

平均年龄60多岁 义务演出千余场

退休职工为居民唱大戏



晚上7点，在滕州市九州清晏居民小区里，滕州市新时代艺术团为市民演出《对花枪》、《桃花庵》、《穆桂英挂帅》等传统戏曲，不少戏迷朋友高兴地说，“我很多年没有看到这样原汁原味、真材实料的老戏了。虽然他们是业余剧团，但是比专业剧团演得都好，七场大戏我们可过瘾了。吃完晚饭我就带着马扎来小区广场纳凉看戏，好不自在。”

据了解，滕州市新时代艺术团的前身是“鲁滕戏迷俱乐部”，2002年8月成立，2012年更名为“中国滕州新时代艺术团”，现在登记注册52人，有原豫剧团的演员、柳琴剧团的退休职工、退休教师、部队转业文艺人员、厂矿企业街道农村的文艺骨干。他们平均年龄60多岁，年龄最大的76岁。今年5月28日纳入滕州市老年体育协会，正式命名为“滕州市老年人体育协会新时代艺术团”。

十几年来，他们深入农村，深入基层为群众服务，今年，他们参加了滕州市组织的“一年一村一台戏”的送戏下乡惠民演出活动，他们在滕州市羊庄镇每天要在2-3个村演出，因路途较远，而他们又没有交通工具，

所以，尽管他们大都是60岁以上的老人，但是，依然步行4-5公里，再到另一个村演出，老百姓高兴地说：“很少见到这样步行的队伍，好像当年的八路军、六十年代的毛泽东思想宣传队又进村了。”当时，不少群众还帮助搬桌凳拉幕布，送水、送饭等，使他们深受感动。去年他们在滕州市敬老院演出时，和老人一块吃煎饼卷土豆，一菜一汤，一煎饼，老人们高兴地说：“这才是我们的庄户剧团。”

演员赵红霞喜欢演唱，丈夫恒友山给以大力支持，不光自己拿钱购置了音响、灯光设备，而且每次演出都亲自操纵音响灯光。业务副团长陈爱芝，从小随其父在剧团学戏练功没有上过学，识字不多，可演戏没有剧本

不行，她的丈夫和孩子们在电脑上一句一句地抄写，一个剧本需1-2天时间，抄完之后再交给其他演员。团长李子山同志由于演出过度劳累，患淋巴炎，不能行走，他为了不影响演出，就每晚演出之后，再去打吊瓶，一直打到深夜两点。演员陈桂秀到徐州给朋友的孩子送结婚贺礼，为了不影响演出，连夜赶回。

艺术团负责人邵景生是艺术团的大忙人，既要二胡伴奏，还要摄影，还要联系演出业务。“只要是我们为老百姓演出，再苦再累心也甘，我们不断克服困难，不断提高，把我们的剧团建成老百姓喜爱的庄户剧团，把我们的余热奉献给社会，贡献给人民。”邵景生如是说。 (特约记者 侯志龙 文/图)



婆婆收儿媳旧包不嫌弃

年轻人会过 老人也高兴



家住高新区的张女士打算把一个自己不用的手提包扔掉，张女士的老公提议把手提包送给自己的母亲，张女士担心旧的手提包会遭到婆婆的嫌弃，没想到婆婆竟然格外喜欢。

前几日张女士在家里收拾卫生的时候，发现了不少自己不再穿用的衣物，其中一个黑色的手提包款式已经过时，张小姐很久没有用过了，因此她打算把这个旧包扔掉，但是张小姐的老公看到后觉得包的材质不错，扔掉有些可惜，就提议让张小姐把包送给自己的母亲。

但是张小姐觉得自己的婆婆也很“时髦”，而且自己刚结婚不久，和婆婆的关系还没有非常的亲近，拿旧的包送给婆婆，怕婆婆嫌弃，会觉得没面子。“咱妈那么会过日子，肯定不舍得让你扔，你给她试试，她不喜欢再送给别人。”

张女士的丈夫劝说道。最后两人商量把包擦洗干净，再拿到外面换一下拉锁，然后再送给婆婆。

第二天中午，张女士担心婆婆收到旧包不高兴，还特意去给婆婆买了双新凉鞋。晚上张女士和丈夫带着新凉鞋和旧包来到婆婆家吃饭，当婆婆试穿过新鞋后满心欢喜地夸张女士眼光好，会买东西。“妈，我这有个不用的包，你别嫌旧，看看你能用吗，不能用你就送给别人。”张女士看婆婆高兴，就赶紧拿出旧包让婆婆看。“这是真皮的吧，还挺好的，我出去溜达玩儿拎着正好。”看到婆婆并没有不

高兴的样子，张女士才庆幸没有把包扔掉。

当张女士的丈夫告诉母亲：张女士怕她嫌旧，不好意思送给她后，张女士的婆婆了解情况后表示并不嫌弃，而且还告诉张女士：自己虽然喜欢新的东西，但是旧的东西也从来不舍得轻易扔掉，自己用不到的东西总会有人能用的到。“以后家里再有不穿的衣服、鞋、包，别乱扔，都送我这儿来，合适的我留着，我不合适的再送给别人，你们年轻人的东西都不孬，扔了太可惜了。”张女士的婆婆说。

(记者 杨舒)

婆婆要炖乌龟汤 儿媳反对难开口

家住市中区周庄社区的李女士半个月前喜得贵子，婆婆特地从老家赶来伺候月子。前几天老人去市场买了一只乌龟要给她炖汤喝。李女士很是惊讶，她认为乌龟有某种吉祥的寓意，建议放生。可婆婆坚持要养，想等乌龟长大了再炖汤喝。

自从李女士生了宝宝，婆婆每天都要在吃上费心思，为的就是好好给儿媳妇补身子。李女士很理解婆婆的辛苦，但是又实在说服不了婆婆。李女士说：“我在网上查了查，杀乌龟有很多禁忌，很多人不建议杀乌龟，产妇也不适合吃，而且它还是一种吉祥物。婆婆可能是把乌龟和甲鱼搞混了。”李女士把在网上查到的信息告诉了婆婆，还建议她将乌龟放生，没想到婆婆却很固执，她说：“那我就养着嘛，等乌龟长大了还能给我孙子吃。”听到老人语气中带着不高兴，李女士就没再多说什么，只好顺着婆婆的意愿先养着。

李女士无法说服自己喝乌龟汤，也无法说服婆婆放生乌龟，她感到很纠结。李女士同样理解婆婆的心情，她的好意被儿媳妇拒绝，一定也不高兴。于是李女士让丈夫给婆婆买了礼物，并劝说老人。

丈夫不但给婆婆买了礼物，还带来了医生的建议，“乌龟和甲鱼属于同一类，营养相似，主要是补阴，两个均含有高蛋白、胶原蛋白。进补的话适合阴虚症状的人，比如心烦急躁、盗汗、五心发热、头晕耳鸣等阴虚症状患者，不适合产后气血不足、怕冷，或是肠胃不好容易腹泻的人群。”听了丈夫的话，婆婆终于同意把乌龟放生了。

(记者 张琛)



血压低 常头晕 没有劲

节食减肥伤了身体

“六月不减肥，七月徒伤悲。”为了长裙、为了美腿，减肥成了许多年轻女士的口头禅。不少年轻漂亮的女士总觉得自己不够瘦，拼命节食减肥，殊不知，过度节食，营养摄入不足反而容易生病。

家住荣华里社区的张女士的女儿就因节食减肥出了毛病。张女士说她的女儿通过节食减肥，短时间内瘦了20多斤，原本这是该高兴的事儿，可瘦下来之后，女儿的血压却不正常了。经诊断，张女士的女儿因为节食过度得了厌食症，出现了血压偏低。这可把张女士急坏了，赶忙咨询医生。

“这一切都因为营养不良引起，女儿看周围的女生都在减肥，也开始跟着用节食的方式减肥。原来是正常体重122斤，现在不到100斤。一开始是凭着意志力控制进食，后来，我发现她节食变成了厌食后，导致了血压偏低。经常头晕，浑身无力。”张女士对女儿减肥一事非常不赞成。

“医院的大夫告诉我说，到了夏天，由于天气炎热，本身出汗多，身体消耗大，更容易导致血容量不足，致使血压偏低。所以不要在这时候减肥。”张女士说。记者咨询了某医院的一名消化科医生，该医生说：“现在有不少女性盲目追求苗条，常采用节食的方法减肥，殊不知长期营养不足，还会使脑垂体功能衰退，不能分泌足够的促性腺激素，导致卵巢等生殖器官萎缩、功能减退等等。有些长时间过分节食的女性即使恢复饮食，体重上升后，身体机能还得恢复一段时间。脂肪对于少女来说，具有更为重要的作用，它不仅能保持恒定体温，贮存身体需要的能量，有助于生长发育，还能增加皮肤的弹性，保持女性特有的曲线美，这些都少不了脂肪的无私参与。”

张女士听说此事后，坚决反对女儿减肥，女儿对此也深深体会到了身体是革命的本钱，表示不再刻意减肥，并决定加强营养和运动，增强体质，保证身体的脂肪水平。

(记者 王萍)