

维也纳金色大厅上演“崇明时装秀”

——记王钰君和他的芦谣金色时装队

□ 记者 郭杨如熠

在崇明岛上,活跃着这样一支时装队——队伍由平均年龄五十岁以上的阿姨们组成,她们一个个风姿依旧,神采飞扬……每次亮相总能台下观众眼前一亮。

这支旗袍队来自芦谣艺术团,艺术团总监王钰君被老百姓称为“崇明张艺谋”。今年,他带领着这支队伍,走出崇明岛,登上了奥地利维也纳金色大厅,在“夕阳秀”2018走进维也纳金色大厅流金岁月辉煌十五载特别庆典暨第十七届国际中老年艺术节上,赢得了比赛唯一的金奖。王钰君因此获得上海市老年艺术教育名师,她们的队伍也因此收获了一个好听的名字:芦谣金色时装队。

史无前例夺金奖

比赛的视频资料中,伴随着缓慢轻柔的音乐声,几位模特身着色彩单一的老布旗袍,走在冬季乡间小路的昏暗路灯下;随后进入秋季,音乐和服装开始有了些许转变;到夏天时,短旗袍上阵,热烈奔放的情绪扑面而来;最后迎来春天,模特们穿上了现代旗袍,时髦靓丽,将演出推向了高潮。层次分明的情节和独具特色的中国风,感染了金发碧眼的外国观众,掌声响彻大厅。

据王钰君介绍,走秀的主题引用了崇明籍诗人袁刚写的诗歌《让春天从崇明岛出发》。从冬季到春天的四季轮回,寓意着崇明岛从落后迈向世界级生态岛的新篇章。尽管王钰君是“拿奖专业户”,但聊起这次特殊的表演经历,依然让他眼睛发亮。

演出结束,进入颁奖环节。“三等奖的名单没有我们,二等奖也没有……大家的心情越来越激动。最后,听到我们得了金奖,大家都喜极而泣。当我慢慢从后排走向前排,脑子里一片空白,各种心情交织在一起,像做了一场梦。”领奖代表吴晓红回忆。“第一首谢幕歌曲是雪绒花,唱完后观众迟迟不肯散去,于是原本只要求唱一遍的谢幕曲一连唱了三遍。”吴晓红的声音有些微微颤抖,那晚的场景已然深埋她的心底。

值得一提的是,这是芦谣金色时装队首次登上欧洲的大舞台,也是维也纳金色大厅上史无前例的时装走秀节目。从奥地利回来以后,亲友看到吴晓红都会由衷地赞叹:“听说你们去金色大厅演出了,真厉害,我也想报名参加你们时装队!”



▲芦谣金色时装队在维也纳金色大厅合影(资料图片)

临危不乱靠实力

比赛的门槛并不低:一要有作品,二要获过市级奖项。“从收到北京的夕阳秀老年基金会的邀请,到走上大舞台参赛,只有短短不到一个月时间。期间的突发状况,现在回想,都不得捏一把汗。”队长陆振英说。

从音乐到服装再到排练,王钰君带领团队紧锣密鼓开始筹备。当以为一切准备就绪时,却得知金色大厅内不能播放音乐带,只能现场钢琴伴奏,所以需要把谱子寄过去。当时离演出只有两三天时间。好在,有惊无险,谱子平安到达。

然而,更严峻的挑战在等着他们。王钰君皱着眉头说:“我们知道维也纳大舞台是高低台阶,和走秀的T台完全不同。但当大家到现场后,还是蒙圈了。一般的台阶高度也就25公分左右,维也纳金色大厅的台阶高度将近40公分,比想象中的更难驾驭。”

有几个队员面对全新的舞台环境,突然不会走台步了;有的一踏上舞台,腿开始发颤……咯噔,咯噔,每一步,仿佛都踩在了王钰君的心上。

王钰君说,他比谁都紧张,表面上却要比谁都淡定。他担心,队员们穿着8公分以上的高跟鞋,如果摔倒了怎么办?又考虑到没有音乐带,怕大家不适应现场的钢琴伴奏。于是,他告诉大家:哪怕发现音乐过了,没踩准

节奏,也要走稳,千万不要急,一急就容易摔跤。

“结果大家都特别争气,关键时刻表现得特别好。”王钰君的眉头舒展开了。

当然,也碰到过比赛名次不如人意的時候,王钰君便会这样开导大家:比赛是形式,并不是目的。可以不服气评比结果,但不要带情绪,平和地交流,也是水平的体现。

退休后的“金色时光”

王钰君从事群众文艺工作三十多年,积累了深厚的艺术功底和丰富的实践经验。他从文化馆退休后,发挥余热在老年大学教舞蹈。

期间,他带领自己的学生参加了上海的一个时装表演比赛。由于当时学生的身高悬殊较大,王钰君冥思苦想后灵光乍现:让学生穿上8-10公分的高跟鞋,头上再顶道具。正是这样的妙招,让他们在比赛中加分。

如今,旗袍队的队员已从20多名增加到40多名。除了以退休阿姨们为主的群体,还吸引了不少上班族报名参加。每周一晚上是训练日,每次练习起码两个小时以上。

大多数队员刚来的时候都是零基础,王钰君就会让他们把自己走台步的样子拍下来,在以后的练习中,不断进行比较和改进。几年下来,队员对于艺术的理解和品味都有了很大

提升。

有队员专门跑来对王钰君说,“原来我退休了在家只是每天打发时光,搓搓麻将,给孩子烧烧饭。跟您学习以后,懂得搭配衣服了,气质也和以前不一样了。生活变得更充实、更有质量了。”

还有一次,一个队员已经到了市区家门口,接到排练通知,和女儿打完招呼,就赶回崇明排练。

说起队员们的种种,王钰君脸上洋溢着笑容。

2012年,王钰君创办了“芦谣文化传播有限公司”,芦谣艺术团被区文广影视局连续几年评为一级团队。王钰君希望,这支队伍像芦苇一样,扎在长江水里,守卫这方土地,将美好的故事,像歌谣般一代代传下去。如今,芦谣文化传播有限公司已成立了6支团队:时装表演队、芦谣戏剧社、舞龙队、少儿舞蹈培训队、少儿主持表演班、少儿跆拳道班。

王钰君有时候为了排练节目,几晚都睡不好觉,但依然乐在其中。说起人生的意义,他说,人就像汽车,一直在开蛮好的,一段时间不开就不行了。从一个生动的人身上,你能看到春夏秋冬四季分明的情绪。这种情绪,同样感染着整支队伍,潜移默化地影响着周围的人。就如同,蜡烛的意义不在于蜡烛本身,而在于燃烧时发出的光亮。

崇明警方破获一起婚姻诈骗案——

女子花钱雇“父母”骗婚五年露马脚

□ 记者 沈俊 通讯员 许鹏

本报讯 近日,崇明警方接到报警称:居住在城桥镇的居民杨先生遭遇婚姻诈骗。

杨先生称张某是自己妻子,两人虽然还未领结婚证,但已办过婚礼。两人认识已有5年,但张某一直以各种理由迟迟不肯领结婚证。杨先生母亲无奈之下,想找张某父母商量。张某将杨先生母亲带至一处住宅,称自己的父母就住在这里。然而当所谓的张某父母开门见到杨某及其母亲等人时,一句话没讲,竟然夺路而逃。杨先生感到非常奇怪,于是询问了周边的居民,居民表示都不认识张某。杨先生和母亲意识到被骗,拦住张某,赶紧报了警。

原来,张某实际上姓倪,本地人,80后,在崇明经营一家理发店,已婚多年,且有一个十多岁的儿子,她的丈夫常年在外工作。

倪某因理发店生意不好,便想到了通过骗婚弄些钱花。2013年,倪某通过QQ和同是本地人的杨先生“结识”。为了达到诈骗目的,倪某化名张某,很快和杨先生确定了恋爱关系。后来,倪某和杨先生办理了订婚仪式、婚宴酒席,收取了杨先生10万元彩礼,另还收取了杨先生首饰及亲戚红包等。

杨先生多次提出登记结婚,都被她以各种理由拒绝。为了不让杨先生怀疑,5年多来,倪某在杨先生和其丈夫、儿子及其父母之间苦心周旋,并且还花钱雇了一对老夫老妻扮演自己的父母,甚至还从杨先生给她的彩礼中拿出5万元给杨先生零花,没想到天衣无缝的计划却因雇来的父母“临阵脱逃”让事情败露。

目前,倪某因涉嫌诈骗罪已被刑事拘留,该案正在进一步审理中。

【警方提示】

婚姻本是一件神圣的事情,却被很多想不劳而获的不法分子利用践踏。男女双方均为本地人,发生骗婚的闹剧看似不应该,但却给了人们很多警示。

婚姻诈骗,简称骗婚,是以婚姻为诱饵诈骗钱财,当事人往往是人财两空,实施诈骗的也难逃法网。警方提醒未婚的居民朋友,在建立婚姻关系的过程中,要弄清对方身份等相关情况,切莫求偶心切,急于“送”彩礼,一旦发现被骗,要及时报警。

百姓健康管理有了保障基金

(上接1版)包括脑卒中后遗症、颈椎病、腰椎间盘突出、软组织损伤、肩周炎、周围性面瘫等常见疾病。目前港西镇社区卫生服务中心已服务患者近1300人次。

此外,小儿心脏外科联盟、口腔专科联盟、中医专科联盟、消化肝病联盟、糖尿病转病联盟、中医儿科脑病联盟等在紧锣密鼓筹备中。

孙锬补充说,下一阶段,“紧密型”医联体将通过专病种探索摸清基准线,预留部分风险基金,支持新技术开展,做到总额分配有托底保障,同时给予激励分配,真正让医保基金使用效率得到提高,使70万崇明居民健康得到更好保障。



睡前吃东西会影响减肥吗?

们补充水分,还能使我们摄入充足的植物纤维,解决饥饿的问题。果蔬中富含丰富的果糖,可以帮助我们放松神经,调节睡眠状态。如果我们的睡眠状态更好,我们第二天将会燃烧更多的热量,摄入这一点热量也就无关紧要了。

2.牛奶。睡前喝杯牛奶可以帮助我们改善睡眠质量,还能使我们安神,尽快进入睡眠状态。牛奶还可以让我们的身体排出多余的油脂,帮助我们瘦身减肥。不过牛奶其实也具有非常高的热量,因此一定不能多喝,一般100毫升到200毫升就可以了。选择牛奶的时候也一定要尽量选择脱糖或者脱脂的牛奶,才可以防止肥胖。

3.红豆汤。红豆有非常多的好

处,可以帮助我们安神养颜,还可以帮助我们消肿利尿,去除体内多余的湿气。虽然红豆是一种豆类,本身含有很多的淀粉和碳水化合物,可是如果将红豆做成汤,我们既可以吸收其中的营养,也可以拒绝其中的热量。因此,我们可以在睡前喝些红豆汤,但切记,只能喝汤不能吃豆。

4.香蕉。香蕉可以帮助我们稳定血清素,还可以帮助我们放松肌肉。香蕉中含有非常丰富的食物纤维,可以帮助我们加速肠道蠕动,排出体内积聚的废物。如果第二天起床的时候能够很通畅地上厕所,那么就证明香蕉对我们起到了积极作用。香蕉中含有的热量其实也是很高的,睡觉之前,绝对不能吃超过两根。

遗失启事

上海市崇明县竖新镇中芳杂货商店遗失食品流通许可证正本:SP3102301050011010

上海市崇明县杜鹃食品商店遗失食品流通许可证正本:SP3102301450002198

灵鹿大药房遗失第二类医疗器械经营备案,备案号为20150208

上海市崇明县刘梅杂货商店遗失工商营业执照副本,注册号:310230600379141

上海市崇明县优味饮食店遗失餐饮服务许可证正本:2015310230040005

徐爱琴遗失特种设备作业人员证(Q4):362331198902160523