

“献丑了献丑了……”老人说着便按下琴键。她的眼睛患白内障,看不清谱子,全凭记忆。

音符从依旧灵活的双手中流淌出来。

“如果百岁老人比赛弹钢琴,你一定能拿名次。”小女儿鼓励妈妈。

刚刚在弹钢琴前,老人自己还玩了麻将、搭了积木。用杭州话来说,她样样都“来塞”。

“我妈妈91岁时还飞去加拿大看外孙女,92岁时还能爬长城。95岁前,每天早上一个人坐公交车去荡西湖,然后回来自己做饭吃。”

现在,因为腿脚不便,琴棋书画便成了王奶奶每天必做的功课。

老人家胃口很不错,早上吃一个鸡蛋,中午的主食是番薯,晚上吃糯米、小米粥,再喝半杯家酿葡萄酒,晚上9点后听着各种故事入睡。

对了,老人超爱吃零食,家里必备两三个牌子的夹心巧克力,还有砂糖橘。

“我原来体重108斤,现在110

斤,胖了3斤。”老人和小傅正聊得起劲。

“您的长寿秘诀是啥?”记者夸老人嘴唇红润,精气神很棒。

王奶奶一连说了几个“好”,“子女好,心情好,心态好。”

“是你言传身教得好。”小女儿说,从小家里就有良好的家教。爸爸是水利高级工程师,妈妈当小学老师。她一辈子温柔又坚强,不光带大了三个儿女,还帮着带大了孙辈。

“自己能做的事,妈妈从不麻烦别人,对家人很大方,一碗水端平,无论是我哥哥姐姐,还是嫂子姐夫的生日,她都记得牢牢的,准时送祝福发红包。”

现在是一年中最美的春天,老人总会记起花圃的牡丹、太子湾的郁金香、白堤的桃花。“我们准备带妈妈出去走走,逛逛白堤,吃吃楼外楼。”

采访结束时,王奶奶和我们拥抱,还分了一大桶巧克力糖果给大家,“谢谢依!谢谢依!”(钱江晚报)

债权转让通知

江苏恒泽堂保健食品连锁有限公司、江苏恒泽堂集团有限公司、无锡市禾田卫生用品有限公司、无锡新徽房地产投资发展有限公司、冯翊、魏爱玲、魏天龙、冯翊:

无锡暹明贡湖投资合伙企业(有限合伙)与高志兴于2021年2月28日签订《债权转让协议》。无锡暹明贡湖投资合伙企业(有限合伙)将其对江苏恒泽堂保健食品连锁有限公司、江苏恒泽堂集团有限公司、无锡市禾田卫生用品有限公司、无锡新徽房地产投资发展有限公司、冯翊、魏爱玲、魏天龙、冯翊依法享有的(2017)苏0211民初2591号生效民事判决书项下全部债权转让给受让人高志兴。现将债权转让以公告方式通知各债务人,请各债务人自本公告发布之日起向高志兴履行还款义务。

债权转让通知人:无锡暹明贡湖投资合伙企业(有限合伙)

现金收购茅台酒无锡站

应老客户盛情邀请,再次走进无锡



另收购五粮液、洋酒、剑南春、郎酒、董酒及各类高度白酒

活动日期:2023年3月24日~3月30日(长期有效)

茅台酒收购价格(高度53%vol)

茅台酒年份	价格(元/瓶)	茅台酒年份	价格(元/瓶)
2013-2019茅台酒	2700-3200	1998茅台酒	8200
2012茅台酒	3300	1997茅台酒	8500
2011茅台酒	3400	1996茅台酒	9000
2010茅台酒	3500	1995茅台酒	14000
2009茅台酒	3600	1994茅台酒	14300
2008茅台酒	4000	1993茅台酒	14600
2007茅台酒	4100	1992茅台酒	15200
2006茅台酒	4500	1991茅台酒	15200
2005茅台酒	4600	1990茅台酒	15500
2004茅台酒	4800	1989茅台酒	21000
2003茅台酒	5200	1988茅台酒	21000
2002茅台酒	5300	1987茅台酒	21000
2001茅台酒	5500	1986茅台酒	23000
2000茅台酒	6500	1985茅台酒	24000
1999茅台酒	8000	1984-1980茅台酒	2.4万元-3万元

地址:江苏省无锡市梁溪区人民东路31号锦江之星品尚酒店四楼401房间(东林书院对面)

联系电话:17610661585 王老师 17610365897 吴经理

公交线路:23路、55路、61路、63路、75路、80路、100路、102路、112路、311路、501路、722路,人民东路站下车即可。

温馨提示:本市、区均可上门收购。欢迎来电咨询!

交易成功,报销车费!

提示:酒店外,车站旁,不设任何接待点,谨防上当受骗。