

青山区武东街道万岭社区

“灶台到T台”化解“忙碌的孤独”



每周四的模特课。

悠扬轻快的乐声,从青山区武东街道万岭社区党群服务中心舞蹈室传出。推门而入,一幅鲜活图景跃然眼前:“星耀芳华模特队”的队员们身着练功服,踏着节拍翩然转身,身姿舒展如沐春风,眼神专注透着对美的自信。

2023年底成立的万岭社区,所辖海伦国际小区聚居着数千名“带孙候鸟族”。这些中老年人来到子女身边,将生活重心尽数托付给家务与孙辈,却在陌生城市陷入“忙碌的孤独”。“买菜要跟着邻居记路线,怕走丢。孩子睡后家里静得发慌,一整天就盼着子女下班说几句话。”黄阿姨的心声,精准戳中了辖区随迁中老年女性的共同痛点——单调的日常里,藏着对社交与自我价值的迫切期盼。

2025年初,社区网格员在入户走访中,精准捕捉到这一群体的需求。万岭社区党总支锚定“党建引领+居民自治”,以居民需求为服务“指南针”,迅速联动青山区社区教育学院、区青少年宫等多方资源,为中老年女性量身打造解决方案,“星耀芳华模特队”应运而生。

为让队伍稳步运转,社区打出“暖心组合拳”。免费开放舞蹈室作为固定排练场地,添置落地镜等专业设备,解决“无场地、缺器材”的难题;联动青山区社区教育学院出资,邀请区青少年宫的专业模特老师每周四上门授课,从基础站姿、台步节

奏到舞台表情管理,全程贴合中老年人需求开展定制化教学。

从“方寸灶台”走向“绚丽T台”,队员们的蝶变肉眼可见。曾经拘谨内向的阿姨们,如今在排练场上自信舒展,互相纠正姿态、分享技巧,昔日的“陌邻”渐渐变成互帮互助的“睦邻”。“以前穿衣服只敢选深色,现在练了形体,穿亮色也敢出门了,儿子说我越活越年轻!”刘阿姨笑着说道。模特队还多次参与社区文艺展演,每次登台都能收获满场掌声,这份认可让大家更有干劲。

变化不止于精神面貌,更延伸到社区治理的方方面面。队员们从社区文化活动的“被动参与者”,悄然蝶变为“主动践行者”。周末清洁家园的现场,有她们弯腰清理楼道的身影;小区五角亭修建议事会上,

有她们提出“加装避雨棚、增设休息座椅”的实用建言;社区关爱留守儿童、慰问独居老人的志愿服务中,也总能看到她们热情奉献的足迹。

“模特队是社区精准服务的一个缩影,我们始终把居民需求放在首位。”万岭社区党总支相关负责人表示,将继续根据居民需求,整合教育、文体、志愿服务等资源,精心打造涵盖书法培训、民俗体验、公益展演的多元化活动矩阵。通过更精准、更贴心的服务,让包括“带孙候鸟族”在内的更多居民收获快乐、实现价值,全力绘就健康向上、文明和谐的社区新图。

社区居民说

模特队队长黄绍玲:作为星耀芳华模特队的队长,感谢社区关怀,

让我们带孙阿姨有了专属天地。从拘谨到自信,陌邻成姐妹,练出好身形,聚起邻里情,越活越有精气神!

居民丁翠娥:看着星耀芳华模特队从拘谨组队到自信展演,我满心欣慰。从前随迁阿姨们围着家务孙辈,日子单调孤单,如今大家笑容常伴,邻里愈发和睦,社区文化氛围也越来越浓,为社区的用心服务点赞!

居民鄢然富:作为自由职业年轻人,有幸参加这个模特队伍,真的收获满满!原本我常宅家工作,和社区邻里交流很少,现在不仅跟着阿姨们练出了体态、收获了快乐,更被大家的热情和活力深深感染,也让我真正融入了社区这个大家庭。

通讯员田妍欣 社区供图



模特队参与社区清洁家园志愿活动。



模特队参与社区青少年活动,教孩子们做手工。