



和平村八一舞蹈队 2020 年 9 月建队初期留念



人物名片
姓名：杨琴
年龄：62岁
社区：和平村



和平村八一舞蹈队 获得的荣誉证书



杨琴获得全民健身优秀队长称号

近年来，随着居民生活水平不断提高，许多人空闲时间开始了健身娱乐。广场舞就是其中一种形式，受到广大居民追捧。和平村一社区有这样一位居民，她通过自己不断的努力带领社区舞蹈队斩获多项大奖，今天就让我们走进杨琴和她的舞蹈人生。

■文/李竺霖

双井居民舞蹈人生：

率队训练仨月获市比赛二等奖

>>成立不足一年 教队员学习 16 种舞蹈

若您早上走进和平村一社区，很快就会被一群跳广场舞的居民所吸引。她们动作整齐划一。仔细观察会发现这是一群平均年龄在 55 岁到 60 岁之间的居民，大家在老师的带领下努力的学习着跳舞。

“我们这些队员大多是零基础的，舞蹈队成立时间也很短，但是却取得了优异的成绩。”62岁的杨琴说道，邻居们基本都是 2019 年底搬到和平村的，因为是新社区，没有什么娱乐活动，于是她就开始组织周围的邻居学习跳舞。“一开始学习，大家有很

>>自学舞蹈技艺 考取广场舞裁判员

“其实我也不是专业学舞蹈的、只是在小的时候跟随专业老师学过两三年。”杨琴说，她小的时候家附近的舞蹈老师看她的身体素质好，就教她学习芭蕾舞、民族舞。后来，她并没有从事相关工作，而是成为了一名医务工作者。由于从小喜欢舞蹈，在

多为难情绪。”她说，当她向大家讲解舞蹈动作时，许多队员的第一反应都是这个太难了，我没有基础做不了。于是她就变换着教学方法，将动作分解，带着大家一遍遍练习。

去年 7 月我们 24 名队员才开始练习跳舞，10 月份我们就参加了北京市‘舞林盟主’杯原创广场舞大赛。”杨琴说，经过她的选曲、创编，最终在短时间内带领大家完成了舞蹈《红梅赞》的学习。由于比赛排练时间只有 1 个月，因此对场地有了更专业的要求，于是他们找到了和

工作期间她也经常参加单位组织的文艺汇演等演出活动。

退休后，为了丰富自己的业余生活，她给自己报名参加了三个舞蹈相关的课程，并经常在社区带领大家跳舞。“在之前社区，我也是舞蹈队的队长兼老师。”杨琴说。当时为了鼓励大家

不懈地努力下，和平村八一舞蹈队在比赛中打败近 50 多支队伍，取得了第四届“舞林盟主”杯广场舞大赛二等奖的好成绩。

“现在我们和平村八一舞蹈队已经有 60 多人了。”杨琴说。目前队员们每天在她带领下以晨练为主，在不到 1 年的时间里已经学习了 16 种舞蹈，包括蒙、藏等少数民族舞，这些舞蹈都是由她创编的。目前队员们的学

习能力及学习热情不断的提升，很多技巧性动作她只要做一两遍大家已经可以进行模仿学习了，她只需要有针对性地讲解就可以了。

2021 年北京市清明祭祀
网上预约已开始

清明期间文明祭祀 预约攻略请查收

近日，北京市 2021 年清明祭扫预约通道正式开通。市民可通过网络或电话预约登记，分时限流进入墓园祭扫。为了方便居民了解预约祭扫方式，本报记者为您整理了预约攻略如下：

1 今年清明期间，为保障疫情防控期间安全祭扫，全市殡仪馆骨灰堂、经营性公墓和规模较大的公益性公墓将实行按日分时段预约祭扫。预约人在入门处设立的通道核验后方可入园祭扫，没有预约的不安排祭扫。

2 市民可通过关注“北京社会建设和民政”微信公众号，在“掌上服务”栏目中找到祭扫预约功能按钮，提前预约，也可以通过“北京通”APP 中的“清明祭扫预约”栏目预约祭扫服务。市民还可以拨打殡葬服务机构祭扫服务电话进行电话预约。

3 预约人在进入预约页面后，需要进行实名制认证，通过之后方可进行网上预约。当预约人为外地返京人员，须如实选择“是否为居家隔离人员”选项，居家隔离人员不能预约扫墓。一次预约的扫墓人数最多为 5 人。

4 预约人填写基本信息后，须自行选择预约祭扫日期和时段。今年清明祭扫的服务接待日为 3 月 20 日至 4 月 11 日，共 23 天，每天从 7 时起至 16 时止，每一个小时为一个预约时间段，共计 9 个时间段。预约成功后，系统将自动生成二维码，供市民祭扫入园时出示检验。

5 今年清明期间，推出了网上祭扫服务。大家可通过“首都之窗”网站或北京市民政局官方网站，登录“北京市 2021 年清明网上祭扫服务平台”，通过线上方式追思先人。平台可提供寄语、献花、上香、点烛等网上祭奠服务，从而满足市民的祭扫需求。

6 如果不能到现场祭扫，也可申请由殡葬服务机构代为祭扫。据了解，殡葬服务机构免费提供擦拭墓碑、敬献鲜花等基本服务，其他拓展服务可与公墓另行商定。市民可以通过网上或电话进行预约代祭服务。

居民可以扫描二维码了解市属及区属扫墓点联系方式



区属祭扫点

市属祭扫点