

这是一场在湖光山色中，文化与艺术交织的心灵之旅；

这是一段在悠长假期中，闲趣与乐活徜徉的美好时光。

2018年7月16日至22日，钱湖柏庭第二届生活艺术节即将拉开帷幕，7天时间，7场缤纷主题的艺术互动/展演，将为众多钱湖柏庭会员与崇尚快乐生活的长者带来多元化的艺术生活体验。

从竞技麻将的博弈雅趣，梨园京韵的切磋教学，巧手纸艺的DIY创意，到桥牌文化的解读分享，手机摄影的“独门秘笈”，妙笔丹青的鉴赏交流……本次生活艺术节将全力为长者们打造一场场更好看、更好玩，更接地气的知识性、娱乐性活动。

而在7月22日上午将举行的“柏庭·生活·家”发布会上，除了回顾柏庭会成立2年来的蓬勃发展历程，由柏庭会会员们自发组织的文艺汇演也将精彩亮相，不同形式但却充满欢乐的文艺展演，将尽情彰显“知老不服老”的时代“新青年”们才华横溢、自信满满的魅力新风尚。



钱湖柏庭实景图照片

## 乐活精彩，绽放风华

# 钱湖柏庭第二届生活艺术节缤纷启幕

## 在钱湖柏庭，每一天的生活都像是艺术节



第一届柏庭生活艺术节

### 1 柏庭会俱乐部 会聚同好挚交，汇聚生活艺术

“举办此次生活艺术节，初衷是希望在夏日中为钱湖柏庭的会员们打造一个日常生活中文化艺术与兴趣爱好的交流平台，同时也能够展现2年来柏庭会作为东钱湖倍具影响力的高端长者群体组织，在俱乐部建设上取得的阶段性成果”钱湖柏庭相关负责人表示。

如今随着“文化养老”理念的深入推进，如何让老人们的晚年在精神建设方面多姿多彩，丰富充实，如何让晚年生活科学合理，更具人文关怀，如何让身体健康的中老年人发挥自身的价值，已成为社会广泛关注的核心问题。

自柏庭会成立以来，始终致力于倡导健康、自由、爱好、社交的生活方式，组织成员全部朝精英化、国际化发展。柏庭会积极鼓励长者会员们以“共同兴趣”为纽带，建立俱乐部化的社群组织。在钱湖柏庭园区内，众多公共空间的规划为俱乐部配备了专用的场地，而在兴趣俱乐部里，每一位成员不但能不定期的和专业人士交流，更能够找到自我爱好的生活乐趣和志趣相投的朋友，或泛舟书海，或泼墨抒怀，或翩然起舞，或引吭高歌……丰富多彩的俱乐部生活，也成为睿智长者们展现自我，交流学习，陶冶情操、滋润心灵的园地。

“莫道桑榆晚，为霞尚满天。”

钱湖柏庭金卡会员陈国芬是忠实的太极柔力球运动爱好者，浸淫这项运动多年的她曾多次在柔力球赛场上斩获殊荣。在选择入驻钱湖柏庭之后，陈老师一直担心将来搬到新的环境生活，会没有像以往一样的柔力球运动场地和团队氛围。直到有一次，陈老师无心地在柏庭会微信群大家庭中问了一句，有没有人同样爱好柔力球这项运动，却出乎意料地收到了30多人的积极响应。于是不久后，这支钱湖柏庭的太极柔力球队就水到渠成成立了，陈国芬担纲起队长兼柏庭会运动俱乐部理事的职位。接下来，申请专用的场地，置办球拍器械，安排活动计划，在柏庭会的高效助力下，俱乐部的运转迅速迈入正轨。

6月9日，钱湖柏庭的首次柔力球课堂完美开课，家人们在阳光、友爱的氛围中，体验到这项别

具生趣的运动给予身心的满足感。而陈老师也对第一堂课的成功举办表示了欣喜，“太极柔力球是一项新兴的，具有民族特色的体育运动项目，可以使颈、肩、腰、腿得到均衡全面的发展，对训练中枢神经系统机能和发展多向思维具有良好的作用。希望更多有兴趣的人能够加入到柔力球队伍中，一起用柔力球舞出柏庭长者的积极向上的精神面貌。”

在柏庭会中，像陈国芬这样拥有一手“绝活”的行家决不在少数。据统计，目前柏庭会共成立了17个主题各异的兴趣俱乐部：记录生活，发现生活的摄影俱乐部汇聚了众多摄影发烧友，不管是高技术的单反或是朋友圈的“网红”摄影技巧，都有专业人士倾囊相授。戏迷票友组织的戏曲俱乐部，无论是国粹的京剧、在宁波最脍炙人口的越剧还是韵味丰富的黄梅戏，都可以在俱乐部里找到同好，相互交流，切磋技艺。此外，还有写意抒怀的书画俱乐部、跃动青春的舞蹈俱乐部、品读生活的读书俱乐部、匠心巧手的手工俱乐部、自然风雅的园艺俱乐部……每一个俱乐部几乎都以专业的行业精英人士为主导，以大众兴趣爱好为基础而自发建立，在“张扬个性，崇尚独立，享受快乐，愉悦精神”的宗旨下，各个俱乐部成立以来，活动越来越丰富，向心力越来越强，也受到钱湖柏庭越来越多会员们的好评与青睐。

“让会员们共同参与创造生活的乐趣，是我们柏庭会俱乐部运作模式的核心。”钱湖柏庭相关负责人表示，“通过搭建平台和硬件设施，鼓励我们的会员去自发参与、组织、运作，不仅能够让更多的长者重焕生活激情，这种开创性的活动方式也能够有效活跃中老年人的精神文化生活，提高我们会员人群的生活质量和幸福指数，展现属于他们的新自强，新风尚。”

### 2 悠享自由 创造社交型的“享老”社区

除了丰富多彩的俱乐部生活，钱湖柏庭还在配套上精益求精，以科学性、人文性、关怀性、特色性的视角，打造社交型的“享老”社区。

在钱湖柏庭的园区内，特别为所有长者开辟了的一方生态农庄，每户家庭都可以在农庄内拥有一块私人专属的花园菜地，无论是逸兴遄飞，亲手侍

几束芳瑶；或是醉心田园，感知四季交替的自然规律，与邻家的“园丁”交流心得，分享成果，无不都是对悠享自由生活的最佳诠释。

值得一提的是，生态农庄中还规划布局了果园和蔬菜基地，品种丰富的蔬菜、水果种植，能够在最大程度上保证园区日常蔬果供应的天然、健康、无污染。

当然，生态农庄还具备了更多的功能区域，户外体育健身设施、大型门球场、风情茶馆等设施的搭配组合，将生态农庄打造成园区内的一大“社交公园”，春华秋实、蛙鸣稻香间，满足日常户外健身、漫步、休闲等多元化需求。

“把物质文化生活与文化养老生活相结合，是我们始终致力于打造的优质‘享老’生活愿景。”钱湖柏庭相关负责人介绍说，“通过多元生活场景和社交场景的打造，将中老年人由‘被动’化为养老事业发展的主力军，积极发挥他们自身的光与热。”

此外，钱湖柏庭还配备了图书馆、咖啡馆、健身运动馆、天然温泉等多样化的设施，所有的室内空间都实现了地暖覆盖。在这些充满人情味的公共社交空间里，颐养生活的长者们能够很轻松地寻找到与自己志同道合的邻里友伴，一起闲谈、锻炼、休憩、娱乐，每天都能够找到轻松微笑的理由。

无论是迎着晨曦，约上邻里到自家花园中呼吸新鲜的空气，或是午后和朋友在乒乓球馆来一场小小的比赛，和爱人一起牵手在风光明媚的东钱湖滨漫步，又或是约几个同好，一同前往湖畔观景垂钓，陶冶情操……在钱湖柏庭，这一幅极赋艺术生活气息的画卷，已然缓缓铺开。

文/余涌

#### 【相关链接】

钱湖柏庭择址于东钱湖畔，福泉山麓，面向日常生活具有完全自理能力的长者，以品牌特有的“有套房、有块地、有温泉、有地暖、有服务”的“五有”专业服务呈现宁波长者。园区占地约130亩，总建筑面积约11万平方米，包括20栋多层健康公寓、16栋适老中式别墅，以及餐饮中心、社区医院、图书馆、休闲俱乐部、生态农庄等，各种设施一应俱全。园区内谷地辽阔，群山环绕，溪水潺潺，空气怡然，是长者颐养天年的世外桃源。



钱湖柏庭实景图照片