

专业护理 - 寻医问药, 咨询送诊  
康复理疗 - 针灸推拿, 物理治疗  
社工服务 - 福利申请, 心理咨询  
交通服务 - 接送送诊, 购物出游  
餐饮服务 - 专业厨房, 营养膳食  
文化养生 - 琴棋书画, 诗词歌赋

科学保健 | 文化养生 | 膳食养生

# 阳光保健养生中心

## Worldshine Adult Medical Day Care Center

- 马里兰州最大规模日间保健中心
- 最高服务标准
- 以人为本服务理念

用心做养老, 用爱护健康。

- 会员可加入阳光合唱团、阳光京剧团、阳光乐队、舞蹈团、越剧社、查经班、读书沙龙、园艺小组、台球小组等社团。
- 提供太极、手工、英文、书法、国画、素描、油画、乐队、钢琴、烹饪、经络保健操、关节操、广场舞等课程。
- 麻将、Bingo、益智游戏、棋牌游戏等丰富多彩娱乐活动。

感兴趣的耆老和家属请联系:

### 301-250-3555

孙女士 (注册护士)

阳光保健养生中心

一号店地址:

20420 Century Boulevard, Germantown, MD 20874

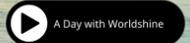
二号店地址:

5801 Ammendale Road, Suite D, Beltsville, MD 20705

打开微信, 扫描这个二维码即可关注阳光微信公众号。



打开手机, 用照相机模式对准这个二维码, 即可观看动画短片“与阳光度过一天”!



中文网站: [www.worldshinegroup.com](http://www.worldshinegroup.com)

YouTube频道: Worldshine Media (每天更新, 线上养生课堂、各种趣味短片, 欢迎耆老关注收看!)

## 情系阳光人 冬日送温暖

Emily Li



为弘扬尊老、敬老、爱老、助老的中华传统美德, 倡导“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神, 提高员工的无私奉献意识和服务实践能力。2021年12月初, 阳光中心二部在耆老余世芳的提议下, 开展了圣诞节编织活动, 让老人们感受阳光中心的真情与温暖。

编织活动能促进人们的身心健康。研究表明: 右手活动有益于大脑左半球开发(大脑左半球司管表达复杂思维、数字计算、逻辑推理分析能力); 左手活动有益与大脑右半球开发(大脑右半球司管理节简单语言、识别实物和图像及音乐鉴赏能力。手工编织毛线, 编织者手、眼、脑并用, 有预防老年痴呆的作用。编织还可以改善脑淤血、脑血栓、风湿性关节炎等病症引发的指与腕的拘挛等功能障碍; 对人们的焦虑、烦躁症状有缓解作

用, 也可预防肌肉萎缩肌力低下以及防治由于长久书写、绘画所引发的手麻、握笔无力等书“写综合征”。为此, 阳光中心特别举办了主题为“一起过一个温暖的冬天”活动, 对有编织意愿的老人和员工由阳光中心活动部统一分发编织材料, 编织帽子、围巾等送给有需要的耆老们。

阳光中心的耆老们都踊跃地参加了这次活动, 南祥芬阿姨特意请教编制技艺高超的朋友教授自己编织了红色、绿色2顶精致的毛线帽送给同桌金兰英以及好友蒋咏琴阿姨。员工和老人们都羡慕地围观说: 就是花钱也买不到如此精美的帽子啊!

余世芳阿姨精心地为百岁老人黄柱石编织了帽子和围脖, 为百岁老人送上最真挚的温暖和祝福。

谭淑芬阿姨特意编织了2顶花色贝雷帽送给自己每天同车

的老人家。收到礼物的万伯伯和时伯伯都异常兴奋, 表示戴上帽子后自己年轻了十几岁!

汤静修、吴甫秀等阿姨也都为邻桌的耆老们编织了漂亮的毛线帽, 张月华阿姨特意请自己的女儿编织了一条大红色的围巾送给王淑琴阿姨。

看见大家对自己的织品爱不释手, 编织者都感到由衷的欣慰。笔者Emily参照多种图案专门为94岁的李秀兰、雷利芳老人分别编织了一顶螺旋帽, 表达自己对老人们的敬爱! 同时还精心编织了毛线帽给余伯伯。中心89岁的余伯伯生活已近不能自理, 每天早上阳光中心接送老人的司机沈国荣师傅都会上门为老人穿衣服, 拿拐杖和背包, 搀扶老人出门。如今余伯伯因为身体原因迫不得已转走了, 但是我们工作人员仍然坚持将这份关爱亲手送给老人家。余伯

伯就像自己远在中国的父亲, 沉甸甸的放在了阳光人的心里。

不会编织的耆老们也不示弱。时尚的于肇德阿姨将自己闲置、崭新的粉色羊毛披肩捐献了出来, 送给了何阿姨, 何阿姨兴奋的连声说着感谢! 还有更多的阿姨陆陆续续地送来自己或喜爱或闲置的织品想要给有需要的老人家!

更有耆老们争先恐后地报名参加后续的手工编织活动。这次的圣诞编织活动不仅营造了阳光中心尊老、爱老、敬老的良好氛围, 而且增加了耆老们之间的团结和友爱。

阳光中心二部已决定开设手工编织班, 我们不仅要在物质生活上关心老人, 更要从精神上给予关爱, 让耆老们感受到阳光中心的温暖。希望通过手工编织活动, 让更多老人和员工加入到关爱耆老们的行动中来。

