



社区之声

社区学院配送精品课程 楼宇白领乐享知识大餐

在大调研过程中,虹桥镇社区学校针对本校课时费、专职教师数量少,志愿者流动性大的问题进一步量化解决方案,并得到上级部门——闵行区社区学院的大力支持,梳理出了一份精品“乐学超市”课程菜单,供虹桥镇楼宇、心驿虹桥选修,扩充了社区学校专业、精品志愿者教师储备力量。

闵行区社区学院精品“乐学超市”课程菜单下发后,office办公自动化培训课程成为了热门课程。

扬学术之风 走专业之路 金汇实验学校第六届“金汇学术”周开幕

在春暖花开的季节里,虹桥镇学区各中小学的语文学科“种子教师”汇聚一堂,共同参与金汇实验学校第六届“金汇学术周”的开幕式。

开幕式由区学科带头人赵梅老师主持,大家聆听了上海市教师研究会语文教师专业委员会主任、特级教师黄荣华老师《以文化基因的现代传译提升中小学生阅读古诗文的兴趣》的讲座。黄老师创造性地发掘承载彰显

小小“光荣牌” 传承拥军情 金汇花园居委向退伍军人发放光荣牌

为进一步做好光荣牌的发放工作,弘扬新时代拥军优良传统,增强退役军人的归属感与荣誉感,虹桥镇金汇花园居委根据前期开展的信息采集工作,第一时间为辖区内的退役军人家庭发放“光荣之家”光

群团联盟上虹区域副会长施静梅 开心果和她的“快乐歌唱组”

□记者 刘皓

“我当初组建这支队伍,出发点很简单:就是想让社区退休老人老有所学、老有所乐,所以取名为‘快乐歌唱组’”。你能想象吗,一名 62 岁的退休老人,不仅一手组建了一支歌唱队伍,还一边参加社区舞蹈队一边学习钢琴一边写诗……她就是“河西居委快乐歌唱组”的志愿老师、群团联盟上虹区域副会长施静梅。

“快乐歌唱组”诞生

“我和我的祖国,一刻也不能分割,无论我走到哪里,都流出一首赞歌。我歌唱每一座高山,我歌唱每一条河,袅袅炊烟、小小村落,路上一道辙……”近日,记者来到吴中路 940 弄小区,刚踏进小区大门,远远就听到一阵优美的旋律。原来,这是施静梅正带领学员们练习歌曲《我和我的祖国》。

这支团队,正是她一手创建并带领至今的“河西居委快乐歌唱组”。目前,团队有成员 30 余名,他们都是社区的退休老人,平均年龄超过 60 岁。

“河西居委快乐歌唱组”成立至今已经有 13 年了。2006 年,待退休的施静梅在小区转悠时,听到活动室内传来搓麻将的声音,她找到了当时的居委书记说出自己的想法:“我们小区喜欢唱歌的居民不少,如果能将活动室好好利用起来,给大家唱唱歌,不是比搓麻将好嘛?”居委书记面露难色:“这个提议倒是不错,可是没有人教啊!”“我来吧!”施静梅毛遂自荐,居委随即发出了招生通知,报名的居民还真不少,没过多久,“河西居委快乐歌唱组”诞生了。

面对一群没有任何基础却热爱唱歌的学员,施静梅怀着最大的热情,决心要做一名好老师。她克服种种困难,带着大家快乐歌唱:老小区活动室条件简陋,没有音响设备,手机就成了她的移动音响;为了让大家打牢基础,她五线谱整理出来拿到复印店打印出来,一份份发到学员手中……

是严师也是益友

上课时的施静梅是一位“严师”。“大家跟着我唱:嗦啦嗦发咪来多嗦”“再来一遍,咬字咬清楚了,祖国的祖是平舌,不能唱成翘舌”“唱的时候脚放下来”……学员们的每一个小错误她都不放过。

半小时下来,施静梅额头冒出了细细的汗珠。趁着休息间隙,她一边喝水一边和学员们唠起了家常:“你唱得不错”“进步很快,平时在家多练习”……几分钟后,她放下杯子,拍拍手:“好嘞好嘞,我们继续上课,多哆多啦多来多。”施静梅又恢复了严肃。一个半小时的课程中,她带领学员们练声、唱新歌、复习老歌,大家都沉浸在美妙的音乐中。

关于选歌,施静梅也很用心。

她手里那本厚厚的乐谱,收集了上百首歌曲。有《左邻右舍》这样贴近社区的歌曲,也有王菲的《传奇》这样潮流的流行歌曲,还有沪剧《燕燕做媒》这样上海人喜欢的歌曲……2018 年是改革开放 40 周年,施静梅特别选取了《不忘初心》《点赞新时代》这样贴近时代出题的歌曲,今年庆祝建国 70 周年,她特别选择了《我和我的祖国》《五星红旗》等大家喜闻乐见的歌曲。

其实,施静梅并不是专业的音乐老师。退休前,她是一名普通工人。“从小就喜欢唱歌,平时没事在家也吼上几嗓子。”邻居们都知道这只百灵鸟,楼道里碰上了,热情地打招呼“今天唱高音啦?”“可不是嘛!”施静梅哈哈大笑。

2006 年,儿子考进上海音乐学院学习民乐,同时选修了指挥和声乐,施静梅“沾了光”,跟着儿子学习了不少声音技巧。她把学来的这些本领毫无保留地传授给了“快乐歌唱组”的学员们。

大家的开心果

生活中的施静梅是一枚开心果,走到哪里都能为别人带去快乐。

2016 年,上虹区域成立群团联盟,施静梅被选为副会长。不少区域内喜欢唱歌的居民慕名而来,“快乐歌唱组”的队伍扩大了。

施静梅一开始组建歌唱组时,就是“图个开心”,也不指望参加比赛。不过,随着群团联盟的成立,“快乐歌唱组”开始走出了小区,参加上虹区域的文艺演出,今年,施静梅决定带着学员们参加镇里的百姓秀比赛,“参赛歌曲已经定下来了,就是我们最近一直在练的《五星红旗》。”施静梅乐呵呵地说。

教大家唱歌只是施静梅生活的一部分。刚退休时,她就加入了社区的舞蹈队,让自己律动起来;2017 年,她报名参加了社区学校的钢琴初级班,至今每天坚持练琴两个小时;业余时间她会写写诗歌……施静梅将退休生活过得多姿多彩。“礼拜一礼拜五我会到浦东三林照顾老爸,礼拜二舞蹈课,礼拜三钢琴课,礼拜四教唱歌,礼拜六礼拜天回家练琴,平时还要买菜做饭做家务,但我一点都不觉得累,反而觉得很充实。”

“简简单单、笑口常开、知足常乐。”这十二个字,就是施静梅践行一生的人生哲学。

她们用舞蹈演绎别样的“花样年华”

虹韵舞蹈队是虹桥花苑居委的一支明星团队,每年社区的大小活动都离不开她们的身影。队员们凭借着对舞蹈的热爱,用舞蹈演绎出了别样的“花样年华”。

近期,舞蹈队迎来了一位归国老艺术家,给大家排练一支新舞“天之大”,并将在百姓秀海选中演出。

4月4日一大早,队员们来到舞蹈教室开始了紧张的排练。台上一分钟,台下十年功,说得一点也没错。台下每次汗流浃背的排练就是为了台上几分钟的

展示。在老师的教导示范下,队员们认真排练,每一个动作、每一个脚步都反复拿捏到最好。很难想象这支舞蹈队的队员们的平均年龄已经超过 60 岁。据队长介绍,她们当中年龄最大的 76 多岁,年龄最小的队员也有 50 多岁了。

虹韵舞蹈队就像一块磁石,吸引着一大群有梦想的老年人,在她们的人生已经走过大半的时候,又用自己的爱好和特长再一次点亮生命的余晖。

(通讯员 徐佳)



荣牌匾,并做好登记工作。

社区 70 多位参加退役军人登记的退伍居民陆续拿到了这金灿灿的荣誉牌。

牌匾虽小,但意义深远,许多退伍老兵看到门上悬挂的荣誉牌

后感慨万千,他们说,看到祖国的强大,想到自己曾经在部队里的峥嵘岁月,感到万分自豪。“这块荣誉牌标志着我们退役军人的身份,是党和政府给予我们的崇高荣誉。”

(通讯员 顾满斐)