

“让我们一起优雅变老”

□文/图 本报记者 朱 红

有人喜欢散步,有人喜欢美食,有人喜欢运动。有这样一群老太太,她们迷上了民族舞,并且乐此不疲。用她们的话说就是:“我们要做时尚、前卫的老太太!”

5月5日上午,在市老干部活动中心的舞蹈室,一群老太太正认真地跟着老师学基本步骤,一招一式像模像样。记者了解到,这群学习跳舞的老太太最大的有70多岁,最小的也快60岁了,但她们看起来一点都不像老太太,显得很年轻。

“看我的手,要这样……对,要做成兰花指的样子。”老师为其中一位学员纠正着动作,这位学员领悟很快,按照老师的方法修正动作后,她的身段婀娜多姿起来。

趁着她们休息的空档,记者采访了几位老太太。

赵建敏今年61岁,爽朗的性格,让人很容易接近。“我学舞蹈有四五年了。”赵建敏说,“从家务劳动中解脱出来,天天学习跳舞,感觉神清气爽。同时,也交了很多志同道合的好朋友,我们处得跟亲姐妹一样,谁家有困难,大家就一起帮忙;谁有烦恼,大家就一起开导。现在我们正在练习的舞蹈是《风

箏误》,努力把这个舞蹈跳熟练了,待会连贯起来给你表演一下。”

“大姐,你有多大了?”记者问陈萍。“还大姐呢,我今年都57岁了。”陈萍留着中长烫发,很有气质。陈萍说,她的孙子上幼儿园了,她有了更多的闲暇时间,想让自己的生活丰富、充实些,就来这里学舞了。

晏秋菊今年60岁,看起来也非常年轻,根本不像60岁的人。晏秋菊说,她年轻时就喜欢民族舞,但由于工作忙,还要照顾家庭,没有时间学习跳舞。几年前她退休了,带了几年的孙子,现在孙子也上学了,有很多时间可以自己支配,便拾起了这个爱好,听说老干部活动中心有专门教跳舞的,就报名来学习。

“我已经学好几年了,一跳舞就很高兴,现在感觉自己精气神很足。我们跳舞是一种热爱。这么多年,跳舞已融入我的生命中,一天不跳总感觉少点什么。跳舞让我们身体变好了,心情也很好。”晏秋菊说。

“别看我们天天出来跳舞,其实我们在家也干家务活,出来之前先把食材准备好,有些食材可以做成半成品,跳完舞回到家就不会手忙脚乱了,一样准点开饭。”晏秋菊笑着说,“我们合理安排生活,家里人都很支持,身体好



了,全家和睦、开心,这是最幸福的事情了。”

记者看到,这群老太太精气神都特别好,脸上挂着灿烂的笑容。“我觉得做什么事情都不能有年龄的限制,思想转变很重要,女人任何一个季

节都是花,我们也要打扮自己,做个时尚、前卫的老太太,不封闭自己,紧跟时代潮流,不落伍……让我们一起优雅地变老吧。”晏秋菊边舞边跟记者聊天。这时,爽朗、开心的笑声在舞蹈室里弥漫……

在这里邂逅心中的她(他)

倾城热恋 为爱筑家

漯河市2017相亲文化节
暨首届婚房精品展

大幕将启

时间:2017年5月19日~5月21日

地点:市体育场广场

主办单位:

漯河市总工会

共青团漯河市委

漯河市妇女联合会

漯河市住房保障和房屋管理局

漯河日报社

报名咨询电话:155 3956 1722

报名地点:会展中心新闻大厦漯河日报社508室