中秋
花 好 月 圆

今年中秋，阳光三个中心以各有特色的活动迎接佳节。耆老们登台表演、制作灯笼、参与游戏，也与朋友一起听歌、欣赏舞蹈。熟悉的旋律、热情的掌声和相聚的笑容，让这个中秋过得热闹而温暖。

一部：歌声寄团圆，欢笑满阳光

为了这一天，阳光一部参加演出的耆老们提前认真排练。9月25日，大家换上演出服，精神饱满地登上中秋舞台。台下的朋友们也热情相伴，随着音乐打起节拍，不时送上掌声和欢呼。

中秋佳节 | Mid-autumn Festival

联欢会以两首大合唱开场。指导老师带领合唱团演唱《弯弯的月亮》，钢琴伴奏由一位耆老担任。悠扬的歌声伴着琴声，传递出中秋时节对故乡的思念。接着，合唱团唱起由耆老们创新填词的《阳光为我送月饼》，把中心在中秋节为大家送月饼的事写进歌里。唱的是身边熟悉的生活，听起来也格外亲切。

歌声过后，京剧班与民乐队一同登台，带来《锁麟囊》选段《春秋亭外风雨暴》和《大唐贵妃》选段《梨花颂》。演员开腔，乐队现场伴奏，唱腔与乐声相互呼应，让台下的戏曲爱好者听得投入。

随后，《24式太极拳》的表演者以舒缓连贯的动作展示平日所学。古典舞《花好月圆》则让舞台换上了明丽的色彩。身着粉黄相间演出服的耆老手持绘有花朵的团扇，随着音乐舒展舞姿、变换队形，扇面与服装相映成趣，透出节日的喜气。

中

秋

节

接下来的歌声与朗诵，将中秋的思念和祝福带回舞台。男声小合唱带来《但愿人长

久》《天边的月亮》，朗诵《海上生明月，天涯共此时》以诗句寄托中秋情怀。女声小合唱随后唱起《月满西楼》《愉快的旅行》，熟悉的旋律与轻快的歌声，让台下的朋友们听得投入，也不时跟着打起节拍。

活动部员工也登台带来古典舞《春江花月夜》。看到平日陪伴自己参加活动的员工走上舞台，耆老们阵阵欢呼，纷纷举起手机记录表演。欢呼声过后，葫芦丝班齐奏《月光下的凤尾竹》，柔和的乐声又让大家静下心来欣赏。

童谣联唱《童年回望》则把观众带回儿时。这个长约十分钟的节目有台词、有剧情，也有一首接一首的童谣：耆老们先以表演带出情景，唱起熟悉的歌，再用一小段剧情引出下一首。大家既唱又演，相互配合，把几首童谣串成了一出有声有色的小剧。

联欢会后半段，舞台上再次响起熟悉的京剧唱腔。《白毛女》选段《紧皱的眉头得舒展》，让台下的戏曲爱好者听得投入，也为演出添上了另一番韵味。

中 秋

Mid-Autumn

随后，古筝班带来齐奏《茉莉花》《彩云追月》。清亮的琴声在会场响起，两首熟悉的曲子，一首清新婉转，一首悠扬柔和，让大家在音乐中感受节日的情意。二胡班接着齐奏《游牧时光》，弓弦之间流淌出悠长的旋律。耆老们把平日练习的曲目带上舞台，也把这份演奏的快乐分享给台下的朋友。

最后，民乐合奏《秋月纵歌情》压轴登场。二胡、竹笛、扬琴、古筝等多种乐器在指挥的带领下共同奏响，弦声与笛声交织，彼此呼应。饱满而富有气势的乐声将现场气氛推向高潮，也为整场演出画上了圆满的句号。

二部：不同的歌舞，共同的欢乐

中秋佳节 | Mid-autumn Festival

阳光中心二部的中秋文艺汇演，在上午9时30分以器乐合奏《彩云追月》开场。二胡老师与钢琴老师携手活动部员工和耆老们共同演奏，二胡、扬琴、古筝与钢琴声交织，大家在熟悉的旋律中迎来了这场节日相聚。

随后的独唱、小合唱与二胡独奏，让会场里歌声与乐声不断。有的歌曲寄托着对亲人的思念，有的唱出了对生活的热爱。台上的耆老投入表演，台下的朋友认真欣赏，不时送上掌声与喝彩。

不同文化背景的耆老，也把各具特色的歌舞带上了舞台。藏族舞蹈动作舒展，传递着对未来的美好祝愿；越南传统舞蹈轻柔优美，与越南语大合唱相互映衬，展现出亲切的乡情与文化韵味。不同的语言和旋律，在这场中秋相聚中都有了自己的位置，也让大家欣赏到朋友们各自熟悉、喜

爱的艺术。

东北秧歌登场时，现场又多了几分欢快。手绢随着节奏飞舞，耆老们以热情的表演传递着节日的喜悦，台下的掌声与喝彩声接连响起。从轻柔的舞姿到欢快的秧歌，舞台上的变化让整场汇演丰富而热闹。

压轴的合唱环节，耆老们精神饱满，接连唱起多首歌曲。大家以真挚的歌声表达心情，台下的朋友也用掌声回应，让这场汇演在热情与欢笑中结束。

中

秋

节

三部：亲手做灯笼，开心庆中秋

中秋佳节 | Mid-autumn Festival

阳光中心三部的中秋活动，从9月22日的灯笼手工开始。耆老们一起用纸制作灯笼，亲手参与节日的准备。中秋的乐趣，从这份手工活动里慢慢展开，也让大家在庆祝活动之前，就有了一段共同迎接节日的时光。

9月25日，三部迎来了中秋庆祝活动。当天的“超级宾果”让耆老们玩得十分开心，游戏中还有精美的奖品，为大家添了一份期待。与朋友一起参与游戏，享受其中的乐趣，现场充满了欢笑。

传统中文歌曲的旋律响起，为活动添上了节日的气氛。大家欣赏着音乐，也加入舞蹈，随着节奏活动身体。音乐让朋友们聚在一起，舞步与笑容又让这份欢乐变得更加生动。

三部的庆祝活动，既有动手制作的乐趣，也有游戏中的期待，还有随着音乐起舞的轻松时刻。大家以不同的方式参与其中，在一起做手工、玩游戏、听音乐的过程中，分享着节日的快乐。

活动结束时，中心为耆老们送上月饼，把这份传统的中秋滋味与大家分享。从亲手制作的纸灯笼，到一起参与的宾果和舞蹈，再到一份月饼，活动中的点滴让大家感受到中秋的亲切，也留下了与朋友相伴的快乐回忆。

中

秋

节

相聚在阳光，留下温暖回忆

三个中心的庆祝方式各有不同，却都有朋友

相伴的快乐。身在海外，大家在歌声、游戏和相聚中感受中秋的亲切，也与不同文化背景的朋友分享节日的喜悦。

感谢每一位耆老的热情参与，也感谢老师、员工和志愿者们的用心准备。那些认真表演的身影、彼此回应的掌声，以及与朋友一起度过的开心时刻，让这个中秋成为一段温暖而难忘的回忆。

ZHONG QIU

欢迎长按关注我们

感兴趣的耆老和家属请联系

301-250-3555

孙女士（注册护士）

用心做养老，用爱护健康