她叫苏维埃

用舞蹈让乡村老人乐活起来

苏维埃（前一）指导乡村舞蹈队的队员们在排练。 受访者供图

慈城浮碧社区的苏维埃今年62岁，曾经是一名幼儿园老师。退休后，她挑起老年舞蹈队的指导教学任务，利用艺术特长，先后带起了三支老年舞蹈队，获得了多项荣誉和广泛好评。她有个心愿，就是让乡村老人都“乐活”起来。

“舞蹈就是我的生命！”

“我没有什么其他爱好，舞蹈就是我的生命。”苏维埃老师说。

“老年舞蹈队可不容易带呢，为了一个大家认可的动作，常常夜不能寐。”快人快语的苏老师坦言，去年底她为慈城勤丰村策划导演的“第九届村晚活动”获得了好评，但这背后付出的努力却是不容易的。

苏老师说，老年舞蹈队员年龄都在50岁至70岁不等，大多没有舞蹈基础，领悟能力也有强弱。为了一个动作到位，自己就像对待小朋友一样，把舞蹈动作逐个分解，再配合口令让队员领悟，一个动作教上几十遍都是常事。遇到没有信心学下去的队员，她总是不厌其烦教到掌握为止。

用舞蹈传递精气神

在勤丰村舞蹈队队员周孟菊眼里，苏老师是一个活力无限的人。这几年，有了苏老师的指导，舞蹈队多次获奖，受到如潮好评。

在去年的老年大学开学典礼和江北区终身学习周启动仪式等活动中，苏老师编排的舞蹈《火红的爱情》，受到大批老年朋友的追捧，以至前来报名舞蹈课的名额供不应求。

然而，舞蹈不是一朝一夕就能学好的，更何况老年队员的水平参差不齐，教学工作困难重重。凭着自己的幼教经验，苏老师摸索总结了一套教学方法：队员有较好的舞蹈功底的，主要纠正形体训练细节上的不足；藏族舞、傣族舞等不同的舞蹈，手位上往往千差万别，她重点对队员的舞蹈手位、脚位进行纠正。正是这种稳扎稳打的教学方法，让队员们把呈现形体美，与表现内心充满自信的美很好地结合在一起。

苏老师将这种精神传染给了每位学员，她从自身做起，总是营造愉快的课堂氛围，带动大家进入饱满的学习状态中。

“我想用舞蹈传递精气神，让‘拾村文化’影响村民的文化生活。”说起“拾村文化”，苏老师的解释有两层意思：一是代表捡起乡村文化培训工作，二是让村民们的精神文化生活丰富起来，倡导文明、向上的和谐生活理念。

“我是踏在人家的肩膀上成长学习的”

“我是踏在人家的肩膀上成长学习的。”面对好评，苏老师谦虚地表示，自己是幼师出身，并没有接受过正规的舞蹈训练。因此，编排舞蹈的同时，自己的学习也没有停止。

所谓“外行看热闹，内行看门道”。为了提高舞蹈技能，苏老师利用空余时间，通过网络自学舞蹈，研究舞蹈理论知识，还观看了大量的电视文艺节目，学习并研究其中的编排特色、舞台的走位等等，不断提升教学水平。

“我是个有着28年党龄的老党员了，能发挥余热是件幸福的事。”苏老师笑言，从以前的广场舞到现在的民族舞，自己很想通过这样的转变，丰富村民的精神生活，推动乡镇的精神文明建设进程。 记者 孔玲

“共享玩具公益集市”来到鄞州

本报讯（记者 殷欣欣 江涛 通讯员 朱娇娇 文/摄）9月18日，宁波文化卡、甬派客户端联合推出的“宁波银行”共享玩具公益集市第5站来到了鄞州下应街道东兴社区。作为宁波市第四届市民文化艺术节的组成部分，到目前为止，共享玩具公益集市已走过3个区县（市），据不完全统计，参加过的人数已超6000人次，更让数千件闲置玩具找到了新的主人。

“可算来我们社区啦！我在甬派上看到共享玩具的报道，但举办社区都离家比较远，交通不方便！”这是社区居民李涵带着女儿来到现场说的第一句话。

她说，5岁的女儿妞妞喜欢各种娃娃，这个习惯延续了两年，如今家中都成了芭比娃娃陈列馆。李涵很想处理家中的这些娃娃，但苦于没有“出路”，所以共享玩具公益集市当初一出现，她就开始关注。细心的她先给妞妞上了一堂分享课，“我告诉她，要把家中多余的娃娃分享给别人，然后再把赚来的钱捐给同龄的小朋友。”李涵说，妞妞是个很爽快的孩子，立刻答应了。

当晚最开心的要属7岁的乐乐，从公益集市出来，他左手抱着奥特曼模型，右手握着一把水枪，跟在身后的奶奶还拎着一大包玩具。奶奶告诉记者，他们一家从河南来宁波打工3年，日子过得紧巴巴，乐乐父母很少给孩子买玩具。“像我们这样的家庭真的很需要闲置玩具，这个活动真的好！”奶奶说。

没想到，安全科普还能这么玩

本报讯（记者 王思勤 通讯员 包娇娇 郑轶文 文/摄）前天中午，同济中学高一、高二的学生们来到高桥派出所居民安全防范体验馆，40多分钟的体验，让同学们收获满满，高一的王同学说：“没想到，安全科普还能这么有趣！”

在民警的示意下，一位男同学坐在一台特定的电脑前，输入了自己的QQ账号。这是一台演示钓鱼网站如何骗取个人信息的电脑，这位同学刚在里面输入密码登录QQ，与之相连的另一台电脑里就显示出了他刚输入的密码数字，登录微信也是同样。围观的同学们都觉得不可思议，纷纷表示，今后对钓鱼网站一定会提高警惕。

“以往都是邀请民警到学校里宣讲防范知识，形式单一，学习效果也不明显。在体验馆里，大家可以亲身体验、实际操作，印象自然更加深刻了！”同济中学的一位老师现场用液压钳切断了市面上卖的20块钱一把的电动车车锁，花了不到2分钟，他告诉民警，回去就给家里的电动车换一把防液压钳的锁具。

记者了解到，高桥派出所的这家居民安全防范体验馆是宁波首家安防体验馆，共设置了五大防范宣传主题区和一个消防逃生体验通道，通过场景模拟、互动体验、视频演示等形式，多方位、多角度展示防火、防盗、防骗、禁毒等知识，帮助市民了解生活中存在的各类不安全因素。