



## 2019年实堂年度报告

“实堂” Practice Tukshop

# 目录

你好!	3
关于实堂	4
实堂的力量	8
焦点:实堂	10
实堂孵化计划	11
《Hello, How Do You Move? 》	12
《休息实间》	16
《玩:味道!》	22

《合》	24
合作	25
实堂 x Naiise 创意分享会	26
伙伴与赞助商	28
租借场地	32
来玩!	32
工作团队与鸣谢	35



## 你好!

大约一个月前,我在国家艺术理事会举办的聚会上,分享了实践剧场在“拓展观众参与策略”的立场。我选择使用“邂逅”一词而不是“参与”,想表达的是我们与观众的互动不仅仅停留在交易的层面。我想,“邂逅”也是一种信念,相信每种互动都存在于不同的层次。有时,片刻的碰触,也能是美好的、重要的。

实堂,自我们这一年来开始固定营运以来,为许多不期而遇创造了空间。

我们持续地带动策划亲密、不拘一格的剧场活动,突破“艺术”的疆界,同时支持我们的艺术工作者,让实堂在实践剧场的脉络下成为“有意义”的空间。今年,我们邀请了厨师、调酒师、失聪和健听舞者、当然还有来自世界各地的剧场工作者到实堂进行创作。小空间所产生的不同体验也让观众为之着迷,发挥了意想不到的化学作用。

明年,我们将坚持不懈的继续“实践”环保。为了庆祝2020年,我们安排了20期的《休息实间》,希望你能抽空来找我们一起好好的吃一顿饭!

实堂能维持到今天,还得要感谢赞助商、滑铁卢街的左邻右舍和朋友们的慷慨支持。当然,实堂姑娘们也功不可没。感谢大家帮助我们,在这个小小空间里体现并延续实践的“甘榜”精神。

在2019年,我们邂逅了许多旧雨新知。迈入2020年,我们将继续敞开大门,期待和你不期而遇!

郭践红  
艺术总监  
实践剧场



# 关于实堂

欢迎来到实堂 - 一个实践剧场的重点项目。

座落于滑铁卢街艺术廊带的核心位置, 实堂这个咖啡馆体现着实践剧场的“甘榜”精神。无论是三五好友、一家老小、或艺术工作者, 我们都欢迎你到这里聚会谈天、喝咖啡品茶、悠闲地翻阅新加坡剧作家的作品、和工作伙伴来一番脑力激荡、或路过时与我们打个招呼。





作为实践剧场的创意游乐场,实堂在节目策划方面致力于作为各路人马令人意外的交叉点。我们的节目包括食物与故事的结合、不同能力的舞者与小巧咖啡馆的交融等,充满着无限的可能!实堂的节目也以艺术工作者为核心,希望营造一个可以让不同社区融合的空间。我们的原则是:欢迎任何人光临!

# 愿景

实堂旨在成为一个创意游乐场, 将艺术工作者和观众聚集在一起, 营造社区氛围





实堂自开业以来,就致力于倡导并实践环保与可持续性发展。  
因此我们将继续努力,不断更新使我们的项目更加环保!

## 实堂的力量

我们回顾2019年充满冒险的轨迹,实堂不仅只是一个空间,它还是一个社区、一种资源。每一块钱的捐款都将有助于我们继续进行艺术创作。支持实堂,也就是支持我们的四大能力:



### 我们在实堂:

#### 建立平台提倡社区生活

我们喜欢让人们欢聚一堂。通过我们的节目,我们致力让来自滑铁卢街甚至其他社区的群众聚集在一起。

#### 尽情的畅玩于艺术的边界

实堂着重于策划独特的作品,探索令人兴奋以及另类的说故事方式。我们引以为傲的活动将观众从常规的舞台带入现实世界中,为“艺术”提供了另一种视角。



## 推广实践环保行动

作为餐饮业者,我们不断地调整并改良我们的环保行为。在2019年,我们回收利用了咖啡渣、蛋壳及塑料包装袋、逐步淘汰一次性塑料、只有3%的食物浪费量,我们将会继续为环保尽一份力!

## 孵育及支持艺术工作者

从提供指导、建立联络网到场地赞助,实堂依据艺术工作伙伴不同的需求为他们提供支援,协助他们发展作品。我们深信艺术创作是一个不间断的过程,我们也非常开心看到许多计划,即使在跨出我们的大门之后,仍在继续地发展。



## 焦点:实堂

回顾2019年,实堂策划了以下既多样化,又有活力的节目与活动:

### 实堂孵化计划

《Hello, How Do You Move?》

### 节目

《休息实间》(与SG Food Rescue 合作)

### 联外合作

《玩:味道!》

《合》

## 实堂孵化计划

### 《Hello, How Do You Move?》

"在咖啡馆里近距离观看这些舞者，是一次令人感动的体验....."  
(观众, M1戏戏节)

#### 作品内容:

《Hello, How Do You Move?》是由健听编舞者/舞者聂霭婷和失聪编舞者/舞者Ammar共同创作的研究和表演项目。这是一出以变换观点及挑战极限为中心的双人演出。最后的成果以特定的地点，作为结构化的即兴舞蹈呈现。随后的问答环节，观众们将有机会深入了解，不同能力的舞者如何沟通以及创作。

关注@SayHiWithMovement 的脸书专页，追踪霭婷和Ammar《Hello, How Do You Move》的创作之旅。

所有演出将提供手语口译服务。



孵化期:	2019年5月至11月
内部呈现:	24 - 25.08.2019
公开演出:	09.11.2019 16.11.2019
创意团队:	Ammar 聂霭婷



## 关于实堂孵化计划

实堂是一个属于大家的创意游乐空间，我们的宗旨是不断地在艺术创作方面突破界限，挑战剧场的尺度。我们希望在能力所及之下，可以为各式各样的创意想法提供资源与支持，让它们孵化与成长。

我们在2018年为Chop Chili Chop Co.的《圆圆包》提供了空间与资源发展，并十分荣幸看到他们在2019年可以将节目带到台湾巡演。今年，我们很高兴能支持Ammar与聂蔼婷的《Hello, How Do You Move?》。



“

“无论你是黑皮肤、白皮肤、失聪或失明，总有一种可以和对方互相沟通的方式。通过触摸、聆听、呼吸和空间，可以一起合作，一起跳舞。”  
- Ammar, 艺术工作者

”

“

“近距离与观众互动，在平凡中创造特别与非凡。”  
- 匿名观众

”



“我看到这两位艺术工作者非常享受这次的合作,以及他们之间产生的化学反应。我也很认同实践剧场给与这个项目的援助,以付费方式替代免费演出,同时提供技术与行政支持。这就是进驻计划应该做的!”  
- Kuan Cien, 观众(制作人)



## 影响力：

在2019公开招收提案中，我们收到了不少来自新兴和资深艺术工作者提交的创意计划。这让我们意识到许多艺术工作者对于以过程为主的孵化项目，以及非常规的剧场空间，都有着一定的兴趣与需求。

作为一名孵化单位，实堂致力于支持新想法及协助刚起步的作品。值得一提的是，我们以两个阶段来发展作品的模式（先对内呈现后公开演出）尤其成功。此模式给予艺术工作者极大的空间探索他们的初步想法，同时通过早期观众的反馈，进一步丰富作品。

《Hello, How Do You Move?》就像许多之前的进驻者一样，他们在孵化期结束后仍持续地发展作品。他们最新的作品版本，加入了更多的舞者及原创音乐，被电力站的SAD Bar Open Call 2019选为得奖者之一。

支持这部作品也增加了我们在制作节目方面的包容性。通过为不同能力的艺术工作者提供一个平台，分享他们的合作和创作方式，我们开启了有关艺术创作与障碍能力的讨论。

# 休息 RECESS 实间 TIME

2019年5月22日至11月4日

## 创意团队:

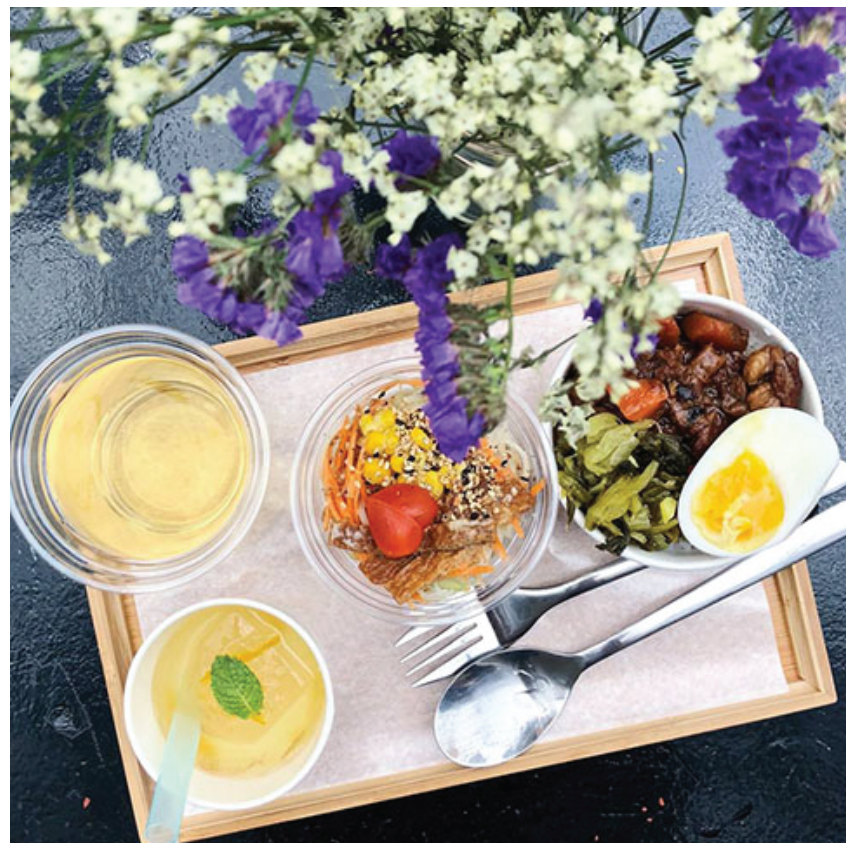
原创概念: 洪小婷

幕后团队: 洪小婷、Celyn Angelica、郑舆莹、蔡齐优、符愷芸、  
沈心怡、陈音仁

## 作品内容:

实堂的《休息实间》是一个位于新加坡艺术区中心 (58 滑铁卢街) 的午餐派对! 在特定的星期五, 掌厨人将创意体现在餐盘上, 吃货们也齐聚一堂享用美味又实惠的一餐! 份量有限, 请到我们的Facebook进行预订。

实堂很荣幸能与SG Food Rescue合作, 在每一期的《休息实间》打击食材浪费。



和谐基金鼎力支持

**mccy**  
Ministry of Culture, Community and Youth

## 用心煮好餐

享用三道美食及饮料,并认识为你精心烹饪的掌厨人吧!拥有十八般厨艺的他们将带给你什么样的惊喜呢?

## 快闪大锅饭

一起填饱肚子之余,别忘了与我们的Kaypoh King或Queen谈谈天,互相交换关于食物的小故事!

## 随意乐捐:

茶余饭饱后也别忘了乐捐行善。你的每一份捐款将支援实践剧场继续拓展更多的节目。(建议捐款额\$8)

## 掌厨人名录:

洪小婷

欧敏愉

Mazlan Boyamin

曾庆松

郑舆莹

朱瀚晖

周紫静

Chelsea Chua

余玟萱

徐隆

Imran Kidd

许丹凤

郭践红

玲玲阿姨

林利

罗评玲

黄国良

潘薇薇

沈心怡

陈音仁井

陈伊琳



“

”他们采取行动帮助减少新加坡食物浪费的行为非常值得赞扬.....通过对被废弃食材新的认识,我们大家都能为减少食物浪费尽一分力。”

- Vanessa, 评论员

”

“

“我非常享受通过美味且实惠的午餐结识这个社区和厨师。是一次令人惊喜的体验!”

- Benita, 出席者

”





“

“和他人以共桌方式用餐，了解他们是这个‘大饭锅’用餐方式的一大体验，每个人带着不同的经验、喜好和原因来到餐桌。这让《休息实间》变得非常有趣！”

- Ruth, 评论员  
(Alvinology)

”

## 影响力：

总结2019年的《休息实间》，我们一共举办了16期活动，呈现了约400道佳肴。有了固定的期数排程，我们建立了一群支持我们的回头客。也因此，有超过四分之三的《休息实间》都是客满的状况。



《休息实间》不只是制作美味佳肴，也提倡了社区生活。食物本身是一个媒介，将四面八方的人如年轻人、艺术工作者、环保人士、滑铁卢街居民甚至是游客聚集在一起。



在第二版本的《休息实间》中，我们介绍了一个新人物:Kaypoh King / Queen。这号人物游走于不同参与者之间，促进参与者之间的对话并鼓励他们分享与食物相关的个人故事。这些趣事随后与掌厨人的传记和食谱一并记载在《休息随记》中。

通过与SG Food Rescue的长期合作，我们提高新加坡人对于食材浪费的认知。所有的掌厨人都参加了“拯救食材”任务，将被抛弃的食材纳入菜肴里，变成一道道可口的美食。

### 同时出现在:

**Blueprint:** (<https://mailchi.mp/18a0e814a6b3/-blueprint-issue-09-seeding-clouds>)

**A-List:** <https://www.a-list.sg/eatery-where-rejected-veggies-are-the-stars/>

**Alvinology:** <https://alvinology.com/2019/07/04/eat-to-your-arts-content-at-practice-tuckshops-recess-time/>

**The Goody Feed:** <https://goody-feed.com/at-this-pop-up-eatery-you-can-pay-whatever-you-want-for-good-food/>

**BakChorMeeBoy:** <https://bakchormee-boy.com/2019/03/12/a-creative-space-to-work-create-and-collaborate-practice-tuckshop-reopens-to-go-full-time/>

**Social Space Mag:** <https://socialspacemag.org/-from-liveable-to-lovable-city-the-role-of-the-arts-in-placemaking-singapore/>

# 《玩：味道!》 (M1 戏戏节 2019)

2019年7月13日

## 创意团队:

创作者/表演者: 何满圆

制作人: 周紫静

戏剧研创员: 沈心怡

## 节目内容:

通过你的味蕾和嗅觉探索更多的意想不到!

你最后一次细嚼慢咽, 仔细品尝食物的味道是什么时候的事?

让具有天才般味觉与嗅觉的调酒师何满圆, 与你分享他对香味的深厚兴趣以及有意识进食的重要性。放松心情, 开启你所有的感官, 体验非一般的静心品酒之旅!

由于参与者将饮用含酒精饮料, 需年满18岁以上方可购票参与。





## 影响力：

作为一个咖啡馆兼艺术空间，实堂对意想不到的跨界交流深感兴趣，也自然而然的成为这项节目的场地伙伴。此节目为2019年“M1戏戏节”的项目之一，调酒、香气和剧场这三者令人出乎意料的结合，也反映着实堂节目策划的本质。

支持这项节目使我们能够继续与“剧场”界之外的人材建立关系。满圆是一名经验丰富的调酒师，参加了这项跨界的合作，也促使他突破创作的极限。

通过这次的过程，我们也建立了一种格式，能够促进我们与不同领域的艺术工作者类似的合作。

“

“最初《玩：》系列的概念引起我的注意.....我认为满圆以一连串的酒饮引导我们的味觉，这个想法非常有趣。”

- Anna, 参与者

”

# 《合》 (M1 戏戏节 2019)

自2019年7月起

## 创意团队:

Do Agency

## 节目内容:

我们需要结构来进行游戏?还是通过游戏创设自己的结构?

由南洋理工学院建筑学系的学生、校友和职员所组成的团队 - DO Agency, 创建了一个由不同模块组成的互动式装置艺术, 鼓励公众亲自动手以自己的方式进行操作, 探索这个《合》所带来的无限可能性。

## 关于DO Agency

《合》是由Do Agency 团队所创建的, 他们来自南洋理工学院建筑学系。建筑学课程提供学生们全方位的学习旅程, 培养他们富有人性与诗意的心灵、充满专业知识、技术的思维和环保意识。更给予学生在实用建筑设计与先进技术上的良好基础, 加强他们对传统与本土文化的欣赏, 训练顽强的个性, 以及立志改善世界的心。



"I feel like I'm LUFFY sitting on a ship!"



"I am gonna be the PIRATE KING!"

“

“秋千、爬高高、跟小鱼是他的最爱。当他气噗噗的时候，爬高秋千是他放松心情享受的时候！每当他在荡秋千的时候脸上都会有一抹自在的笑容！这个自在的笑容会让妈妈融化！”

- Mandy, 母亲

”

### 影响力：

这项装置艺术就位于实堂的入口处，目的就在于鼓励人们毫无拘束的玩乐、提供一个互动、放松、娱乐的空间，深受成人、孩童、顾客甚至是路人的喜爱。

它除了是装置艺术，也是我们实践绿色环保的方式之一。装置艺术本身的材质是由竹编制而成的，可以完全由生物分解。我们也使用太阳能建立了一个鱼菜共生花园，在里头种植香草，《休息实间》的掌厨人可随心采用。另外，实堂日常营业所产生的厨余如蛋壳和咖啡渣也都成为了花园的肥料。

照片来源：谢静娴

## 联外合作:

这一年来,实堂有幸获得许多志趣相投的公司、团体的支持,为我们的顾客提供众多的餐饮选项。

## 我们的动机:

支持新加坡商家,提供平台让他们售卖产品。

创造互动和拓展的机会。

提供一个实验的空间。

特别计划:

## 实堂 X Naiise 创意分享会 #SPACESMALLSMALLDREAMBIG- BIG (38m<sup>2</sup>): Creative Place-making through the Arts

作品内容:

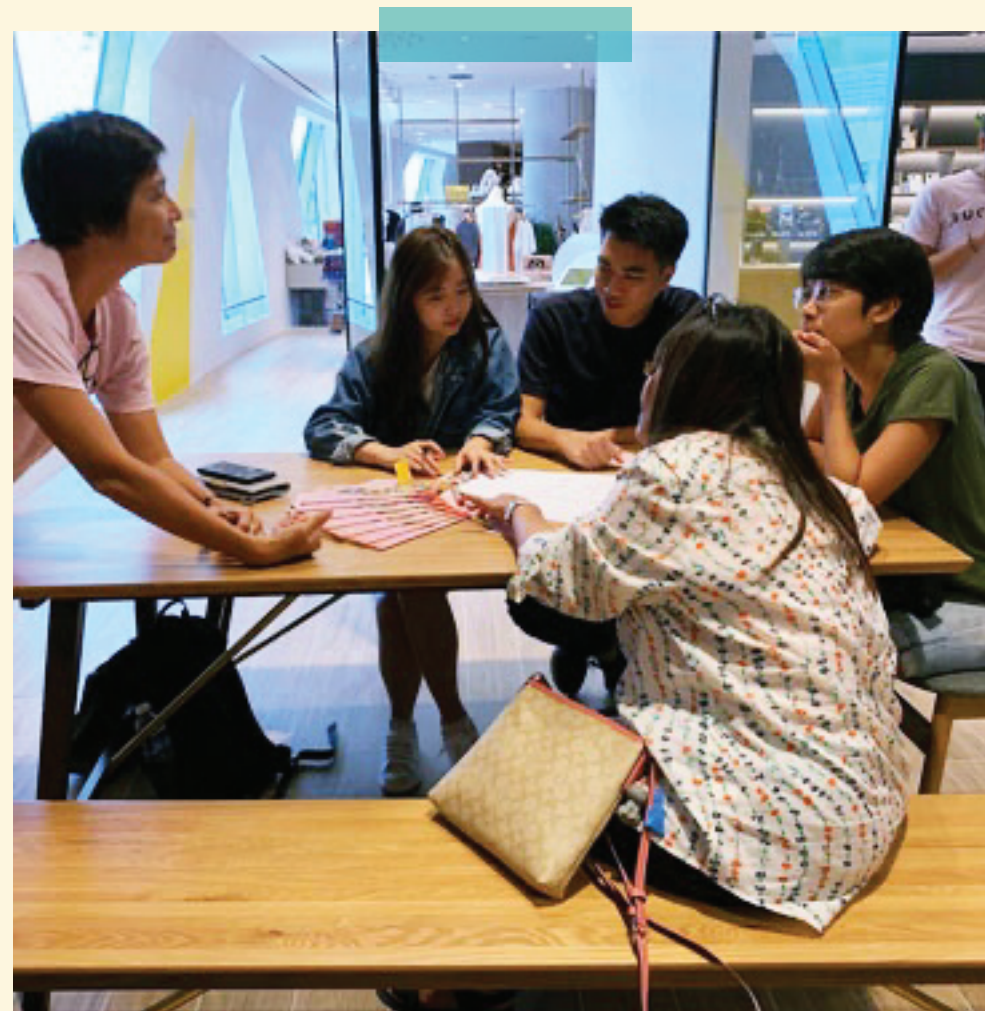
如何让房子成为安居的家?那就是在它身上营造一个地方的氛围和归属感。其中,通过空间营造这个古老且多面的催化剂,能够完善的规划、设计及运用公共空间管理,促进人们的健康、幸福与福利。

实堂幕后团队将在首届创意分享会议上,分享他们如何凝聚周围商业与艺术个体的力量,提供一个试平台,鼓励城市参与。之后的环节,实践剧场艺术总监郭践红将带领你置身于一场脑力激荡的环节,以有趣和创新的方式,与我们家园周围的社区产生互动。



### 关于Naiise创意分享会：

Naiise创意分享会是每月一次的系列工作坊，为创意人士提供一个平台，通过演示和手作活动分享他们的专业。分享会是由新加坡创意市集和设计零售商策划和组织。其他主持人包括Playuem、新加坡国际电影节的电影制片人Gladys Ng、艺术工作者Mary Bernadette Lee、NÜWA和We The People众筹平台。





“

“这是一次非常有趣且引人入胜的体验,我特别喜欢的是创意分享会上的手作环节。”

- Donovan, 参与者

”

“

“当我们在Naiise Iconic举办创意分享会时,我们非常想让所有参与者都能参与其中,激发他们的创造力和协作精神。从初次会议到创意分享会本身,这确实是一次非常好的经验。这感觉就像与一群朋友一起工作,使所有的事变得轻而易举!”

- Sean Tay, Naiise代表

”



我们也和Naiise团队建立了友好的关系。作为他们首次合作的对象，我们能够利用我们创作节目方面的优势，支持他们的新创产业。

点击了解更多详情：

<https://naiise.com/blogs/blog/the-practice-tuckshop-creative-session>



## 影响力：

这次的工作坊给予我们机会，将实堂这个创意的社区空间介绍给更多人认识，并分享我们独特的创意空间营造和跨界的实验。通过这次的契机，我们接触到了Naiise的支持者，同时也借由邀请赞助商及合作者出席这次的活动，加强我们之间的现有的关系。

## 我们的赞助商：

### 白新春茶庄

白新春茶庄由庄旦娘女士连同儿子白金讴先生于公元1925年创办，拥有超过90年的做茶经验，可算是新加坡历史最悠久的茶庄之一。茶庄的童牛商标既是优良茶叶的保证。不仅如此，白新春更是新加坡少数仍坚持保留传统制茶与包茶方法的茶庄。

白新春茶庄是实践剧场的长期伙伴，他们以实践剧场半个世纪的文化底蕴为灵感，特别为我们配制出“践水54”茶饮。此外，我们也联手为众多实践剧场主剧目创作出令人印象深刻的茶叶周边商品。近期的《四马路》棋盘及《老九》小戏台仍可在实堂购买！

### 三脚标

成立于1973年，三脚标背负的使命是降低医疗保健费用，以及为社会大众提供天然健康的产品。因此，公司一贯专注于生产和营销传统健康饮品、中西成药和保健产品。三脚标清热水是当中家喻户晓的健康饮料。

展望未来，三脚标将继续创新、进步、做得更好，因为他们的愿景牢牢扎根于他们的核心价值观：感恩、诚信和同理心。这些价值观促使他们以大众的福祉为主，下一个80年和以后也将秉持同样的信念。

## 我们的伙伴

### FROZT

Glen 和 Terence 在冰业的旅程,从他们致力重心发明更健康的本地特产-“红豆冰”的店面开始!他们发现答案就是他们童年最喜欢的小吃-冰包!他们的冰包与其他人不同,任务是将欢笑带给每个人。健康、具有现代风格, Frotz 团队持续实验大胆的口味,同时提供适合新加坡人口味的甜点!

#### Frozt的特点:

- 用真正的水果制成
- 100% 无乳制品与适合素食主义者
- 清真认证
- 无添加防腐剂



## KiKi 食品杂货新加坡

数年前,在台湾旅行的时候,Karin和Sally偶然发现了一家位于延吉街内现代风格的四川菜餐厅。在这家小餐厅享用餐点后,便无法自拔的爱上它!

爱吃爱玩爱做菜的大叔老板,在1991年开立了第一家KiKi餐厅,以家传的成都料理为宗,开发创意菜色,颠覆川菜古板的印象,让川菜精致化、时尚化、生活化,迅速成为台北东区人气最旺、吸引饕客排队报到的名店。

2016年,大叔开发出“KiKi家尝料理”系列产品,主打在家也能吃得到KiKi餐厅级美食,KiKi食品杂货新加坡有幸品尝且赞不绝口,因此把这系列产品带到新加坡这块阳光明媚的土地,让本地食客也能享用。



## Two Degrees North Coffee Co.

Two Degrees North Coffee Co是本地一家专业烘焙咖啡豆的咖啡坊，他们获奖无数并且不断精益求精。实堂的访客可从热冲或冷泡出来的咖啡中，品尝当中浓香醇厚的好滋味。

**其他伙伴：**BooksActually、草根书室、Popaganda、SG Food Rescue、文化、社区及青年部所设立的和谐基金。



## 场地租借

实堂开放私人或团体租借。座落在新加坡市中心地带, 实堂位于具有历史价值的建筑物一楼, 空间舒适、地点方便、氛围极佳。适合举办工作坊、会议、企业活动、聚会交流、产品发表等活动。

欲知租金与配套详情, 欢迎电邮至[tuckshop@practice.org.sg](mailto:tuckshop@practice.org.sg)。

## 来玩!

实堂持续追寻与本地商家、创艺人士合作的可能性。如果你和我们志同道合, 或者你身边的朋友有兴趣参与我们, 请电邮至[tuckshop@practice.org.sg](mailto:tuckshop@practice.org.sg)和我们联系。期待和你们碰面!



## 《休息实间》 回来了!

1月10日

1月17日

2月14日

2月28日

3月13日

(《四马路》特备菜肴)

3月27日

(《四马路》特备菜肴)

4月24日

(《四马路》特备菜肴)

5月8日

5月22日

6月12日

6月26日

7月10日

7月24日

8月14日

(“M1戏戏节”特备菜肴)

8月28日

(“M1戏戏节”特备菜肴)

9月11日

9月25日

10月9日

10月23日


11月13日

### 募集掌厨人!

你对自己的厨艺有信心吗?那让你的厨艺接受考验!一边烹饪一边分享你和食物的故事,成为我们2020年的厨师之一吧!无论你是谁,我们都无任欢迎!

欲知更多详情,请电邮和我们联系  
[tuckshop@practice.org.sg](mailto:tuckshop@practice.org.sg)

欢迎通过实堂脸书聊天室预定位子。现场也有  
限量餐点供应给临时登门造访的客人。



**小小空间, 大大梦想  
实堂2020年孵化计划**

2020年1月20日开始提交企划案

欢迎电邮至[tuckshop@practice.org.sg](mailto:tuckshop@practice.org.sg)了解更多详情或索取申请表格。

## 工作团队及鸣谢

# 2019年实践实堂年度报告

编辑:洪小婷、沈心怡

翻译:李彩斌

平面设计:Celyn Angelica、郑向荷

艺术总监

郭践红

管理团队

周紫静

吴维奋

林秀伟

廖美玉

张淑琼

实堂团队

洪小婷 (节目策划)

Celyn Angelica (营运、平面设计)

蔡齐优 (伙伴拓展)

郑舆莹 (节目及制作)

符愷芸 (传播及伙伴拓展)

沈心怡 (传播、副节目策划)

支持单位:

文化、社区与青年部

特别鸣谢

BooksActually

Frozt

草根书室

KiKi 食品杂货新加坡

白新春茶庄

Popaganda

SG Food Rescue

实践剧场

Two Degrees North Coffee Co.

三角标

资助者、支持者、朋友们以及新聘的姑娘们

报告中引用的话因句长及清晰度加以修改。