

老有所为

书香墨香纸花香

李丹池 徐志琴

书籍香缕缕,纸花香盈盈,墨宝香幽幽。米文权、刘士标、吴象甫,是从8万多武钢退休人员中遴选,脱颖而出的“钢城20佳文化名人”。

科普知识融生活

中国科普作家协会会员米文权,人称江城“高士其”。如今,耄耋之年的他仍不辞辛苦,笔耕不辍,创作科普作品,为武汉市、青山区青少年举办科普讲座,让青少年感受科学的神奇与魅力。

米老认为科普工作必须从青少年抓起。他曾写出《钻进人体的纳米医生》《建座天梯上太空》等一系列科普文章,发表在《我们爱科学》和《中学生》等杂志上。

退休后,他常常为悦达社区青少年上科普知识课。尽管没有一分钱的收入,老人依然乐此不疲。他还应武汉市10多所小学邀请,先后进行30多场科普讲座,受到数千名青少年的热捧。

者”,还是武钢“关心下一代委员会”知名度很高的会员之一。

“爱心大使”米文权,坚持科普融于生活中,解决老百姓衣食住行中的实际问题。他多次向《武钢工人报》《武钢文艺》等报刊杂志撰稿,传播生活中的科普知识。

当社会上封建迷信、伪气功泛滥之际,他有针对性地写了《现代人必须提高自身的科学素质》《戳穿麻衣相士的骗术》等文章,传递和释放社会的正能量,成为反伪科学的英勇斗士。

书法文化耀中华

年逾古稀的吴象甫,在书法大世界“临池”奋斗50多年。一些书法名家评价他的书法特点:“行云流水,大气磅礴,书东方式文化,写华夏雄风。”

吴象甫退休18年来,不断学习孜孜不倦,创作数千件书法作品。从“象甫书画院”飘到全国各地,飘到异国他乡,令收藏者、学习者、爱好者大饱眼福。

18年间,他手把手地传授书法给青少年与爱好者。从“象甫书画院”先后走出学龄儿童、大学生、花甲老人等2000多名学员。

“慈善大使”吴象甫,一次次用书法作品收入,向社会、向家乡捐赠。他出资购买200套桌椅板凳,送到崇阳老家,让孩子们在书声琅琅的教室快乐学习。

剪纸艺术越大洋

年近8旬的刘士标,有“民间工艺大师”的美誉,现任中华民族文化促进会剪纸艺委会副会长,湖北省、武汉市、武钢剪纸学会会长。

几千年来,中国的民间剪纸多以花鸟鱼虫、福祿寿喜为创作题材。上世纪初,刘士标首开工业剪纸的先河,将民间的“窗花”创新为“钢花”,展现中国钢铁工业骄子——武钢的发展与辉煌成就。

以剪纸传播为媒,争当华夏文化的传播者。他到德国、法国、日本、梵蒂冈参观交流,传播中华剪纸文化,传递中国人民的深厚友情。

每年3月5日学雷锋活动,刘士标上街义务服务,将剪纸作品送给钢城群众。能得到大师的美妙剪纸,大家的喜悦之情,溢于言表。

“公益大使”刘士标的行动,让更多的钢城人参与到高雅、文明、健康的活动中来。他表示:今后要与武钢和青山区市民群众一起,共同剪出美好的新生活,剪出人生的新梦想,剪出幸福的新未来。

多年来,生活在悦达社区的三位“大师级”文化名人,他们在创建先进文化社区活动中,将科普知识传播、书法文化传承、剪纸艺术创新有机结合,他们的辛勤劳动,不断推动着悦达社区群众性学习活动建设,与全国人民一起实现国家富强、民族振兴、人民幸福的中国梦。

光荣退休

集团总部

刘翔 蒋立诚 英萃 邵建荣 陈吉才 江绍云 董展飞

宝钢股份

张强信 顾毅敏 马文燕 林守本 姚克明 沈明华 李海艳 何旭光 李肖天 周德明 程长明 袁立刚 何蔚 谭宝娟 沈清 徐林祥 龙宝珍 胡志明 傅荣华 陆根宝 叶纪良 张伟海 郭杭林 葛宝祥 章建国 邱来恩 苏华明 吴志明 顾惠国 冷振华 管益鸿 陆智芳 沈麒麟 胡明方 管文宝 胡德明 范兵 张玉安 王宏梅 曹建民 周平 郝家楨 张毅 陈建国 徐明福 朱建东 胡利光 王伟青 陈晓君 龚正福 马顺义 陈来冲 陆雨琴 曹霞蓓 应建刚 胡庆宝 丁惠红 许永昌 惠景山 赵新华 田永贵 王青培 孙健 李洁 李湖鹤 周齐敏 单连根 徐永明 窦兴平 言继云 莫文君 张伟民 刘建军 郑英豪 赵秋良 邱文钢 傅继栋 杨建迅 陈治祥 汪国亮 张平 周建林 赵永胜 沈娟 王雅萍 马何宝 陆立成 钱志明 徐敏 马劲 刘庆荣 姜亚红 俞红萍 郭立成 唐成宽 葛凤权 邢勇芳 侯进伟 马金龙 王智莹 王忠云 郭惠明 龚邦秀 俞明福 马艳萍 徐荣兴

宝钢股份梅山基地

李亚军 石雪凤 马忠成 何荣民 李其华 陈飞 王爱芬 陆国芳 龚建生 陆伟娟 卢福海 姜朝芦 张松林 朱玲 钱峰 陈惠 李本梅 周荣芳 傅跃 周健 施尧义 郝建明 韩仲芳 夏学贵 史苏琴 郝泰山 张文瀛 张道明 王剑 卢爱芳 夏灵芳 梁日萍 王安南 顾晓敏 叶靖红 任恒太 陈永宁 周红金 杨金宝 张永祥 郑瑞品 王光明 黄立均 李多成 马利萍 蒋乃益 任国华 陈艳秋 罗钢 蒋学云 王海英 华德昌

一浦五联合党委

陈红萍 汤玉蓉 柏志明 高鹰 张和平

宝钢发展

王有贵 周镇国 潘宝根 施上游 王德根 黄玉生 孙江成 郎满利 张达飞 王强 张建民 汪莉 黄明珠 李大振 马建平 徐进昌 朱新发 李伟秋 蒋进进 曹锋 盛庆和 田忠 仇美华 陈福祥 周水钧 施丽华 许谷仓 戴晓东 何志祥 叶娟 王正华 徐俊 陈国兴 王江枫 戴平 杜文政 盛伟钟 徐武 李惠明 潘卫根 张志龙 杨玉兴 张松娟 孙青 李一心 刘晓红 朱玉祥 方治华 陈道康 陈海伟 顾金宝 顾琴芳 朱廷洋 杨永其 丰定冲 沈建政 谢燕萍 陈芬 周静 朱林生 顾亚红 杭宇震 夏永良 周文雁 周六弟 俞育明 陆惠弟 宋雪琴 王惠新 徐怀湘 余明 王锋

宝钢工程

闻云美 韩瑞敏 葛步洋 沈纪雄 陆文 宫安国 董正标 梁步林 徐建萍 张立群 朱栋令 石跃 樊春根 陈晨生 戚春康 徐国强 王斯平 王光 刘明根 王忆钢 李俊成 盛金福 叶超文 许国庆 宋雪宝 华财根 徐勇 徐永伟 茅根新 张伟君 徐根良 肖兆安 李建平 陈红林 朱龙福 刘国权 石玉 夏开平 沈耀忠 林永存 程鸿钧 张京弟 陈申康 孔万国 冯德昌 杨建福 曹海燕

宝钢特钢

王国平 魏国珍

宝钢不锈钢

陆亚敏 李龙昌 张跃 孙蔚萍 李金祥 张柏涛

韶关钢铁

孔茂古 张吉均 邱日刚 成日光 卢建强 李建才 戴广韶 郭育东 伍新德 郭爱民 郭德明 曾仁贵 刘传建 叶强 黄东文 胡卓文 岑庆南 李建平 顾曙梅 杨秀英 罗亚平 张丽辉 李艳春 陈袖香 罗洁华 卜启亭 陈小莲 方丽洁 雷筱萍 肖卫群 何宪广

宝钢金属

陈小弟 陈永侠

宝钢化工

刘正华 郑国良 周响弟 韩国建 唐卓晖 应苍松

诗词咏怀

祖国颂

苗恩坛

您有着五千年文明的厚重历史 您一度是世界的中心 您在浩瀚的历史长河中 华夏文明以巨大的包容 傲视着千千岁月

祖国 您的硬度是经过冶炼和锻造 您的速度犹如一匹骏马驰骋不息 您的高度犹如一只雄鹰展翅翱翔

在您漫长的征途上 麦粒和稻谷 提供了永不衰竭的营养 锤头和镰刀 开创了不断超越的速度

祖国 黄河是您的血脉澎湃不息 长城是您的骨骼壮美雄浑 神舟飞船承载着中华腾飞的梦想 在您的宏伟蓝图里 没有哪一种高度 不可以达到 没有哪一次出发 不是向梦想挺进

祖国 您总是在别无选择时 毅然闯开一条新路 在日光和脚步被铸死的海岸 您决然敞开门 让撕裂的风灌进来 让冲击的竞赛逼进来 捂着被撞击的思维昂首阔步走向世界 在撒满一代代期盼的伟大复兴道路上 您以壮士断腕的勇气 历经四十年的披荆斩棘励精图治 您以超越所有神话的高度昂首屹立



国画 刘焕采

多彩的海滩

钱敬穆 摄



夕阳之声

乐享“玩”年

邓为民

老年人退休在家,一下子没了上班时的忙碌碌碌,很容易无所事事,整个人的精神状态也会变差。但是,假如你有些个人爱好的话,就会如鱼得水,退休生活也会过得有声有色。

一是要“想玩”。有些老年人退休后把“工作中心”都放在儿孙们的身上,这也无可非议。可是,在为子女们操心劳力的同时,老年人也要考虑一下自己的活动内容。个别老人由于把心思完全放在了子女们这里,所以对其它的什么个人爱好都提不起兴趣。

不利。因此,老年朋友要认识到“玩”的重要性,它不单是为“玩”而“玩”,其目的是让你在“玩”中找到生活的乐趣。

二是要“能玩”。由于“玩”的范围太过庞大,所以自己能“玩”什么一定要心中有数,也就是要根据自己的兴趣爱好、身体状况来玩。如果你是个偏“静”的人,则可以选择读书看报、写作写博、手工制作、琴棋书画和智力游戏等。

项目只有年轻人能做,老年人同样可以玩转各类电子产品,上网写博、网上购物、微信交流等一些新玩意老年朋友也能学会。广州有一位九十多岁的老人每天去健身房锻炼,其健康的身体,身上发达的肌肉让年轻人都羡慕,而且老人是在70岁后才开始健身锻炼的。

老年人学会“玩”,不仅可以锻炼我们身体的协调性、灵敏度和头脑的记忆力,而且通过一些创造性的活动,活跃我们的思维,让自己心态更年轻,通过参与群体活动,也可以让我们融入社会,解除寂寞感。所以,让我们一起来乐享“玩”年,做个名副其实的“老玩”童。

柔榆晚景

相伴半个多世纪的剃发器

黄发明

我家有只剃发器,就用这个简易的剃发工具,妻子已为我理发半个多世纪。1965年春节,那时有个习俗,男青年在春节前都要去理发店理发,清清爽爽,干干净净过个年。

所以年初一早就去理发店排队理发,想剪好头发,精精神神地去女友家拜年。谁知道由于人多,我剪好头发已经下午1点了,害得女友一家等了我很长时间。

下午,我带着女友去城隍庙看灯,闲逛时,在一家理发工具的商店里,女友突然叫了起来:“快来看,这理发工具蛮好,买下来好吗?今后我用这个给你理发,不要再跑去理发店排队浪费时间了。”

这是我毫不犹豫地买了下来。这只理发工具,叫剃发器,结构简单,材质塑料,造型别致,像只桃子,颜色米黄,结构就是模压成型的两个桃形塑料片,在二片桃形塑料片中间嵌上一把

双面刀片,就是一只剃发器,可以理发、剃发、刮胡子,简易,便捷,实用。有了这个剃发器,从结婚后,我就再也没去过理发店,省时、省钱、省精力。妻子为我理发,也是感情交流的机会。年轻时,她一边为我理发,一边说:“你满头黑发,又密又浓,这是健康的标志,我要呵护你,健康健康活到一百岁。”到了中年时,她一边剃发,一边感伤道:“头发一束一束的掉,开始秃发了,很快从头顶向四周发际进军,变为‘顶上沙漠’了,我要给你增加点营养,推迟谢顶。”

“快来看,这理发工具蛮好,买下来好吗?今后我用这个给你理发,不要再跑去理发店排队浪费时间了。”于是,我毫不犹豫地买了下来。这只理发工具,叫剃发器,结构简单,材质塑料,造型别致,像只桃子,颜色米黄,结构就是模压成型的两个桃形塑料片,在二片桃形塑料片中间嵌上一把



修身养性



老骥伏枥

篆刻 周映光