

市一中离退休教师协会旅游活动剪影

一、参观刘国钧职教中心



常州刘国钧高等职业技术学校是一所以中等职业教育为基础、高等职业教育为龙头，为社会培养输送高素质技能型人才，为高一级院校培养输送合格新生的全日制公办高等职业技术学校，也是国家级重点职业学校、全国教育系统先进集体、江苏省模范学校、江苏省文明单位。学校的建设和发展得到了华夏基金会、刘国钧教育纪念基金会以及海内外各界人士的支持和帮助。

新校区座落在常州市戚墅堰区经济开发区，占地面积 340 余亩，规划建筑面积 18 万平方米，一期建筑面积 13 万平方米。新校区规划充分体现“现代职教、生态校园、人文情怀”的设计理念，主要建筑有图书馆，基础教学楼，综合服务楼，机电工程、汽车工程、信息工程、动画艺术、财经管理等教学工厂，体育馆、师生公寓、餐饮中心等，还建有产学研研发及推广基地、校企合作俱乐部广场、“财富梦”创业一条街等。

一中的老同志在刘高职党委书记王巍平的陪同下，听了学校发展的介绍，看了学校的校貌，参观了目前全国最大的刘国钧个人陈列馆，其中有一份珍贵的资料让大家留下深深的记忆，那是刘国钧先生在上世纪三十年代，将一块土地赠送正衡的单据。（林耀中）

——摘自一中校园网《我校举行离退休教师敬老节庆祝慰问活动》

二、离退休老师雨中游无锡古镇





4月21日，谷雨后的春雨细微而浓密，学校离退休老师搭乘两辆大巴沐浴着清香的春雨赴无锡游览。

驱车一个半小时后，首先来到无锡最东端的荡口古镇。荡口，因位于鹅湖和南青荡而得名，是无锡唯一的省级历史文化名镇。义盛河两岸，保留着成片的古建筑群，有北仓河老街、华氏始祖的老义庄、楠木厅、华蘅芳故居、三公祠，珍贵历史遗迹有思泉亭、步弓刻石、植福祠戏楼等。

这里气候宜人，物产丰富，自古盛产稻米、桑麻、银鱼、菱芡等农副产品，葡萄、水蜜桃、鲢鳙鱼等成为无锡市名牌产品，“甘露青鱼”更是声名鹊起，成为江苏省名牌产品。

20世纪80年代以来，荡口工业化、城市化快速推进，全镇工业企业达500多家，涉及彩印、轻工、机械、服装等多个行业，彩印业尤为发达，被誉为“彩印之乡”。

荡口文化植根于古吴文化，又有自己的特色，在吴文化中颇具代表性。经过上百代人薪火相传，吴文化在荡口发扬光大，形成了尚德、创业、崇教、亲水、民俗五大特色文化。

荡口古镇名人荟萃，这里有中国清末数学家、翻译家和教育家华蘅芳（1833—1902年）；中国著名美术活动家、漫画家华君武（1915—2010）；中国近代力学之父，中国科学院资深院士，世界著名的科学家、教育家，杰出的社会活动家、中国民主同盟的卓越领导人，中国共产党的亲密朋友钱伟长（1912.10.9—2010.7.30）；中国现代历史学家，国学大师钱穆（1895年7月30日—1990年8月30日）；曾担任天津音乐团团团长、天津人民艺术剧院副院长、天津歌舞剧院院长、中国音协常务理事、天津市音协主席、天津市文联副主席等职务、著名作曲家、《歌唱祖国》的作者王莘（1918年10月—2007年10月15日）；现代著名文物收藏家，爱国实业家；常州大成纱厂厂长，上海安达纺织股份有限公司代理经理、副总经理，上海棉纺织工业公司基原室副主任华笃安（1900—1970）；还

有现任中共中央委员，十一届全国人大常委会副委员长、党组成员，中国红十字会会长，中共中央国家机关工委书记，国家行政学院院长华建敏（1940年1月—）。

荡口古镇是典型的江南水乡，家家枕水而居，户户开门见水，与水结缘，以水为本，亲水是其一大文化特色，今天浓密的春雨又给我们增添了亲水的情趣。

中午，在古镇东南的农家饭店品尝了地道的农家菜肴。随后乘车前往位于蠡湖西南岸石塘桥堍的长广溪湿地公园。长广溪国家湿地公园，是连接蠡湖和太湖的生态廊道，总长十公里，占地约二百六十公顷，其中水面约八十公顷。西依军嶂山，东邻大学城，北连蠡湖，南靠太湖，依山傍湖，地理位置和自然环境十分优越，是全国十个国家城市湿地公园之一。长广溪原为江南的自然小河，相传公元245年，孙权派典农校尉陈勋屯兵3万开挖疏浚长广溪，使之成为贯穿大浮、雪浪、东泽、南泉4个乡的河流。长广溪及周边地区有许多古桥、古井、古村落等，更有历代名人为长广溪留下的大量赞颂诗词和民间故事。湿地公园是一座集生态、休闲、科普、人文为一体的国家级生态湿地公园。该公园充分利用生态净水系统改善水质，溪边湖畔浅水植物挺立，湿地内草木葱绿，自然生态环境优美。湿地公园内石塘廊桥，是东蠡湖的标志性景观之一，是无锡最长、反映蠡湖历史文化、最具江南特色的廊桥。

由于公园面积宽广，加上阴雨天气，我们仅仅只游览了西南角上五分之一，园内东面还有湿地科普馆、湿地教育展示中心、雕塑园、露天舞台、儿童乐园等配套设施，使游人在生态湿地休闲自娱中，得到文化的熏陶和便利的服务。

学校党委副书记、办公室常主任全程陪同大家，保驾护航一路顺畅；医务室胡医生和图书馆沈馆长也一并跟随大家做好服务工作。今天是雨中漫步，不紧不慢，吮吸着清新而湿润的空气，别有一番情趣。（林耀中）

我校退休教师杨仲元——

参加常州老年自行车健身队的骑行生活回望

(2014年)

今年上半年，我在队长王志达带领下，组织了一系列骑游活动。后王队长由于身体原因，我队确定了临时负责人，继续开展“健康快乐、安全骑游”活动，把全队的骑游活动引上健康发展的轨道，使2014年成为团结和谐的一年，健康快乐的一年，充满活力的一年。活动总结如下：

今年共组织骑游活动四十二次，其中三月份5次，分别是雪埕桥南山寺、嘉泽花木市场、无锡锡惠公园、西太湖湿地公园、阳山和洛阳庙会等一日游；四月份5次，分别是吕墅庙会、西太湖花博园、焦溪庙会、芙蓉三圣寺四次一日游和一次扬中二日游；五月份6次，分别是：西太湖车展、芙蓉电动自行车厂、宜兴龙背山、丹阳蒋墅、泰兴曲霞镇印达村和江阴等一日游；六月份7次，包括焦溪老街、杨桥、西太湖湿地公园、夏溪花林市场、礼加双桥、荷园、魏村新华村等一日游；七、八两月休息。九月份3次，包括：西林公园桂花节、西太湖车展两次一日游和一次钱塘观潮五日游；十月份4次，包括：横山桥和导墅两次一日游和无锡荡口古镇、如皋长春乡两次两日游；十一月份6次，包括：石庄、雅浦村、泰村探索农庄、金坛慰安所旧址和夏溪花木市场一日游；十二月份5次，包括：得园、万绥九龙寺东岳庙、西太湖灯展、焦溪老街、花博园灯展一日游。

我们还组织了8次旅游活动，其中，1月份一次溧阳二日游，参观了天目湖太公山、新四军江南指挥部；3月份组织兴化一日游一次；五月份组织赴韩国七日游一次；九月份组织宿迁两日游一次；十一月份组织两次旅游活动：吕四购海鲜一日游一次和北京五日游一次；十二月份组织旅游活动两次，分别是吕四购

海鲜一日游一次和太平湖齐云山两日游一次。

此外，11月份我队还组织队员参加仁爱医院公益活动一次。

除以上活动外，部分队员还自发组织了各种骑游活动，包括三清山十五日游和南京四日游等。

在今年多次外出活动中，队员们相互关爱蔚然成风，在骑行活动中，不论谁的车子坏了，都有人及时帮助修理，保障了骑车安全，也得到了队友们的一致好评和赞扬。

安全是骑游活动的生命线，我队十分重视安全工作，多次利用队员活动日进行安全教育，重申安全制度，提出安全警示，从思想和行动上坚决杜绝安全问题上的麻痹大意，保证了骑友们快乐骑游、健康骑游、安全骑游。

一年来，我队队员的装备水平也不断提高，大多数队友都购买或改装了电动自行车，这就为进行较长途的骑游创造了条件。有利于通过骑游锻炼提高体质，锤炼意志，促进健康意识和健康素质的提高。

骑游是老年人户外活动锻炼身体的重要组成部分，通过骑游许多老年人发展了兴趣，找到了快乐，每个人心胸开阔，精神愉快，既陶冶了情操，又享受到辛苦后的快乐。

最后，希望队友们注意两点：

一是要注意安全，特别是要遵守交通规则，不闯红灯。

二是要有团队意识，发扬团队精神。骑游途中要相互关心，提前离队要打个招呼。

在新的一年里，让我们共同坚持科学健身，坚持团结、协作的团队精神，并祝大家新年快乐、合家幸福。

(杨仲元 / 文)

游走美国 (林耀中)

2013年4月5日，随旅游团赴美国旅行，从夏威夷到西海岸，再到东海岸，前后走了十四天。一路所见、所闻、所思稍作记录，回国后匆匆整理成文，以作游览留念，也作多年从事地理教育的一个回味。



01 夏威夷 - 珍珠港



02 夏威夷 - 檀香山依兰尼皇宫前



03 圣地亚哥 - 军港中途号航母前



04 圣地亚哥 - 墨西哥风情小镇



05 洛杉矶 - 中国戏院前



06 洛杉矶 - 影城红地毯



07 拉斯维加斯 - 百乐酒店巧克力人像前



08 科罗拉多大峡谷 - 谷底科罗拉多河边



09 科罗拉多大峡谷 - 印第安“华莱派”驻地



10 旧金山 - 海湾



11 旧金山 - 万国博览会旧址



12 华盛顿 - 白宫前



13 华盛顿 - 林肯纪念堂前



14 费城 - 独立宫前



15 费城 - 自由钟馆



16 纽约 - 联合国大厦前



17 纽约 - 联合国旗帜下



18 纽约 - 哈德逊河上自由女神前

游走苏俄

(林耀中)

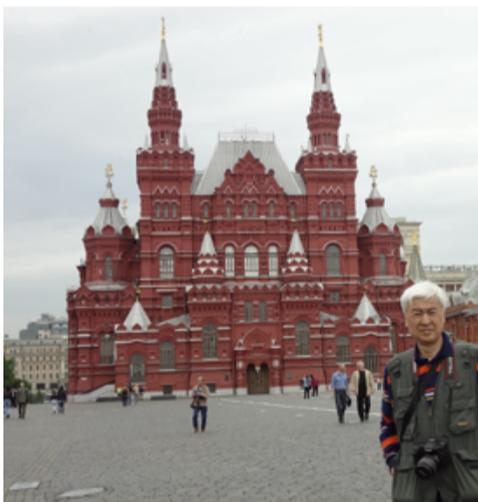
2014年5月16日至22日，随旅行团赴俄罗斯西部旅行，前后七天，仅仅游走了莫斯科和圣彼得堡（列宁格勒）。一路上总感有那么熟悉，因为在上世纪五十年代里有这么一句话：今天的苏联，就是明天的中国；然而，又有着明显的不同，因为今天的中国已经不是50多前的中国了。



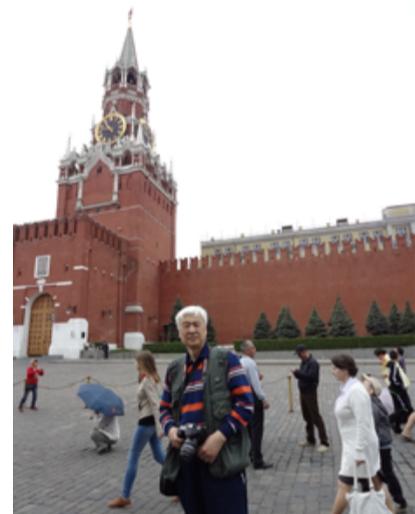
1 莫斯科 - 列宁墓前



2 莫斯科 - 无名烈士墓前



3 莫斯科 - 国家历史博物馆前



4 莫斯科 - 克里姆林宫外钟楼前



5 莫斯科 - 克里姆林宫里沙皇炮前



6 莫斯科 - 圣瓦西里大教堂前



7 莫斯科 - 古姆商店里



8 莫斯科 - 莫斯科大学前



9 莫斯科 - 卫国战争纪念馆



10 莫斯科 - 普希金广场



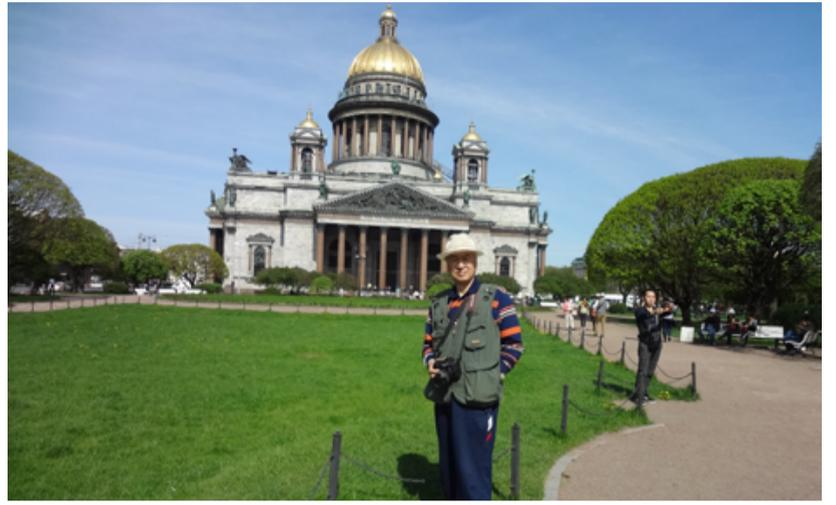
11 莫斯科 - 凯旋门



12 圣彼得堡 - 冬宫广场



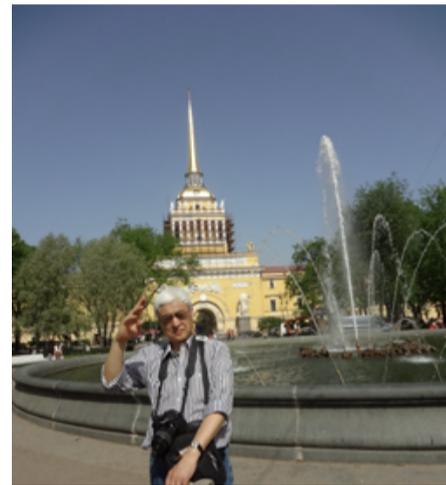
13 圣彼得堡 - 冬宫博物馆内



14 圣彼得堡 - 伊萨基辅大教堂



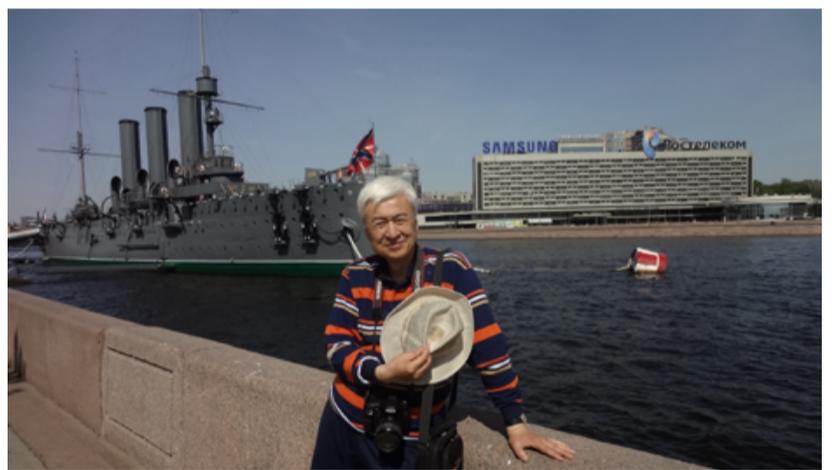
15 圣彼得堡 - 彼得夏宫



16 圣彼得堡 - 海军部前



17 圣彼得堡 - 涅瓦河畔



18 圣彼得堡 - 阿芙乐尔号巡洋舰



19 圣彼得堡 - 叶卡捷琳娜宫里



20 圣彼得堡 - 咖啡馆
(普希金决斗前最后喝咖啡的地方)

编辑后记：我校离退休教师生活忙碌而充实，并参加了各种旅游活动。世界很大，走出去便是一片天。这里也借退休教师林耀中的一双慧眼，见识两个国度的人文风光。林老师提供了近 40 幅的照片。因为精彩，所以不避繁丰，几乎“照单全收”并编辑成册。天地有大美，祝离退休老师生活丰富、羊年健康愉快！