

賽馬會

「暮齡自在」舞蹈教育計劃

尋藝空間 2023

舞蹈 X 建築
19 / 08 (六)
下午 2:00 - 5:00
M7 茂蘿街 7 號

舞蹈 X 音樂 &
舞蹈 X 文字
09 / 09 (六)
下午 2:00 - 5:00
618 上海街

舞蹈 X 視覺藝術
08 / 07 (六)
下午 2:00 - 5:00
M7 茂蘿街 7 號



主辦機構

新約舞流

香港藝術發展局
Hong Kong Arts Development Council
新約舞流及舞流發展計劃
Partnership & Projects supported by the HKADC

捐助機構

香港賽馬會慈善信託基金

場地贊助

市區重建局
URBAN REGENERATION
AUTHORITY

URBAN
REGENERATION
AUTHORITY

計劃簡介

由香港賽馬會慈善信託基金捐助，新約舞流策劃及推行的賽馬會「暮齡自在」舞蹈教育計劃，為期三年，以舞蹈為主幹，融匯四個不同的藝術範疇：建築、視覺藝術、音樂及文字，為長者設計連串獨特、富創意且可持續的藝術教育活動。計劃提供工作坊、對話、演出，甚至耆青跨代交流等各種體驗，與長者共同展開尋找「自在生活」之旅。

本計劃延續2019-2022年舉行的賽馬會「音語來回」舞蹈教育計劃，該計劃於2022年獲頒香港舞蹈年獎「傑出舞蹈教育/ 社區舞蹈」。賽馬會「暮齡自在」舞蹈教育計劃由新約舞流副藝術總監陳曉玲帶領，並邀請了超過20位本地專業舞者、編舞導師以及其他藝術媒介的藝術家導師參與，同時更邀得資深表演藝術、教育及文化工作者何應豐，獨立策展人丁穎茵擔任計劃觀察員，以及新約舞流藝術總監周佩韻擔任計劃顧問。



賽馬會「暮齡自在」舞蹈教育計劃每個年度的工作坊及演出均分成三個階段進行，由新約舞流連繫不同的社區機構，邀請長者及青年參與並演出。

第一階段 — 「社區舞蹈工作坊」於 2022 年 10 月起與各區不同的長者社區中心展開合作，以簡單輕鬆的肢體活動引導長者接觸舞蹈和創作，促進他們對藝術的好奇心以及透過創作表達個人感受，重新發掘屬於身心靈的「自在」，隨心起舞，透過藝術表達自我。

第二階段 — 「舞蹈錄像排練工作坊+季度舞蹈錄像製作」由一名藝術家導師與一名編舞導師帶領長者展開創作並製作舞蹈錄像，經過啟發與引導，長者有機會將自己的故事互相交流，透過肢體創作成完整作品。同時長者亦會於此階段與青少年進行線上對談，讓他們發掘自己和社區之間的連繫，經過排練和拍攝的過程，加深長者對舞蹈創作的體驗，和對自身的了解。

第三階段 — 「跨代舞蹈排練工作坊+跨代舞蹈展演」將會邀請青年一同參與創作及演出，從而尋找兩代的共鳴和希望，促進身心靈健康。此階段將集合長者於計劃中所累積關於舞蹈、創作和「自在感」的過程、想法、創意和感受。最後透過社區演出與展覽，讓大眾更了解長者所想，一睹屬於兩代的創作世界，感受並展望屬於兩代之間的未來。

計畫團隊

藝術總監 (計畫)
陳曉玲

計畫顧問
周佩韻

計畫觀察員
何應豐
丁穎茵

項目經理
余淑媚

項目主任
黃天蘊

編舞
羅思朗
梁秀妍
許俊傑
梁芷茵

藝術家
徐禮賢 (視覺藝術)
高浚明 (建築)
朱曉芳 (音樂)
俞若玫 (文字)

舞者
鄭漪琪
何瀚怡
何曉媚
洪俊樂
廖向民
盧敬榮
鄧皓琪
徐茵祈
黃詩羚
楊怡孜
邱福永
葉麗兒



新約舞流簡介

新約舞流於 1993 年成立，為香港非牟利舞蹈藝術團體，2008 年由周佩韻、麥秀慧及幾位年青藝術家重組，2016 年起成為香港藝術發展局資助團體。舞團致力推廣及發展本地舞蹈藝術文化，並發掘、培養年青一代。近年，新約舞流曾到北京、廣州、新加坡、巴林、台灣及馬來西亞作交流演出。在創作上，舞團不斷探索舞蹈藝術的無窮可能，力求每齣作品都純正而獨特，使觀眾與作品之間有更深層次的對話和交流。

團體宗旨致力於表演藝術之探索與創作，推廣本地藝術文化發展。舞團作品以當代舞蹈為主幹，融入正面訊息，呈現生命與藝術的結合，引發觀眾思考，並體驗藝術蘊涵的正能量；利用舞蹈藝術課程、工作坊、編舞機會和不同交流平台等，以協助年青一代認識及發掘自我、建立自信、啟發創意和提升藝術鑑賞能力。



董事局成員

林淑儀 譚嘉茵
洪光賢 余頌恩
黃詠潔 邱誠武
陳智威

行政團隊

藝術總監

周佩韻

副藝術總監

陳曉玲

舞團經理

黃叟

舞團發展經理

冼穎欣

項目經理

余淑媚

藝術行政主任

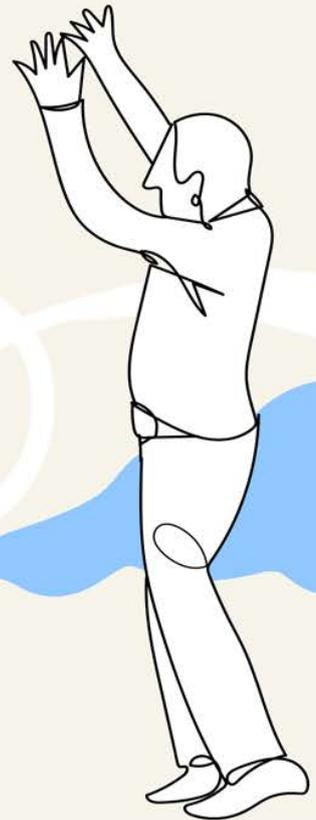
劉健玲[^]

項目主任

黃天蘊

社區項目助理

甘嘉怡



藝術總監 (計劃) 的話

感謝香港賽馬會慈善信託基金的捐助，讓新約舞流推行賽馬會「暮齡自在」舞蹈教育計劃，使舞蹈與藝術可以走進社區，接觸不同年齡層的人，發掘舞蹈的可能性。

計劃中看見長者和年青人積極與投入，進步和改變，從一開始的「我不可」到現在的「我可以」，透過藝術創作一步一步去認識自我、了解他人、尋找到快樂，希望及對未來的憧憬，這一切都見證了藝術的力量。

感謝參與計劃的每一位編舞、藝術家、舞者、創作及製作團隊的付出努力，謝謝！

藝術總監 (計劃)
陳曉玲



尋藝空間 2023

「年齡」不是追尋藝術的障礙，你我均值得擁有自在的空間去探索藝術。新約舞流與不同界別藝術家，跟跨代參加者一同展開尋找「自在生活」之旅。

由新約舞流主辦、香港賽馬會慈善信託基金捐助的賽馬會「暮齡自在」舞蹈教育計劃，現正踏入第三階段，於7-9月暑假期間，由耆青跨代演出的「尋藝空間2023」，以舞蹈為主幹，融匯視覺藝術、建築、文字及音樂，以身體譜出生活經驗。除了跨代社區展演，活動當日還有長者與年青導演合作的舞蹈錄像放映，以及工作坊成果展覽，以展示過去7個多月工作坊的點滴，以及內心感到最自在及最具代表性的時刻。



08 / 07 / 2023 (星期六) 下午2:00 - 5:00

地點：M7茂蘿街7號

舞蹈 X 視覺藝術

透過三原色看世界，你發現了什麼？

編舞 | 羅思朗

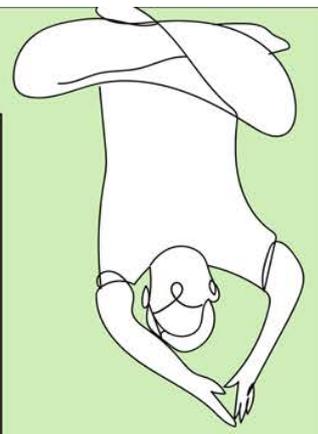
藝術家 (視覺藝術) | 徐禮賢

舞者 | 葉麗兒

洪俊樂

鄭漪琪

合作機構 | 保良局溫林美賢耆暉中心



19 / 08 / 2023 (星期六) 下午2:00 - 5:00

地點：M7茂蘿街7號

舞蹈 X 建築

建構自身與環境的故事

編舞 | 梁秀妍

藝術家 (建築) | 高浚明

舞者 | 廖向民

盧敬燊

邱福永

合作機構 | 循道愛華村服務中心
社會福利部愛華耆樂中心



09 / 09 / 2023 (星期六) 下午2:00 - 5:00

地點：618 上海街

舞蹈 X 音樂

以不同方式聆聽音樂、享受舞蹈

編舞 | 許俊傑

藝術家 (音樂) | 朱曉芳

舞者 | 鄧皓琪

黃詩矜

何瀚怡

合作機構 | 鄰舍輔導會馬鞍山鄰里康齡中心

09 / 09 / 2023 (星期六) 下午2:00 - 5:00

地點：618 上海街

舞蹈 X 文字

以身體寫詩

【磊磊落落 砌砌疊疊 石頭凹凸 時間雕刻】

編舞 | 梁芷茵

藝術家 (文字創作) | 俞若玫

舞者 | 何曉媚

楊怡孜

徐茵祈

合作機構 | 禮賢會萬隸甫夫人長者鄰舍中心





陳曉玲

陳曉玲 | 藝術總監(計劃) | 新約舞流副藝術總監

生於香港，2010年畢業於香港演藝學院，主修中國舞及編舞。在校期間，曾獲取香港賽馬會獎學金、葛量洪獎學金及匯豐香港獎學金，並赴美國、上海，內蒙古、馬來西亞等地方作舞蹈文化交流。

2012至2014年，陳氏加入動藝為實習舞者；於2016年加入新約舞流，並開始進行編舞創作。其作品曾獲邀參與不同舞蹈平台，包括香港iDance舞蹈節、香港藝術節、城市當代舞蹈節、香港舞蹈聯盟「舞蹈新鮮人」等。

及後，陳氏於2021年獲得香港大學表達藝術治療(碩士)學位。現為澳洲紐西蘭亞洲創意藝術治療協會(ANZACATA)註冊藝術治療師及新約舞流副藝術總監。



周佩韻

周佩韻 | 計劃顧問 | 新約舞流藝術總監

周佩韻為香港演藝學院舞蹈系首屆畢業生，其後於1988年獲得英國倫敦當代舞蹈學院獎學金到該校深造表演及編舞。回港後自1991年起擔任香港演藝學院現代舞系講師，並於2003年英國拉賓中心取得藝術碩士(編舞)學位。周氏一向熱愛舞蹈藝術，2007年離任講師一職後，於新約舞流專注其舞蹈研究及創作，曾發表作品包括《馴悍記》、《拾約》、《真假距離》、《樽裝城市》、《界限·街道圖》、《歸途》、《馨香》、《一》、《一線光》及《行動 I, II, III --完成》等。其作品於近年屢獲殊榮，《歸途》在2010年獲頒香港舞蹈年獎之「獨立舞蹈獎」，《界限·街道圖》在2013年獲頒香港舞蹈年獎之「最值得表揚獨立舞蹈製作」，《樽裝城市》在2016年獲頒香港舞蹈年獎之「傑出青年及社區舞蹈計劃」，《真假距離》則在2018年獲頒香港舞蹈年獎之「傑出舞蹈教育」。周氏於2017年榮獲香港藝術發展局頒發之藝術家年獎(舞蹈)，並於2022年獲香港演藝學院頒發榮譽院士。

賽馬會「暮齡自在」舞蹈教育計劃

主辦機構

新約舞流

香港藝術發展局
Hong Kong Arts Development Council
致力發展為藝家提供最佳環境

捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金



www.passoverdance.org/jcmovewiththesilverflow

[@jockeyclubmovewiththesilverflow](https://www.facebook.com/jockeyclubmovewiththesilverflow)

[@pod_jc_elderlydance](https://www.instagram.com/pod_jc_elderlydance)



www.passoverdance.org

[@passoverdance](https://www.facebook.com/passoverdance)

[@passoverdance](https://www.instagram.com/passoverdance)