



赴一場與藝術相約的沙龍,觀看一個賞心悅目的展覽,欣賞一段婀娜多姿的舞蹈,品味一支曲調悠揚的旋律,學習一項夢寐以求的才藝……遍布城乡的各级文化馆是弘扬社会主义核心价值观的主阵地,是服务广大群众的重要公共文化机构,更是中老年居民开展文艺活动、丰富精神生活的“乐园”。接地气、受欢迎,文化馆用什么实现与老年朋友的精神共鸣?又有什么样的老人喜欢去文化馆?

走,到文化馆里找乐子

越来越多老年人喜欢退休后去文化馆“打卡”学习 免费开放服务为百姓生活“提鲜”



文化馆舞蹈团演出受欢迎。



老年人在文化馆参与排练。

退休20年乐于到文化馆“舞”力全开

“每周两次来学形体、舞蹈,有时还经常来听听老朋友的京剧、合唱排练,或者周末来看看书画展。”今年67岁的市民孙学军是市北区文化馆不折不扣的“粉丝”,从47岁退休,整整20年间来文化馆“打卡”学习,是她最开心的事。如今市北区文化馆人气十足,有舞蹈团、歌唱团、戏剧社、京剧队、民乐团、歌剧院等10支队伍,近500人参加团队活动。

踏叶寻秋,闻声识曲。近日记者来到市北区文化馆,刚刚走上楼梯,就听到一首轻快的舞曲从楼上传了下来,伴随着飘动的音符,记者加快了脚步,来到了文化馆的舞蹈房中。在这里,30余位统一服装的舞者伴随着曼妙的音乐,踏着轻快的舞步,伸展着腰肢,沉浸其中。原来,这些统一服装的舞者就是成立于2010年的市北区文化馆弘文舞蹈团队员们,孙学军是这支队伍的队长。舞步轻盈、身段婀娜,伴随着舞曲的节奏,展现出舞者的风采;活跃在舞台上,沉浸在舞蹈中,队员们虽平均年龄已达55岁,却如同青年般青春靓丽。

“我从年轻时就喜欢跳舞,以前没有时间也没有机会,20年前刚退休时,听朋友说起文化馆里教舞教得特别好,就怀着向往之情加入了其中,没想到这一坚持就是20年。”孙学军告诉记者,因为常年跳舞,她和队员们不仅看起来比同龄人年轻几岁,更显得气质优雅,心态积极向上。“文化馆就是我们的美育学校,让我们这群退休了的姐妹一点都不觉得自己老,反而越跳越年轻、越聚越开心!”孙学军开心地说道。

弘文舞蹈团的指导老师介绍,“居民们对舞蹈的需求特别大,为了帮助社区和居民提高舞蹈水平,2010年就在原先舞蹈团的基础上成立了现在的弘文舞蹈

团。”随着水平越来越高,队员们能力也日益增强,舞蹈团的“门槛”也提了起来,在选拔队员纳新时增添了面试考核等环节,吸引了大批优秀的舞蹈爱好者“加盟”,大家身处其中,其乐融融,不仅保证了专业性和高水准,更成为队员们倍加珍惜的荣誉。

搭建高水准专业平台 实现老有所爱

常言道,台上一分钟,台下十年功。对于非专业出身的弘文舞蹈团队员们来说,想要出彩,就要付出超出常人的努力。“文化馆的舞蹈老师都是专业的,水平非常高,我们跟着优秀老师学习特别满足,所以更要努力。”孙学军说道,每周来排练的时间是上午9点,但队员们都不约而同8点半就会到齐,复习上节课的内容、做好这节课的准备工作,在日常的训练中,队员们还有录视频的好习惯,把老师的标准舞姿动作录下来,回家后继续仔细研究,弥补不足。

“课堂上认真练习,课后也可以在家中点开视频研究,录制好自己的形体动作和舞蹈视频发到群里‘交作业’,姐妹们学习氛围浓厚、相互带动,我们学得格外起劲。”孙学军说。正是日复一日年复一年的积累和苦练,虽然队员们年龄都是五六十岁,但大多数队员都可以很轻松地做到很多年轻人都望尘莫及的“一字马”。

“2020年我退休后,通过考试进入了弘文舞蹈团,当时20多人报名,最后只录取了5个,可见竞争还挺激烈呢。”57岁的蔡方楠笑称自己还是个“新人”,因为退休前在老年大学学过一段时间舞蹈,所以得以通过招考顺利进入梦寐以求的文化馆舞蹈团,团队的高水准更不断激励她,“我刚加入队伍时,因为基础弱,基本功和舞蹈水平距离老队员们还有差距,所以更要下功夫刻苦练

习。现在每周除了来文化馆上两次课,我还在老年大学报了古典舞和形体两门课程,为的也是提升自己的舞蹈水平,不给团队丢脸。”蔡方楠的进步大家有目共睹,曾经的舞蹈“小白”如今已完美蜕变,成为一个成就感满满的舞者。

“幸运的是刚加入团队不久,就在2021年建党一百周年之际,跟随弘文舞蹈团参加了多次省、市、区举办的各种演出及比赛,还记得2021年国庆节前,我们在一个多月时间里演出达20多场。”蔡方楠兴奋地回忆。2022年在山东省文化和旅游厅主办的“舞出中国红一城一舞”广场舞征集活动中,舞蹈《那年花开》被选中作为青岛市代表参加山东省广场舞展演荣获优秀展演奖;每年舞蹈团还有很多公益性比赛和演出活动,有专场汇报演出,建团以来累计演出上百场。“我们特别骄傲,现在舞蹈团已经成为区、市里演出的主力军,更实现了我们老有所学、老有所爱、老有所为的愿望。”孙学军说道。

免费开放服务 为百姓幸福生活“提鲜”

城市公共文化空间,决定着—座城市的文化品质、文明程度和幸福指数。市北区文化馆常年开展免费开放服务,拥有弘文艺术展厅、非遗展厅、多功能厅、可容纳450人的市北剧场,另有合唱、舞蹈、器乐、书画、文学等专业教室,既承担群众文化艺术节等大型文化活动,也打造了弘文艺术展厅书画展览、非遗展厅等免费开放的平台,有“午间60分·文化初体验”“HOT音乐微演艺”“遇见大师”公开课、百姓艺术课堂等多个品牌活动。

“老年人就要自己找乐子,旅游、运动、文艺活动,都是我们现在生活离不开的部分,来文化馆排练,不光是发挥余热,感受生活的乐趣,也能交到很多朋友。”“退休后,有段时间变得很不自律,也没有时间观念、不爱打扮、不想社交

了,正是来文化馆学习、演出,才让我一下子找到了存在的价值,原来我来排练合唱,不只是愉悦身心和打发时间,还能为社会做一些有意义的事。”采访中,不少喜欢来文化馆活动的退休市民袒露心声。吸引大家来文化馆开展文艺活动的,除了场馆有较好的硬件设施,还有“软实力”。

“退休后再次加入到集体中,我们队伍有很强的凝聚力和集体荣誉感,不管是参加公益活动还是大型比赛,队员们都坚持克服家里的各种情况,提前到场,从不迟到。”在孙学军印象里,每次上场前,队员们伸出手来一起同声高喊“加油”的齐心协力,最让她感动。而她作为队长,也经常自制一些别出心裁的小道具来“装扮”队友,比如别具特色的头饰,使队伍更瞩目。“在日常的训练中,大家也会互相请教,老队员乐于分享自己的经验,新队员对不懂的地方就虚心接受指导;有队员受伤或者身体不舒服,从文化馆的老师到队员姐妹们,大家都会主动关心问候,尽自己的一份力。”蔡方楠也感受到满满的关爱和凝聚力,直言“加入就对了,很值!”

公益性、开放性、现代性、便利性是公共文化空间的追求。文化馆免费开放,为中老年人丰富精神生活提供了一个很好的空间,退休群体通过参与文艺活动,与活动中的他人相互作用,相互沟通,进而结为同伴,何来空虚寂寞?正像弘文舞蹈团的队员们所言,不仅希望继续学习更多的优秀作品,走上更大的舞台,也希望越来越多的舞蹈爱好者加入到这个大家庭:老年人快乐了,文化馆繁荣了。

观海新闻/青島早報記者 楊健 市北區文化館供圖



本報有聲新聞 掃碼傾聽