

「望能滿足中老年人對精彩人生的期待，成為她們晚年生活一束光」

95後創業中老年文娛

助低齡活力群圓夢



「挺背收腹，沉肩收下巴，肩膀穩住，手臂擺動……」伴隨着音樂的韻律，從黑龍江哈爾濱某商業區一棟門市的窗戶裏，不時傳出指導模特台步的口令，與普通模特班不同的是，這裏身高腿長、身穿旗袍的模特，都是平均年齡近60歲的「姐姐」，娉婷的身影、輕盈的步態以及精緻的面龐，很難讓人與印象裏的年齡畫上等號。

開校僅半年就擁有200餘位固定學員的哈爾濱心智青中老年文娛中心校長李野，竟出生於1996年。從2023年10月末正式開校到今年年中，李野的這個校區在這家連鎖機構的諸多加盟校區裏表現亮眼，還被總部邀請為新人做培訓。這位「95後」對於中老年文娛機構的市場化運營頗有心得。目前他的直播賬號已有近萬粉絲，單條視頻播放量最高70多萬。「我希望能滿足中老年人對精彩人生的期待，成為她們晚年生活裏的一束光。」李野說。

◆香港文匯報記者 吳千 哈爾濱報道

大學畢業後就隻身在南方打拚的李野，心裏總有歸鄉創業的念頭。2023年過年回家，看到母親刷短視頻跟着跳健身操跳得起勁兒，他便決定做點與老年生活相關的事情。在香港文匯報記者採訪期間，身材高大魁梧、十分開朗健談的李野在與年齡相差三四十歲的姐姐們交流時，關懷的語言、貼心的問候、爽朗的笑聲，總是能恰到好處的「點」在姐姐們揚起的嘴角上，三言兩語中自然流露的情感表達令人如沐春風。

「我從小就擅長跟長輩打交道，不需要預設或構想，也不需要所謂的溝通技巧，就發自內心的與她們交流，她們就覺得我這小孩挺好。」李野笑言自己幹這行可能有點「天賦」，雖然初期總部有培訓和輔助引流宣傳，但如何將流量轉化成客源，並持續釋放和擴大影響力，除了付出真心，還需要一定的情商、恰當的經營理念，以及溝通、銷售、運營維護、視頻剪輯等方面能力的都是不可缺少的。

貼心服務 小舉動體現大重視

「60後」「70後」這批「低齡活力群」是李野的主要客戶來源，其中女性佔比98%。「她們對付費上課非常仔細，一張表格能弄清楚的問題，她們常常要翻來覆去問好多遍，有時確實挺折磨人的。」李野告訴香港文匯報記者，有個姐姐連續跑來兩三趟，研究課程時間、學習內容、參與試課，反覆確認課時和費用，他和三個小夥伴就輪流服務，重複的話不知道說了多少遍，端茶遞水、加微信、發課表，忙得不亦樂乎。

團隊成員賀賀笑道，曾有朋友调侃他們：「跟自己父母說話都沒這麼有耐心。」她表示，每一個來學校諮詢的客戶都懷揣着一份期待和嚮往，所以必須要珍惜，還要盡最大努力讓這份期待成真。

賀賀表示，幾個同事曾經是從小一起長大的，工作起來配合特別默契，大家盡量從多方面破除學員們的顧慮：課程沒上完不想學了，可以調到其他班或不同類別；要去南方過冬，就為其保留課程次數，等回來再學……「有個姐姐說要照顧孫子來不了，但又非常嚮往，幾

次溝通後，我們在她比較方便的時間段單開了一堂課，又調了幾個時間匹配的學員一起開班。」賀賀表示，每次這姐姐來上課別提多開心了。

怕姐姐們磕碰或不方便，李野就和小夥伴們給樓梯扶手、拐角貼防撞條，在衛生間牆上加裝扶手，這些小舉動讓姐姐們很受用。「事雖小，但她們感覺自己被重視、被關愛，無意間就增加了對我們和學校的黏性。」李野告訴記者，現在學員的黏性非常強，從去年10月末開校至今，續課率幾乎達到了100%。

緊跟潮流 根據需求調整課程

「哈爾濱有公辦的老年大學，但教材是固定的，老師按部就班的教學，其中很多傳統的老歌、舞蹈等不太能契合心態年輕的中老年人群的需求。」李野告訴香港文匯報記者，在他的學校，姐姐們要學唱《成都》、《火紅的薩日朗》，跳動感活力的熱舞，緊跟短視頻熱度和時尚熱潮。

「目前的課程價格是399元（人民幣，下同）16節，680元32節，有時還有199元10節的特惠課。基本一節課一杯奶茶錢，而且小班授課，學習效率高，八節課就能學完一整支舞蹈。」李野告訴香港文匯報記者，公辦老年大學的費用更低，場地大，學員也多，但一節舞蹈課只能學兩三個動作，而他們的小班授課一節課就能學五六個動作。「很多姐姐來上課就是為了發朋友圈和社交，在這幾次課就能學會一支舞蹈，就能拍視頻分享了。」

李野表示，目前開設的適老化課程，涵蓋舞蹈類、形體類、器樂類、聲樂類、書畫類等。「學什麼完全按學員的學習意願，每個班級都是「專屬制定」，姐姐們想學什麼，我們就找相應的老師教什麼。老師一般為兼職，而且要試課上崗，以學員的滿意度為準。」

下一步，李野想嘗試「白天中老年+晚間夜校」的經營模式，覆蓋各個年齡段人群。「我們現在就有下班之後過來上舞蹈課、非洲鼓課的三四十歲的姐姐。非洲鼓課次次爆滿，姐姐們表示很解壓，打一個多小時鼓感覺身心特別放鬆，心情愉悅。」李野說。



◆學員姐姐們身穿古色古香的美景旗袍秀，展現不被年齡定義的美。
香港文匯報哈爾濱傳真



◆李野與學員姐姐們一起打鼓解壓。
香港文匯報記者吳千 攝



◆哈爾濱心智青中老年文娛中心「95後」校長李野正在工作。
香港文匯報記者吳千 攝

▲學員姐姐們身穿旗袍學習禮儀舞蹈，自信展示魅力。
香港文匯報哈爾濱傳真

▲在課堂上，學員姐姐們盡情享受健康與快樂。
香港文匯報哈爾濱傳真

想她們之所想

情緒價值拉滿

特稿

「教學環節排第二，第一位的一定是服務，提供充足的情緒價值，這也是滿足中老年人最本質上的需求。」李野表示，提供情緒價值不是光說好聽的話，而是想她們之所想，看到她們的真實需要，幫她們收穫更多的快樂和愉悅。

李野告訴香港文匯報記者，有個姐姐的性格剛硬，說話特別噲人，但幾次交流下來，發現她只是用這種方式獲取別人的關注。明白了這一點，李野和小夥伴特別能包容她的性格，主動關照照顧。「現在這姐姐逢人就誇我們，跟班上的其他學員也相處得不錯。」李野說。

「姐姐，你好久沒來了，牙恢復得怎麼樣？炎症好點了嗎？」剛一下課，賀賀和幾個夥伴便迎上學員樂樂姐噓寒問暖。「我這牙連修帶拔，都是兩個月的事兒了，她們竟然還記得！」樂樂姐語帶感慨地告訴香港文匯報記者，因為治牙，課程落下不少，學校不僅保留了她的上課次數，還給了她大門鑰匙，只要有空她隨時都可以過來練習。

「李野給我們聯繫的銀髮寫真福利，圓了我和愛人的婚紗夢。」因種種原因沒能跟愛人拍攝婚紗照，一直是如意阿姨心中的遺憾。「雖然遲了這麼多年，但依然令我們感到幸福和喜悅。」看着手裏的婚紗照，如意阿姨彎彎的笑眼中帶着幸福的淚光。

「學員們跟李野這幫小孩處得特別親，跟對自家孩子一樣，誰都願意跟他們聊幾句，有啥好吃的也都想給他們帶。」在此學習了半年多的茉莉姐發自肺腑地與記者分享道，在這裏獲得的不僅有肢體鍛煉、身心愉悅，更有校長這些年輕人對她們的熱情和耐心。「這也是最打動和吸引我的地方！」

重慶發布一級中暑預警 中小學及部分高校延遲開學

香港文匯報訊（記者 孟冰 重慶報道）近日四川盆地出現持續性高溫天氣，全國最高氣溫排行榜重慶實現「霸榜」，截至8月29日當地已連續9日發布高溫紅色預警，37個區縣海拔400米以下地區日最高氣溫達40℃至43℃。8月26日，重慶氣象局將「高溫中暑二級預警」升級為「高溫中暑一級預警」，並預測酷熱天氣將持續到9月4日。受高溫影響，重慶全市發布推遲中小學開學的通知，紅岩革命歷史博物館、重慶抗戰遺址博物館、816工程景區等部分文場館亦發布了閉館及停運通知。

延遲開學引爆短途避暑遊

8月28日晚，重慶各區縣相繼發布通知，因持續晴熱高溫天氣，為切實保障中小學師生生命安全和身體健康，2024年秋季中小學（幼兒園）正式開學時間調整至9月9日。本應下周一開學的重慶中小學生迎來「假期plus」，許多家長再次啟動避暑親子短途遊。

家住重慶渝北區的陳婆婆兩天前才帶着8歲的外孫從貴州安順避暑回到重慶，看到延遲開學的通知，立刻讓家人訂火車票返回安順避暑。陳婆婆的女兒告訴香港文匯報記者，8月28日晚上看到延遲開學通知後本想訂第二日重慶至貴州安順的動車票，發現8月28日晚、8月29日的火車票已經售罄，於是購買了8月30日的車票，再去避暑一周。香港文匯報記者登陸售票網站發現，重慶主城至遵義、安順、桐梓等避暑熱地的車票較緊俏，多列車顯示票量緊張，少數已售罄。此外，重慶師範大學、重慶科技大學等部分高校亦發布延遲開學通知，「如有同學已經訂票並且改不了，返校後一定要注意防中暑降溫，做好安全管理。」在重慶師範大學某學院的學生群中，年級輔導員表示。

根據重慶人力資源和社會保障局官網發布的通知規定，當日最高氣溫達到40℃以上時，停止安排勞動者進行室外露天作業；日最高氣溫達到37℃以上、40℃以下時，安排勞動者室外露天作業時間累計不得超過6小時。

建築工人「错峰」作業

酷暑超長待機，對建築戶外作業是極大挑戰。香港文匯報記者從中建二局綦江項目部了解到，防中暑降溫已成為項目部最重要的工作，當地工人作業時間從「朝九晚五」更改到早上6時至8時、晚上18時至20時；此外項目部還提供了冰塊、水果、藥物等避暑降溫物品，供工人取用。順豐快遞重慶洪湖東路站工作人員金川告訴香港文匯報記者，公司在最熱的下午採取了AB快遞員交替模式——即A從早上7時30分上到上午11時，B從早上9時上到下午2時，下午A的工作時



◆中建二局重慶綦江項目部的工人收到避暑用品和消暑西瓜。
香港文匯報重慶傳真

間是14時至17時，B的工作時間是17時至20時左右；同時對強度高溫天氣作業的，按每人每天不低於15元人民幣標準發放高溫補貼。