

快报·欢乐社区行

明天下午,现代快报欢乐社区行走进建邺区和平广场

广场舞跳起来,看看谁是“舞林高手”?

还有一系列公益活动助阵,给你实实在在的便利

明天,现代快报欢乐社区行提档升级后的第一场活动,将在建邺区和平广场隆重开幕。我们将联手建邺区文化局、莫愁湖街道一起,开展一场广场舞选拔赛。在给大家献上文化盛宴的同时,我们还将给大家带去一份丰盛的“公益大餐”。

现代快报记者 钟晓敏 朱俊俊

这是一次文化盛宴

铁心桥阿姨要给大家表演“斗牛舞”

春天的脚步,越来越近。等气温再上升一些,一家人吃过晚饭,去广场上散散步、跳跳广场舞,拥抱健康生活,是个不错的选择。

为了给更多人,搭建一个广场舞交流平台,让大家跳出健康和快乐,快报联合建邺区文化局、莫愁湖街道发起了这场广场舞选拔赛。

莫愁湖街道旗下的13个社区都很积极,大家分别推选了社区最好的一支广场舞团队,报名参加这次活动。“我们不仅要跳出健康和快乐,还要赛出水平、赛出自信!”来自莫愁湖社区的舞蹈团队负责人高叶平说。

莫愁湖街道的两支广场舞团队,也报名参加了选拔赛。现代快报记者了解到,李国华阿姨带领的舞蹈团队,还在南京市举办的广场舞大赛中,拿过大奖呢。

15支舞蹈团队,300多位“舞林高手”同台竞技,注定会给大家带来震撼的视觉盛宴。铁心桥的计桂云大妈报名迟了,不能参与选拔赛,不过当天她还是会率领她的团队,来现场给大家表演“斗牛舞”。

“能一下子和这么多团队交流也不错。”计大妈向记者要了联系电话,让记者下次有比赛第一个通知她。



“南京鞭王”
挥舞麒麟鞭

这两天,市民朱先生路过龙蟠中路逸仙桥小广场时,看到几个人用打铁鞭来锻炼身体。“啪、啪、啪”……鞭声此起彼伏,听上去很像孩童们爱玩的连珠炮。朱先生说,用铁链子作“健身鞭”挺稀罕。

现代快报记者了解到,这种铁鞭又叫麒麟鞭,在南京爱好打铁鞭健身的市民还不少,他们以市内各大小公园、广场为据点,共有一百来人。

现代快报见习记者 吴頔 文/摄

友情提示
活动时间:2月22日下午2点~4点
活动地点:建邺区和平广场(莫愁湖公园南大门旁)
交通小贴士:可以乘坐游4、41、7、13、37、48、134、306、D9,到莫愁湖公园站下车。

也是一份公益大餐

医生、律师、维修师傅,免费为大家服务

这次,我们还邀请了江苏省人民医院、解放军第454医院中医专家诊疗中心、康贝佳口腔医院、建国男科医院的专家,来到活动现场,为大家把脉义诊。

来自江苏中惠律师事务所、

北京盈科(南京)律师事务所、江苏钟山明镜律师事务所的4位律师,也会来捧场我们的社区活动,给大家提供各种法律咨询活动。

南京白房房屋报修服务中心的师傅,将会给大家提供水电

气维修服务。现代快报便民网的师傅,也会给大家维修小广播、电饭煲、遥控器等小家电。我们还邀请了梅秀山、苏仕银两位师傅,给大家磨剪子、抢菜刀、修伞。以上现场服务都是免费的。

南京车管所流动服务车也来助阵

这次现代快报主办的公益广场活动,南京车管所的流动服务车也会来助阵。

南京市车管所相关负责人告诉现代快报记者,这辆流动

服务车是车管所花费40万元改造而成的,目的在于能更好地服务驾驶员。流动服务车可以为驾驶员办理驾驶证补办、年审、信息变更以及延期体检等

相关业务。而且,还能处理车辆违章曝光。

同时,南京交警四大队民警也会来到现场,接受驾驶员关于车驾业务方面的咨询。

“南京鞭王”宋元定了不得 30多斤重的“麒麟鞭” 他舞得出神入化

最轻的铁鞭2斤,最重的30多斤

今年69岁的宋元定,是这个“鞭友”圈子里的名人。由于耍得好、练得时间久、“资历”深,鞭友们送给他“铁鞭专业户”“南京鞭王”等美称。

现代快报记者也在逸仙桥小广场上一睹了“鞭王”风采。只见他一会儿正手打、一会儿反手打,鞭子从他一只手里“快闪”到另一只手里,鞭梢则在他每次用力往回一折时,发出“啪、啪”的清脆响声,沉重的铁鞭被宋师傅舞得得心应手。

在“鞭王”休息间隙,记者零距离接触了鞭王的铁鞭。记者看到,铁鞭主要由鞭把子、两两相扣

的铁环和鞭梢链接而成,总长约4米,其中铁质部分长约2.5米。宋师傅说,他有大大小小十几把铁鞭,都是他自己做的,其中最轻的铁鞭只有2斤,也是他玩的第一个铁鞭,最重的32斤。

打出的不仅有健康,还有快乐

宋师傅告诉记者,他5年前开始打鞭来健身,刚开始打的不是铁鞭,而是尼龙绳鞭。拿尼龙绳鞭练了两年后,他和鞭友王师傅开始不满“现状”了,“得玩点更带劲、更有趣的”。

心动不如行动。两人到市场上买来铁链子等材料,动手制作铁鞭。“铁鞭又称麒麟鞭,不难制作,一般一根铁鞭不用半天就能

制好。不过鞭梢处一定要扎个布条,没有布条,打起来就不响了。”宋师傅说,刚开始会不小心用到手或膀子上,建议新手先玩要2斤的铁鞭练手,体力好、上臂力好的新手玩家可以考虑高一点的起点——3斤重的铁鞭。

“自从打健身鞭后,身体越来越好。”宋师傅高兴地说,这是他打铁鞭最大的收获。另外,宋师傅等人的打铁鞭绝活每每一亮相,总能吸引来许多人围观并拜师学艺。宋师傅说,鞭友圈子越来越大,这两年还有不少年轻人加入,“小伍才练了年把,但因为年轻、臂力好,已经可以要34斤重的铁鞭了。”鞭友们还经常在一起聚会,既切磋技艺,又聊天拉家常,很充实很快乐。

(报料人线索费50元)

大山里的开学典礼 邀请你来见证

爱心团队招募志愿者:有时间、有爱心、有户外经验

去年国庆节前夕,南京公益团队“爱心之旅”的负责人叶霄煜和两名志愿者,奔赴到2000公里外的四川大凉山深处。回到南京后,他们募资17万元,在那里建了一所小学。如今学校即将开学,叶霄煜在网上发出号召帖,希望能找到有户外经验的爱心人士,和志愿者们一起再入大凉山,见证这一有意义的时刻。

现代快报记者 王颖菲

在大凉山建小学的初衷很简单——一个名叫俄木石依的彝族小伙的一通求助电话,让志愿者们下定了决心。“他告诉我们,2012年9月,他们村里唯一一所土屋小学倒塌,而唯一一名代课老师,也离开了。因此而失学的孩子的数量,有150多名。”

去年国庆节期间,叶霄煜和另外两名志愿者,踏上了前往四川凉山州美姑县拖木乡库合莫村

的道路。尽管做好了心理准备,但山区的贫困,还是让他们大吃一惊。而从小学倒塌后,因为没有钱再建,村里150多个适龄孩子全部失学。“当地教育局表示,让孩子们到镇中心学校上课,可从村里到镇上,最快也得两个半小时。可如果不接受教育,这些孩子连起码的计算、写名字都不会。”

回到南京后,志愿者们做的第一件事,就是筹款。“通过报纸、

电视、网络的宣传,许多热心市民

和我们取得了联系。”叶霄煜表示,最后他们总共收获捐款17万元。因为砖瓦很难运进村子,经过几个月的时间,才建成了新的土坯教室,以及供支教老师使用的板房宿舍。“如果那里的天气允许,我们的‘库合莫村土坯希望小学’,计划2月25日就要开学了!”

他们打算用余下的一点善款,再盖一间小教室供孩子们玩耍,或