



长乐社义工群体的新年祝贺

# 金蛇辞旧岁，骏马踏春来

## ——华美长乐社2026年新春联欢会温情绽放

春风送暖，瑞气盈堂。1月21日，尽管室外寒气袭人，长乐社内却暖意融融，洋溢着喜庆祥和的节日氛围，伴随着“金蛇辞旧岁，骏马踏春来”的美好祝愿，长乐社老年朋友们与嘉宾齐聚一堂，在欢歌笑语中迎来了温馨而热烈的2026年迎新春联欢会。

活动在主持人李文明与陈艺虹亲切而富有诗意的开场词中拉开帷幕。华美老年协会张修发会长首先致新春贺词，为大家送上真挚祝福；随后，华美长乐社李淑英社长带领义工团队向全体来宾送上新春祝福，向老年朋友们一年来的支持与陪伴致以诚挚的谢意。同时，她也特别向辛勤付出的义工们表达由衷的敬意与感激——正是他们默默无闻的奉献与温暖细致的服务，才让每一次活动顺利圆满，让社区处处洋溢关怀与温情。活动中心经理 Kimberly Bryant 女士也发表了热情洋溢的讲话，表达了对老年朋友们的关怀与祝福，并表示将持续支持社区活动发展，陪伴大家在温暖、健康与欢乐中共享美好时光。Kimberly 女士多年来始终关心与支持长乐社的发展，以温暖细致的关怀陪伴着每一位来到活动中的朋友。她真诚亲切、体贴周到，深受长者们喜爱，早已成为大家心中值得信赖、倍感温暖的朋友。讲话中现场掌声不断，暖意融融。

联欢活动整场演出内容丰富、形式多样，充分展现了老年朋友们积极向上、健康乐活的精神风貌，参与演出的团队众多，涵盖了华美老年协会的所有社团，充分展现了社团的凝聚力。开场由长乐社排舞班呈现，梁淑芬老师指导的排舞《新月满西楼恰恰》舞步轻盈流畅，演员们身着红色上衣，头戴彩色发卡，仿佛点缀着春日的喜悦与光彩。华尔兹的优雅与恰恰的欢快的脚步巧妙交织，身体在旋律中律动，每一个动作都透露出银发族者的自信与活力，将岁月的沉稳与青春的热情同时呈现。随后，华美小乐队奏响了《金蛇狂舞》和《格桑拉》，多种乐器齐鸣，二胡、手风琴、小提琴、扬琴、吉他与鼓声交织出丰富的旋律。或热烈奔放，仿佛金蛇腾跃，舞动春日的喜庆；或悠扬温润，如格桑花开，散发淡淡的柔情。每一个音符都跳动着生命的律动，每一段旋律都流淌着浓浓的春意和喜悦。

青松社元极舞班带来的康福舞《春满人间》，是由华府元极学社资深老师悉心指导。舞台上，学员们动作柔和舒展，步伐轻盈而有力，太极的圆润、武术的稳健与舞蹈的灵动巧妙融合，每一个转身、每一次伸展都充满韵律美感。悦

耳动听的音乐伴随节奏流淌，既展现了舞蹈的艺术魅力，也兼具健身强身之效，成为本次活动的一大亮点。元极舞作为青松社2026年新开设的课程，以其独特的艺术魅力与疏通经络、调节脏腑的健康功效，吸引着越来越多的朋友加入，也诚挚欢迎更多朋友加入，在舞蹈与音乐的熏陶中，收获身心的喜悦与安宁。

赵蔚文老师是长乐社民族舞蹈班的资深教师，多年来倾心教学，以扎实的功底与丰富的经验引领学员们在舞蹈中不断成长。她教学严谨而温暖，既注重动作规范，又鼓励学员表达情感，让大家在舞步中收获自信与快乐，深受学员们的敬重与喜爱。本场演出赵蔚文老师指导的长乐社民族舞班带来的是民族舞-折扇《丛中笑》。表演中，演员手持彩扇，扇起舞动，扇影流转间展现出民族舞蹈独有的韵律与风采。而金色庄园民族舞班表演了舞蹈《黄河水从我家门前过》，这支舞蹈是由孙闻燕与罗平老师共同指导。舞者们以刚柔相济的步伐和舒展有力的舞姿，描绘出黄河奔腾的壮阔与家乡浓浓的乡情，震撼着观众的心，引发阵阵热烈掌声。

特别值得一提的是张修发会长以往常用葫芦丝为大家带来悠扬的旋律与浓浓的乡情，这次他改用电吹管演奏了《花又落》。细腻的旋律依旧动人，不同的乐器赋予了全新的韵味，让观众在音乐流淌中感受到别样的情怀与温暖。而随后蔡玲琴老师的悉心指导的台式三步吉鲁巴舞《玫瑰玫瑰我爱你》如一阵温柔的春风，轻轻拂过观众的心田。这支舞蹈节奏明朗、舞步简洁，洋溢着浪漫与柔美，如同拉丁舞系的三步舞般流畅自然。伴随着轻快的旋律，舞者们以优雅的步伐，将经典歌曲的温情与甜美娓娓呈现，让观众沉浸在舞蹈与音乐交织的美好意境中。由夕阳红合唱团石建新、彭宁、毛兼青和袁鹏带来的四重唱《大海啊，故乡》以深情醇厚的歌声缓缓展开。四位歌者声部交织、和声悠扬，如

潮水般层层推进，低吟处温柔细腻，高昂时深情澎湃，仿佛海风拂面，浪花轻拍心岸，将对故乡的思念与对大海的眷恋娓娓道来，熟悉的旋律唤起观众心底最柔软的记忆。

王主立老师师从名家，行拳走剑皆规范严谨，到目前为止已经潜心研习与教授太极拳剑二十余载。他步履从容而功力深厚，教学认真、耐心细致。学员们在王主立老师的带领下逐渐掌握拳理与招式，身体舒展、气息流畅，既锻炼了体魄，又陶冶了心境。本次，他带领大家呈现的是42式太极拳，以杨式大架为根基，兼收孙、吴、武、陈诸派之长，招式丰富，韵味深远，刚柔并济、内外合一，尽显太极拳剑的雄厚底蕴与优雅风姿。舞台上，在王老师的带领下，大家动作轻盈而稳健，刚柔相济，仿佛每一招每一式都在讲述太极的力量与韵律，为观众呈现了一场既典雅又充满动感的精彩表演。

孙闻燕老师指导的金梅社民族舞班带来的古典舞《我等你在美丽的松山湖》讲述在松山湖边等待爱情，相遇相知的故事。表演者用流畅的舞姿和细腻的表情，演绎了恋人从“等待”到“相守”的浪漫过程。让观众仿佛走进了松山湖畔那幅动人的爱情画卷。

由李淑英、宋丽莎老师指导的健身舞班带来了《中华经络操》和《十巧手健康操》。轻松活泼的节奏里，老师们带领学员们用舞蹈诠释“健康是最美的风景，舞动是最好的养生”。每一个动作都像在与观众交流：动一动，通经络；舞一舞，添活力。节目一开始，台上学员们整齐舒展的动作感染了台下的观众，大家情不自禁地伸展手臂，轻轻挥动，随着节拍轻轻跟随，甚至有的朋友走上台与学员一同舞动，氛围温暖而热烈，健康与欢乐在台上台下交织成一幅生动的画面。

由张薇老师指导的夕阳红民族舞班表演了古典舞《书简》，舞蹈以优美的肢体语言和柔美的舞姿，将思念与情感化作舞动的画面，让我们在古典舞的韵律中感受文字

背后的柔情与意境。由陈艺虹、袁鹏带来的男女声二重唱《故乡的目光》，情真意切、温暖动人；由王晔老师指导的长乐社形体舞班的带来的形体舞《弯弯的月亮》，旋律优美、充满诗意。舞者以轻柔的动作把月亮、小桥、小船的画面慢慢展开，舞出了月光般的温婉，将江南水乡的诗意画面缓缓铺展在舞台之上。压轴节目是吕宜兰老师指导的健身舞《梅花赋》。演员们身着红衣黑裙登上舞台，步伐轻盈、笑容灿烂，在舒展流畅的健身舞中舞出健康与活力，也舞出了对生活的热爱与对美好岁月的珍惜。现场洋溢着温暖而昂扬的生命气息，也为整场演出画上了气势昂扬的句号。

### 现场花絮

活动中还穿插了一次妙趣横生的互动环节。主持人先以猜谜语的方式揭晓奖品，一位朋友机智猜中“麻团”，引来阵阵欢笑与掌声；随后，又邀请大家说出与马年有关、带“马”字的祝福语，吉祥话语，现场观众的回答此起彼伏，喜气洋洋。接着，又围绕节目内容展开谜语竞猜互动，观众热情参与、积极抢答，气氛温馨而热烈，为整场活动增添了更多欢乐与温度。

义工们提前来到现场，用双手与笑容精心布置每一个角落：悬挂装饰、摆放桌椅、整理物资，井然有序却不辞辛劳。他们把热情与细致融入点滴之中，让会场在温暖与期待中悄然焕发生机。

午餐时分，长乐社精心准备的餐点摆上桌，香气氤氲，暖意流淌。大家吃得开心、吃得满足，笑容在彼此眼中轻轻盛开。人群中，义工们的身影悄然穿梭：发午餐，分水果，包麻球、清理场地，忙个不停，由于到场人数众多，工作格外繁重。正是这份默默的付出，让会场充满笑声与暖意，也让这场相聚多了一份令人动容的温柔与感激。

金色庄园李大千社长一直关心并大力支持舞蹈队的发展，此次更是亲临现场，为自己社团的队员们加油鼓劲，并与出演《黄河水从我家门前过》的舞者合影留念。这

份真诚的支持与鼓励，温暖人心，也让舞者们倍感振奋与珍惜。

中心经理不仅以行动支持我们的活动，更以满腔热忱融入其中。观看演出时，她俯身跪地，只为捕捉最动人的瞬间，将欢笑与感动一同珍藏。看到这一幕，心中不由生出暖意——真诚与投入在空气中悄然流淌，整个现场也随之柔软了起来。

摄影师韦正静静守候在镜头之后，用专注与耐心捕捉舞台上每一次绽放的光彩。每一次活动，他的镜头从不缺席，将笑容、舞步与感动细细珍藏；他的身影常隐没在人群之外，却始终与舞台同频呼吸。演出结束后，他还要细心整理、精心剪辑，让每个节目得以完整呈现。工作量之大，可想而知，但他从未有丝毫怨言。正因有他的用心守望，那些转瞬即逝的精彩得以长久留存，成为大家心中可反复回望的美好记忆。这份默默而恒久的付出，成就了舞台之外一道温暖而动人的风景。

音响工作由梁明、邱鸿芳两位老师全程负责。他们以细致与高度责任感守护每一个音符，让音乐清晰流畅，衔接自然顺畅，为整场演出保驾护航。台前精彩纷呈，幕后却是他们的默默付出，正是他们的用心与坚守，让舞台之声更加动人。

摄影师朱伟民用镜头定格了无数动人瞬间，一张张照片里凝聚着他的专注与耐心。他穿梭在舞台与人群之间，捕捉笑容、感动与精彩瞬间，让短暂的美好化作长久的记忆。正是这些细腻而温暖的影像，为活动留下了最珍贵、最动人的注脚。

感谢本次演出策划赵蔚文和催场王晔的辛勤付出。她们以高度的责任心，细致安排、从容协调，为活动的圆满成功奠定了坚实基础。正是这份默默付出，保障了节目衔接有序、现场运转顺畅，使得整场演出节奏井然。

欢歌笑语中，新春联欢会圆满落幕。每一个节目，都是老年朋友们热情与心血的凝聚；每一次掌声，都是彼此间最真挚的祝福。大家由衷感谢所有演员的精彩呈现，感谢义工与工作人员的默默付出，也感谢每一位到场相聚的朋友，让这个新春联欢温暖而难忘。新的一年，长乐社将继续以欢笑为伴、以健康为本、以友谊为桥，携手同行，共享长乐、共迎美好。愿大家马年如意、马到成功，身体安康，阖家幸福！

(华美长乐社供稿，照片提供：华美长乐社)

