

抗疫题材时代报告剧《在一起》预计10月播出—— 十个单元故事中“无锡元素”还挺多

抗疫题材时代报告剧《在一起》，近日在上海举行了片花首发仪式。朱亚文、陈数、赵今麦、张萌、海清、董璇等各单元主创齐到场造势。采访中，一众主演们在现场感叹“拍摄不易”，无数瞬间让他们泪流满面，海清和董璇更一度哭崩。值得一提的是，其中的《生命的拐点》单元在无锡取景，《口罩》单元则由无锡籍导演杨文军拍摄。

朱亚文、陈数在拍摄中收获难得体验

据了解，《在一起》由上海广播电视台、耀客传媒、尚世影业共同出品。该剧以“抗疫”期间各行各业真实的人物、故事为基础，讲述了平凡人的挺身而出。整部剧由《生命的拐点》《摆渡人》《救护者》《同行》《决战火神山》《搜索24小时》《武汉人》《方舱》《我叫大连》《口罩》十个单元故事组成，每个故事两集，共20集。

在《救护者》单元中，朱亚文

扮演武汉的一名呼吸科医生。拍摄过程中，部分医护群演是真正的医务工作者，他们在拍摄中流露出的焦虑让他难忘。“从他们眼神里能看出，那段抗疫过程给他们带来很多心灵的冲击，但他们积极向上的正能量是非常感染人的，我可以说是非常大的受益者。”在这一单元中扮演护士的徐璐，也有类似的真实体验：“景是实搭的，有很多医生和

护士，拍摄时候真的身临其境，你不用刻意演很多东西，当时穿着防护服，每次哭的时候只能把头抬起来不让眼泪掉下来。”由陈数主演的《决战火神山》是最后一个开拍的单元，她扮演一名军医。陈数说：“作为演员扮演医护人员是难得的体验，这个角色是医生又是军人，身上散发出纯粹的甚至有着英雄气概的正向力量。”



海清、董璇因“口罩”而大哭

《生命的拐点》是整个《在一起》系列的开端，讲述的是疫情初期发生在武汉金银潭医院的故事，《口罩》是整部剧的收尾单元，而这两个单元都与“无锡有关”。《生命的拐点》6月初在无锡拍摄，拍摄周期约为两周，主要取景地是无锡某医院内，记者更多次探班现场，《口罩》单元则由无锡籍导演杨文军拍摄。

《口罩》讲述服装厂的老板转产做口罩的故事。扮演老板的海清对一些戏记忆犹新：“就是跟董璇一块儿拍的一场戏，她说她的朋友没有口罩，生死未卜。拍的时候我们穿着羽绒服都热到不行，晚上一丝风也没有，杂念挺多的。没想到拍这场戏时，我们两个大哭，哭得跟傻子似的。一个小小的口罩，关系到多少人的性命啊，那种感受真

的非常难忘。”由于工作的关系，杨文军并未到现场，不过他告诉记者，光是“口罩”二字，就足够让人浮想联翩。据了解，为了拍摄《口罩》单元，杨文军实地采访了多家生产口罩的工厂，通过朋友也收集了不少关于口罩的故事。记者获悉，《在一起》已拍摄完成，预计将在10月和观众见面。

(璿璐/文、摄)



全民健身日 一起来健身

昨天，市民在蠡湖畔进行瑜伽练习。当日是全民健身日，众多市民参加了丰富多彩的健身活动。

(还月亮 摄)

“2020市属文艺院团惠民演出季”启动 锡剧、歌舞、滑稽、音乐……3个月上百场演出陆续登台

本报讯 昨天上午，“锡剧周周演”在荡口古镇上演，无锡市锡剧院的青年演员们为观众带去了《摘石榴·梧桐叶落》《珍珠塔·荣归·道情》《孟姜女·四季春调》等经典锡剧选段，由此开启了“2020市属文艺院团惠民演出季”。

据悉，“2020市属文艺院团惠民演出季”是无锡市文化发展集团的品牌活动，也是丰富人民群众文化生活、提升公共文化服务效能的一项举措。即日起至10月31日，在近三个月里，“乡音乡情”——大型锡剧、折子戏专场；“艺海拾贝”——音乐、歌舞、器乐、综艺专场；“欢声笑语”——滑稽戏、小品、独脚戏专场；“丝竹悠扬”——管弦乐、器

乐专场；“吴音雅韵”——评弹专场，百余场精彩演出将轮番上台，为无锡市民提供了消暑纳凉、休闲悦享的好去处。

翻开演出剧目单子，可谓亮点十足。多年来，无锡市锡剧院频频打出“青春牌”，在为青年演员量身打造青春版《珍珠塔》《孟丽君》《玉蜻蜓》和传承一批折子戏的基础上，今年剧院又倾力打造国家级非物质文化遗产保护资助项目——青春版《狸猫换太子》。据悉，折子戏《珍珠塔·赠塔》《狸猫换太子·金水桥》《柜中缘》《青丝泪·扑火脱险》《双推磨》等，都将通过青年演员全新诠释，陆续登台。“薪火相传”——2020小王彬彬锡剧非遗传承作品展演，也在此次表演剧

目中，让“彬彬粉”们有机会近距离接触偶像。

正在紧张排练中的原创舞剧《歌唱祖国》，将是10月的重头戏。《歌唱祖国》是无锡市歌舞剧院2020年新创排的剧目，特邀青年舞者刘迦挑大梁。今年刚成立的无锡市民族乐团，也将迎来首次演出。

本次惠民演出季活动将限定30%的上座率，采取隔座观演措施，并根据疫情管控的政策要求适时调整。票价十分惠民，锡剧、歌舞、滑稽、音乐专场演出最低票价仅30元，评弹单场仅10元，15场联票的票价是120元，具体演出剧目和演出时间以官方信息为准。

(璿璐)

“铁人三项” 室内也能赛

本报讯 四辆功率单车一字排开，随着一声令下，选手们的双脚飞快地交替蹬踩着。昨天，激烈的室内自行车比赛拉开了滨湖区第一届全民健身运动会室内迷你铁人三项赛的战幕，来自滨湖区7个镇街道代表队的56名运动员选手竞相角逐，其中年龄最大的已有55岁，还有一名来自加拿大的女选手参赛。

常规的铁人三项赛都是在室外开展，本次迷你铁人三项赛创新性地将赛事搬到了室内，分别以功率单车、跑步机、游泳代替了传统铁三中的自行车、跑步、游泳，新颖的玩法增添了比赛的趣味性和安全性，也对运动员的体能、速度和技巧提出了挑战。单车限时12分钟、跑步限时10分，均以米为计量单位；游泳规定400米，计时作为成绩；最后以男、女个人三项总分成绩排名前三为冠、亚、季军。比赛现场，选手们奋力拼搏、赛况激烈。

据悉，滨湖区第一届全民健身运动会竞赛项目除了当天举行的室内迷你铁人三项赛外，还有足球、《国家体育锻炼标准》达标赛、篮球、体育舞蹈、老年综合、线上掼蛋、健身气功、城市定向赛、羽毛球、门球等11项，分机关组、镇街道组、高层次人才组等，预计参赛人数4000人，其中室内迷你铁人三项、城市定向赛等为新增的彰显体旅高度融合的特色竞赛项目。

(潘凡)

腰椎病术后竟“定时”酸痛 九成颈肩腰腿痛 不必手术

患腰椎间盘突出症的杨女士做了手术，之后不到半年，让她无法忍受的是，每隔两小时就出现酸痛，丈夫不得不帮她按摩。杨女士受不了这般折腾，经朋友介绍找到了3个上海名医开的易可中医医院的谭氏筋伤中心主任王杰。

王杰表示，九成颈肩腰腿痛不必手术，颈肩腰腿痛怪筋不怪骨，而是“筋”包括肌肉、韧带、筋膜等出了问题。解决“筋”的问题，谭氏筋伤中心有妙法。王杰师从4位骨科大咖，她看病细致，为每位患者的接诊时间都超过15分钟，她还是心情压抑患者的心理疏导能手。很多颈肩腰腿痛患者长期受疾病折磨，通过她的开导，性格开朗了不少。

据悉，谭氏筋伤三阶段不手术特色治筋系统疗法，囊括：36个谭氏筋松系列秘方内外治；通过熏蒸给药法、敷贴给药法、高频电火花等中药透皮给药系统(TTS)让药物直达病灶，深入深筋，使药物吸收率更高更快更透，做到“药透病所、靶向治疗”，让广大颈椎病、腰椎间盘突出、膝关节退行性病变、颈肩腰腿痛患者远离痛苦。

(江南)