

# 中央花园社区“辣妈舞蹈队”： 跳出火辣辣时尚与健康

□本报记者 李霞/文 张鹏/图

每天早上或者晚上,在新华区西高皇街道中央花园社区居民活动室内,总能看到一群精心打扮的妇女,随着动感十足的音乐,跳着欢快时尚的舞蹈。她们激情四射、不断变幻的优美动作常常吸引众多居民驻足观看。这就是该社区大名鼎鼎的“辣妈舞蹈队”。

11月15日上午9点多,当记者赶到现场时,该舞蹈队队长连素娟正在带领10多名队员排练拉丁舞《妈妈恰恰》,虽然她们大多数是“妈妈”或者“奶奶”级的人物,可跳舞时的精神头儿一点儿也不比小姑娘逊色。

“她们虽然不是专业学舞蹈的,可跳得还不错,许多舞蹈动作都是她们自己编的。”正在一边观看的该社区居民张寒香告诉记者,她经常过来看,有时也跟着跳一曲。

练了一会儿后,连素娟早已浑身冒汗。说起这个“辣妈舞蹈队”,还真要归功于连素娟爱说爱笑、热心待人的性格。连素娟今年41岁,身材微胖,家住中央花园小区14号楼,在中央花园社区瑞兴物业上班的她从小就喜欢文艺表演,且时常为居民义务演出。时间一长,便将社区里一些爱好文艺的居民吸引了过来。2012年5月份,在社区的大力支持下,“辣妈舞蹈队”正式成立。由连素娟带头,义务教大家学习跳舞。

“我们就是一群快乐的疯子,大家一块跳舞,一块说笑,感觉特别开心。现在我一天不带着大家练,就觉得少点啥。”连素娟说。她教大家跳舞纯属业余爱好,舞蹈里面的各种动作大多是她先跟着电脑及光碟学会后,稍加改编再教给队员的。虽然平时总需要对电脑学习舞蹈,一学就是几个小时,一点也不轻松,可是一想到大家对她期待的眼神,连素娟便咬牙坚持了下来。如今,“辣妈舞蹈队”已经跳过《欢聚一堂》《中国美》《舞动中国》等近百支舞蹈。

今年52岁的介亚丽是有着两年多舞龄的老队员了。“我刚参加舞蹈队时,由于过去从没有跳过舞,动作很僵硬,如今,我的腿脚灵活多了,多年的颈椎病也好了。而且我还结识了许多朋友,感觉自己变年轻漂亮了。”

“过去我是个纯粹的家庭妇女,每天的生活就是带孩子、做饭、洗衣服,除了接送孩子,很少出家门。后来参加舞蹈队后,每天和姐妹们一起有说不完的话,生活也变得丰富多彩起来。”今年38岁的徐海霞在舞蹈队里年龄最小,她说,是“辣妈舞蹈队”让她重新走出家门,重拾了信心与快乐。

“加入舞蹈队的‘门槛’很低,不管你是什么身材、什么体型,有没有舞蹈基础,只要



辣妈们激情热舞

你喜欢跳舞,就可以免费参加。每天早上6点到8点及晚上8点到9点,舞蹈队都会在社区小广场或社区活动室内锻炼。”该社区居委会主任张东梅告诉记者,经过3年多的发

展,这支舞蹈队队员的数量已经由原来的10多人发展到如今的四五十人,每逢节假日,她们还经常参加市里及区里组织的各种演出或比赛,还时常拿奖。

## 七旬老人爱写顺口溜

□本报记者 牛超

在卫东区光华路街道光华社区,有一位名气响亮的“本土诗人”——74岁的阎自卿,居民们提起他就说“不得了”,他爱写顺口溜和日记,记录家长里短、小区和国家变化。翻看他的《顺口溜本》,就像打开了一本生动的生活画卷。

阎自卿家住光华社区平煤神马集团八矿东单家属院14号楼。11月11日,记者如约见到了他。阎自卿身穿一件蓝色上衣,瘦瘦的,不太爱说话,但一提到顺口溜,他就打开了话匣子。据阎自卿介绍,他是中专毕业,从小就喜爱写顺口溜,1997年退休后,在家闲着没事,写得更勤了。家长里短、左邻右舍、国家大事、耳闻眼见……都是他写作的素材。

在阎自卿家的书桌上,摆着厚厚一摞稿纸和本子,上面全是他写的顺口溜。记者翻看发现,每一篇都是以“顺口溜+日记”的形式写的。2008年8月18日《看奥运比赛有感》——小球可以大球难,赛场拼搏几十年;岁岁都有新教训,不行立马换教练;有时招聘外国师,配上翻译作指点;祖国辽阔人才广,多数女将超过男。2015年9月4日《看阅兵》——九月三日进北京,天安门前看阅兵;抗战胜利七十载,勿忘前辈老英雄;人民军队步伐整,国强民富灭虎蝇;全国上下奔小康,人民心里真高兴……记者注意到,每首顺口溜都标注有创作时间,而内容也多是家长里短和儿孙身边的事,有劝慰人的,也有养生的,还有小区、国家发生的重大事件。

“刚退休时,闲着没事老爱打牌。专注写顺口溜后,打牌的时间少多了。有时半夜睡下了,突然想到什么,我也会爬起来拿笔记下再睡……”阎自卿说,写顺口溜已成了他的习惯,把家里、小区、社会上发生的大事小事用几句话串起来,“感到很有意思。”

多年来,阎自卿一共写了千余首顺口溜。“近期我正在整理这些顺口溜,准备将它交给孩子们。”阎自卿说。

“这些顺口溜,是父亲留给我们的特殊财产,教会我们如何做人。”阎自卿的儿子说,父亲写顺口溜,兄妹几个都很支持,“孙子们也爱读,甚至还能背诵。”

## 耄耋老人伺候瘫儿五十余载 “只要他有人管,我日后才能放心”

□本报记者 牛超/文 禹舸/图

在市区湛南路兴州机械制造有限公司家属院,提起佟桂枝,没有人不竖起大拇指。“她太不容易了,儿子50多年来不会说、不会走,她为这个儿子耗尽了心力。”同院居民李书亚说。

### 儿子生下来就脑损伤

佟桂枝今年88岁,家住兴州机械制造有限公司家属院6号楼。11月10日,记者来到她家。虽已88岁高龄,但佟桂枝精神矍铄,“除了耳朵有些背,其他都行。”老人说。佟桂枝的儿子刘日正趴在桌上看电视。看到记者进来,刘日抬起头,咧着嘴笑了起来。

佟桂枝的老家在辽宁凤城满族自治县,1969年支援三线建设来到平顶山。佟桂枝有3个儿子,刘日是小儿,今年53岁。据佟桂枝说,刘日出生时,脑部有个“血包”,经医生诊断,得出结论是“脑损伤,治不好,将来不会说话走路”。

医生的话犹如晴天霹雳,让佟桂枝难受了很长一段时间。其间,不少亲戚朋友劝她,“扔了吧,他会拖累你一辈子”。劝的人多了,佟桂枝也有些动摇了。在刘日满月后,佟桂枝带着他到一人流量较大的地方,并写了一张纸条:“希望好心人捡到后能好好照顾他。”

“去的时候,他睡着,可我刚把他放下,他就醒了,哇哇大哭。”佟桂枝不忍心,就把刘日又抱了回去。这样的情况又发生过两次。“每次我要走了,他又哭了。”从此,佟桂枝再也不想将儿子扔了。“孩子来到世上不容易,不该再让他受这份罪。”

### “衣不解带”伺候儿

刘日不会说话,吃喝拉撒都需要有人在身边。儿子小的时候,佟桂枝一人还能照顾。随着儿子渐渐长大,佟桂枝的体力越来越不如以前,需要老伴儿和她一起照顾。由于担心晚上儿子起夜不方便,佟桂枝和老伴儿就睡在儿子身边。几年前,佟桂枝的老伴儿不在了,照顾儿子的任务又落在佟桂枝一人身

上。而这50多年来,佟桂枝都是和衣而睡,方便随时起来搀扶上厕所的儿子。

“大儿子在鲁山,只有节假日才能回来。”佟桂枝说,年纪越大,她照顾刘日越来越力不从心,“特别是晚上,我一个人根本拉不动他。”好在二儿子家在市区,佟桂枝晚上就让二儿子来帮忙照顾刘日,“洗澡、上厕所,都是老二帮忙照顾。”

在采访中,刘日一直坐在椅子上静静地听着,偶尔还低着头不好意思地笑笑。记者注意到,刘日的衣服虽然比较旧,但干净整洁。

“他啥都清楚,就是说不出来。”佟桂枝说,“头发长长了不舒服,他就不停地乱扭;衣服一星期要换一次,换得不勤他就不高兴,还会发脾气。”

### 担心日后谁能照顾儿子

因为担心刘日,退休后的佟桂枝很少出门。“现在,我每天早上推着他出去在河堤附近转一圈,让他透透气。”偶尔佟桂枝有事外出,就给刘日准备好吃的放在其手边,打开



佟桂枝和儿子在一起乐观地生活

电视调好台,将儿子安顿好后,她才匆匆忙忙去办自己的事。

在旁人看来,佟桂枝的生活有些艰难,可她自己觉得,眼前的生活虽说辛苦,但还能过得去。但佟桂枝最担心的还是刘日以后的生活。“我现在身体一天不如一天,万一有一天我走了,他的哥哥们也都是五六十岁的人了,不可能天天照顾他,到时候他怎么办?”提到此事,佟桂枝眼角含着泪:“只要他有人管,我日后才能放心。”