

康乐老年俱乐部欢迎您

## 点点鼠标更方便 美团团购开通啦



上美团网即可报名参加俱乐部,还有礼品送哦! 详见02版

# 加入俱乐部 参与康乐老年文化节

### 重阳节临近,一大批免费的、好玩的、实用的活动等着您……

截至今日,《康乐老年》已出刊9期了。《康乐老年》与康乐老年俱乐部获得了广泛关注,受到了中老年朋友的喜欢和青睐。目前,康乐老年俱乐部会员人数已达4000余人,且报名人数仍在不断递增。  
家住江东区的於水益是俱

乐部会员里的“90后”。於老先生今年90岁了,是最早加入康乐老年俱乐部的会员之一。他说,每期《康乐老年》他都会仔细看,特别是养生类的版面。  
“我最喜欢看《康乐老年》的第三版,是有关社区的,很贴近我们的生活,还有养生版,

一些小贴士是很实用的。”於先生还告诉记者,上次的健康讲座因为临时有事没有参加,他感到很遗憾,希望俱乐部能有更多更好的活动,可以让中老年人参加。  
为方便中老年朋友,尤其是县市区的读者,我们还特别开通

了网络报名渠道。从本周一开始,只要您登录美团网,搜索“康乐老年俱乐部”即可报名参加,还能获得价值20元左右的礼品。  
随着重阳节的临近,首届康乐老年文化节即将启幕,届时中老年朋友们将有机会参加更多更潮的活动,与康乐老年俱乐部一

起感受别样重阳。今天,我们先向大家介绍其中的3场活动。  
另外,要告诉大家的是,我们开通了俱乐部咨询QQ群,群号是274295074,欢迎大家加入!  
记者 苏钧天  
实习生 徐丽文

## 【活动一:9月16日~18日】 到东钱湖看梦幻水上灯会

名额:100个 报名电话:87682666

要说今年中秋宁波最热的景区在哪?非位于东钱湖畔的水上灯会莫属!9月6日起,首届东钱湖梦幻水上灯会璀璨亮相,短短中秋节3天,就吸引了5万市民前去赏灯夜游。据了解,此次灯会将一直持续到11月30日,每张票价为60元(70周岁以上老人可在亲友陪同下免费入场)。

本次灯会由来自四川自贡的“天下第一灯”团队倾力打造,100多位彩灯艺术家花了整整2个月,共制作了百余组花灯和20余条能动的会叫的大恐龙。

“宁波已经有好多年没有大型灯会了,这样才像过节嘛!”市民曹先生带着家人一起去看灯会,还带上了5岁的小孙女。曹先生说,对孙女来说,除了被灯会上“光头强”、“喜羊羊”这些卡通人物吸引之外,大恐龙们也深得小家伙的青睐,“她还爬上去体验了一把龙骑士的威武,高兴坏了!”

中秋节已经过了,但还没去赏灯的朋友也不要着急,为能更好地让市民朋友尤其是我们的老年朋友享受灯会民俗文化,体



东钱湖水上灯会。竺仕宝 摄

验夜游东钱湖的非凡魅力,从今天起,东钱湖梦幻水上灯会主办方——宁波东钱湖和达水上乐园有限公司特意拿出100个名额,给康乐老年俱乐部会员,邀请大家夜游赏灯。只要您是俱乐部会员(仅限70周岁以下会员报名,每人仅限2张门票),拨打87682666,报上您的会员号即可报名。名额有限,额满为止。

水上灯会地址:东钱湖旅游度假区环湖南路333号(郭家峙村);

参观时间:9月16日~18日(每天下午4:30起);  
建议公交前往:①906、960、603、620、620-2、660路等“钱湖水上乐园”站下;②629、654、966路等郭家峙车站下,步行500米可到达;③汽车东站往象山、咸祥的中巴车可到达。

## 【活动三:9月30日】 听画家何业琦讲艺术人生

名额:35个 报名电话:87682666

何业琦1979年毕业于浙江美术学院(现为中国美术学院)中国画系专业,现为中国美术家协会会员、浙江省中国画人物研究会理事、宁波市美术家协会主席、宁波画院副院长,师承方增先、李震坚、周沧米、吴山明先生等。

1990年作品《夜啸图》入选第五届全国年画展获铜奖,1995年作品《东方春来》(合作)入选第八届全国美展获金奖,2000年作品《双虎图》入选第九届全国美展获铜奖,2005年水墨画作品入选第十届全国美展。何业琦多次参加国内外艺术

交流活动,曾受邀在日本神户、美国波士顿以及中国上海、太原、台湾等地举办个人画展。

9月30日上午9点,何业琦绘画艺术讲座将在鼓楼沿督学行署(府桥街66号)举行,康乐老年俱乐部特别争取了35个名额,给喜欢书画艺术的朋友。有兴趣的康乐老年俱乐部会员可拨打电话87682666报名。

此次报名参加讲座的会员,将成为康乐老年俱乐部首批“老年书画社”的社员,记得报名时报会员号哦。

## 【活动二:9月20日】 听健康讲座,看仙草如何长成

名额:50个 报名电话:87682421、87682453

你知道铁皮石斛是怎么种出来的吗?为什么叫它仙草呢?康乐老年俱乐部邀请您参观易中禾仙草园,让您了解有关铁皮石斛的成长过程、品种鉴别和功效。免费专车接送,免费中餐。50个名额,先报先得。活动包括健康讲座和实地参观。

讲座主题①:健康心理、快乐一生(主讲人:宁波心理卫生协会原秘书长陈水珍老师)

讲座主题②:我聊健康(主讲人:张惠春老师)

讲座主题③:铁皮石斛的成长过程、品种鉴别和功效(主讲人:易中禾阮红刚副总经理)  
讲座结束后,参观易中禾仙草园。参观后品尝中午简餐,体验铁皮石斛、金线莲入膳。

活动时间:9月20日上午7:30~下午1点;

活动地点:易中禾仙草园(宁波东钱湖大道791号);

报名电话:87682421、87682453(报名时请提供会员证编号);

专车接送地址:宁波日报社门口(灵桥路768号);  
发车时间:9月20日7:45;

公交线路:公交906路(大站区间)至易中禾香颂湾站即到。

我是龙平我为普提旅游代言

宁波普提旅游有限公司

佛之旅

真空保温杯 500ML

99元全包价含早中餐

闲九、双重阳,邀上亲朋好友一起出游:登高踏秋,饮菊赏茶,品尝重阳糕,上一次是在182年前的1832,下一次要等到95年后的2109年,真是百年一遇,今生不再有。

·报名(买一)即送(送一): 500ML真空保温杯一个

·国庆长假名额有限先报先得

3天全包价 799.00

每周有团

东林大佛

凡在9月30日前的参加由本社组织的江西九江东林大佛三日游,免费送佛光祖庭宜兴大觉寺一日游。

隔壁邻居互相讲一讲!

佛光山

全包吃住一价268.00

客服部: 27958848、27858950 · 镇明路488号文华大厦6楼A室  
钟公庙部(菜场正大门): 88227868 · 轻纺城部: 88264208