

社区报 | 如意·乐活

打太极拳、舞太极剑、打腰鼓、扭秧歌、唱京剧、跑驴……如今,无论是清晨伴随着东方升起的太阳,还是夜间华美的霓虹灯下,在市区大大小小的广场、公园,人们总能看到一支支特色鲜明、规模不一的团队在活动,他们不仅自己越玩越乐、越玩越出彩,花样也是越玩越多,而且给广大市民带去了欢乐,为我们这座城市增添了无限活力。

随着人们生活条件的不断改善和物质生活水平的提高,人们开始越来越关注精神生活的需求,各色社区文艺队应运而生。



人带动年轻人也参加进来。

家住天时路社区的王阿姨几个月前看到艺术队的表演,被她们这些同龄人的表现所感动,于是也加入其中。“原来的我很古板、单调,现在别人都说我像打了鸡血一样,精神面貌完全不一样了。”王阿姨说自己现在浑身是劲,别人说她“阳光、有朝气”。

“老年文艺队的成功和社区重视文化建设是分不开的,现在几乎每逢节假日社区都会组织文艺队进行训练。她们闯出了名气,也是绿城百合的骄傲。”白磊说。

据王敏介绍,她们的队员对舞蹈都很上心,努力去练得最好。而且,她们利用有限的资源做了很值的事,有很多道具都是她们自己做的,比如花伞、折扇等,服装也是在网上买的,既经济又实惠。

每日清晨,在天时路社区的

老人们积极参与“老有所乐”

“治安好起来,居民才能安居;工作忙起来,才能乐业;构建和谐社区,则一定要有文化建设,让居民能开心生活,也能丰富老年人的生活。”天时路社区主任白磊说,为了把社区的文化搞起来,他们特地聘请了教练,提升社区居民的文化生活水平。同时,通过老年

辖区内都可以看到一群中老年人,她们全都在练习韵律武术:抒怀长穗剑。她们的美姿、美舞、美身、美剑,非常吸引人们的眼球。

提起王敏,天时路社区的居民都知道,她可是大家公认的才艺达人,腰鼓、抒怀剑、舞蹈样样精通,正是因为这些她当上了社区文艺队的领队。

领队可不是白当的,自从当上领队后她便开始研究,怎么让大家更多的参与到这个队伍中来。后来,她在网上无意中注意到了抒怀剑。

“我认为她特别适合中老年人健身,初练的时候有些苦,但她能把你的生活练甜,把你的身体练壮,练美,即使我们年纪老了,举手投足一样可以很美的。”正是对这个舞蹈的着迷,也为了能让社区文艺团的队员们得到一个更好的锻炼,王敏5次前往上海拜访名家学习这套舞蹈。

“抒怀剑是一套以舞蹈形式为主的剑术,它的剑法素材取之于中国传统名剑,它的音乐采用了人们熟悉的《一剪梅》主题歌,旋律优美,剑法亦美。”说起这个舞蹈就把王敏的话匣子打开了。

啥是抒怀剑?据王敏介绍,抒怀剑给晨练增添了绚丽的艺术色彩,让人在健身中得到了美的享受,“一剪梅”是抒怀剑的代表作,剑舞结合文化底蕴深厚,艺术含量丰富,是健身娱乐的优选套路。

另外,她还说:“太极拳和太极剑是一种多功能的运动,我特别喜欢舞蹈与武术结合的套路,还有木兰拳、木兰剑……”

“最美夕阳红”——社区老年文艺队



馨悦苑社区太极队

馨悦苑社区有一支太极队,63岁的李爱华是队长。退休至今,李爱华一直是社区里热心人,为社区里的街坊邻里做了很多好事,成了大家眼中的“老黄牛”。

去年,馨悦苑社区准备组建业余文艺队,社区多方打探,了解到李爱华既热心社区公益事业又有文艺专长,就决定选她当社区文艺队队长。李爱华每天都勤勤恳恳、踏踏实实地组织腰鼓队、舞蹈队排练。她带领文艺队全体队员积极参加社区开展的各项活动。他们精彩的演出赢得了社区居民的赞赏。

社区文艺队
带给居民快乐
让大家相识更相亲

这支文艺队虽然规模不大,但琐事繁多。聘请老师、配备服装道具等各种杂事都要她来操办。“奉献自己,收获快乐。”李爱华告诉记者。在她的带领下,社区老阿姨们打腰鼓后,自感神清气爽,健康状况有了很大改善,这使得这支全是老人的腰鼓队充满了朝气。

社区文艺队不仅给社区居民提供了娱乐,而且把居民之间的感情越拉越近,在文艺队内,随着队员之间越来越熟悉,黎明或黄昏,大家相约唱歌、跳舞、锻炼身体;平时哪位队友生病住院了,大家都一起去探望;居民楼里,谁家有困难,大家共同帮助解决……“社区文艺队不仅给居民带来了快乐,使大家相识更相亲,还给社区带来了文明之风,使社区更加和谐。”馨悦苑社区主任王建忠说。

60岁俏阿姨领衔众阿姨

“春天的黄昏请你陪我到,梦中的水乡。让挥动的手,在薄雾中飘荡。不要惊醒杨柳岸,那些缠绵的往事,化作一缕轻烟……”伴着清脆的歌声,广场上一群婀娜的女子在翩翩起舞。如此的场面,谁能想到她们却是一群老年人。这些老年人是绿城百合社区的老年文化艺术团的队员,她们的平均年龄达到60岁。

“我2009年开始负责社区的舞蹈队组建,心气特别足,就是想把它搞起来,也可以让这些老姐妹能有点事儿做。”说起当初组建老年人舞蹈队的事儿,杨元俊满脸兴奋,现在舞蹈队不只是她的工作,更成了她追求的事业。

杨元俊今年60岁,从小就对舞蹈热钟的她,退休后不忍放弃,于是就当起了绿城百合社区艺术队的领队。

几年来,绿城百合社区里的几个小区内,陆续都有了自己的老年女子艺术队。艺术队经常会有模特队、太极等健身项目;小区的老年人基础比较好,于是她们的秧歌、功夫扇、民族舞蹈都能叫得响,如今每早晨都能看到老年人舞蹈队的身影。

“元旦、五一、圣诞等,只要有节日,我们会组织演出,我会亲自编排节目,除了我们文艺队的节目外,也有小区居民主动参演的独唱、乐器演奏等。”杨元俊说,小区内文艺队都是由几个小区的“精英”组成,经常编排出好的节目到外面演出。

