

重拾舞蹈梦，视频点赞量超十万，她身体力行印证—— “每个人都是生活的舞者！”

□ 全媒体记者 刘惠子

对于热爱舞蹈热爱生活的人来说，年龄从来不是问题。1962年出生的陈琦是安庆一家企业的负责人，年少时是文体爱好者，为家庭和事业打拼的岁月便将喜好埋进心底，用心沉淀。如今重拾舞蹈，她初心不改，首次在抖音发布日常练舞视频点赞量超过十万，视频最高点击量334.6万。“每个人都是生活的舞者，我愿意为大家带来热爱生活的正能量！”陈琦说。

每周二、周三和周五的晚上，陈琦都准时去舞蹈房跳舞，从城西驾车到城东的舞蹈教室，风雨无阻。当陈琦走进教室换上练功服，满头银发梳成发髻干净利落，素面朝天却神采飞扬。一堂舞蹈课从基本功到身韵再到成品舞，陈琦的翩翩舞姿总能得到老师和其他舞友们的夸赞。即将步入花甲之年，陈琦认为，跳舞是一个审视自己的过程，也是一个让自己有所得的过程，得失心不能太重，不要急于求成，更不要为了和别人比较，享受舞蹈过程最重要。



陈琦正在户外练习舞蹈。照片由本人提供

陈琦从小就热爱文体活动，小学参加了校文艺宣传队和田径队。四年级参加了安庆业余体校的冬训，冬训结束后参加西区小学生5公里马拉松比赛，成功拿到第七名。进入中学，因为身体条件优越被选中参加学校宣传队，期间她接触了很多民族、民间舞蹈，参演了整合歌剧《江湖赤卫队》，当时在安庆有不小的反响。“受家庭教育的影响，当年没有从事文艺专业工作是一种遗憾，但是现在想想，非常感谢学生时代的所遇、所学、所为。”陈琦说。

重拾舞蹈，已过半百之年。陈琦说，自己也没有想到，那颗埋藏在心底的文艺种子迸发出来了。2018年5月的一次同学聚会，陈琦和几位中学宣传队队友，自然而然地聊到了大家的共同爱好——舞蹈，希望既能再续学生时期的梦想又能充实退休后的业余生活。就这样陈琦与几位老同学先后在老年大学和安庆市慧灵舞蹈学校进行业余舞蹈训练，先后参排了蒙古舞、藏舞和秧歌舞，还多次参加了大型演出。

“现在我觉得舞蹈已经走进了我心里，成为我生活的一部分！”陈琦告诉记者，步入中老年

再次起舞，有时明显感觉体力不支，但只要动听的音乐响起，精神又会振奋起来。坚持练了一段时间后，她慢慢发现自己变得更有韧性了。自信和勇气是舞蹈给予舞者的更深层次的财富，今后在面对生活中的困难时也能无所畏惧。

2020年夏天，在小侄女的引导下陈琦开始接触抖音App，尝试用互联网的方式去记录自己的日常生活。她第一次发抖音是2020年7月12日，用抖音模版发了中学时期的毕业照，得到不少人的点赞，之后发了一段舞蹈《九寨》，2个多小时浏览量超过1万人次。随后的两个舞蹈视频点赞量分别达到11.2万和11.3万。“从来没有想过能得到这样多的关注，发视频只是单纯地想把自己认真跳舞，认真生活的片断记录下来。”陈琦说，她的视频得到很多网友留言，有人说看到她的舞蹈视频似乎看到了今后努力生活的方向。更有意义的是，得到不少学生的留言祝福，甚至有孩子们想众筹给她买像素更高的手机，希望拍出更清晰的视频……

3至11岁人群新冠病毒疫苗接种近期启动

本报讯(全媒体记者 白萍)记者从市疾控中心了解到，我市将于近期启动3至11岁人群新冠病毒疫苗接种工作，目前正在进行相关准备工作。

“上周，我市有关工作人员参加了国家卫健委专门召开的视频培训会议，大家充分掌握了3至11岁人群新冠病毒疫苗接种工作的安排、要求等。”市疾控中心免疫规划科科长万江顺告诉记者，等省级接种方案正式下发后，我市将立即启动3至11岁人群新冠病毒疫苗接种工作。

根据要求，3至11岁人群接种需监护人全程陪同，签订知情同意书，并携带预防接种证和身份证明文件(身份证或户口本)，全程做好戴口罩、一米线等个人防护。“我们将进一步优化接种点设置，拓展接种服务形式，方便群众接种。为确保接种安全，要求各接种单位严格落实医疗人员驻点保障、接种后留观制度等。”万江顺说。

据了解，根据国家和各省的统一部署，湖北省、湖南省常德市、益阳市、永州，浙江省金华市、衢州市等多地已启动3至11岁人群新冠病毒疫苗接种工作，力争尽早建立人群免疫屏障，持续巩固疫情防控战略性成果。

截至10月26日中午，我市累计接种新冠病毒疫苗310.9万人、675万剂次，其中第1针接种310.9万剂次、第2针接种304万剂次、第3针接种53.4万剂次，灭活疫苗和腺病毒疫苗的“加强针”接种6.78万剂次。



今年，本报和阿里巴巴天天正能量“最美家乡人”征集活动已经开始，善美不断，关注持续，您可通过新闻110热线电话18905566110推荐身边的人物，也可把相关材料发到邮箱anqingwb@163.com，本报将择优编采报道。

活动结束后，《安庆晚报》将联合阿里巴巴天天正能量对候选案例进行公开评选。获得票数最多的10个案例，授予地区十佳“最美家乡人”称号。

