

打开微信，扫描这个二维码即可关注阳光微信公众号。



微信搜一搜
阳光每一天

科学保健 | 文化养生 | 膳食养生



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”！



阳光保健养生中心

Worldshine Adult Medical Day Care Center

德国镇店: 20420 Century Boulevard, Germantown, MD
Laurel店 (近哈维, 银泉, 马大):
5801 Ammendale Road, Suite D, Beltsville, MD
咨询加入、求职、商业合作请联络:
info@worldshinegroup.com
长期招聘RN, LPN, CNA, 司机, 厨师, 帮厨, 保洁, 志愿者。

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



感兴趣的耆老和家属请联系:
301-250-3555
孙女士 (注册护士)

会员心声

“阳光的工作人员对我照顾无微不至，每天都有精心配制营养饭菜，我们已经在阳光六年了，身体健康很稳定。感谢护理团队对我们的呵护”

“阳光中心比家更温暖、比儿女更贴心。在阳光的照料下，儿女身上的负担减轻了。我的血压和血糖也得到了稳定的控制。”

“我的母亲82岁了，她在阳光中心交了很多新朋友，也多了很多业余爱好。她每天都很开心！谢谢工作人员们对我母亲的悉心照料！”

- 会员可加入阳光合唱团、阳光京剧团、阳光乐团（民乐队、西乐队）、舞蹈团、越剧社、查经班、读书沙龙、园艺小组、台球小组等社团。
- 开设太极、手工、英文、书法、国画、素描、油画、摄影、乐队、钢琴、二胡、朗诵、烘焙、经络保健操、关节操、广场舞、椅上操等课程。
- 麻将、Bingo、益智游戏、棋牌游戏、台球比赛、庆生会、节日演出、外出游玩、买菜购物等丰富多彩娱乐活动。
- 会员可享受理发、按摩椅、剪指甲等服务
- 如符合资格，我们可辅助您申请Medicaid
- 我们也欢迎自费会员加入。



用心做养老，用爱护健康。

中文网站: www.worldshinegroup.com
YouTube频道: Worldshine Media (线上养生课堂、各种趣味短片, 欢迎耆老关注收看!)

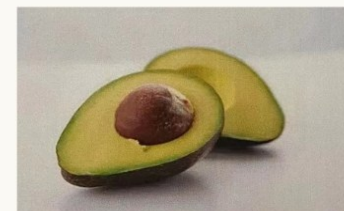
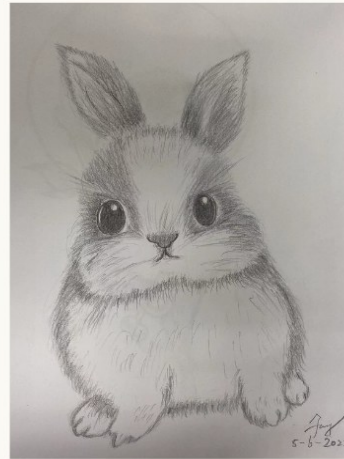
阳光文化养生专栏

阳光素描班介绍

众所周知，素描乃绘画入门的必修科目，是写实绘画的重要基础。学素描可训练我们对物体的光暗、立体、空间、质感和构图的表现。有效提高学生的审美观、观察力、思维能力、扎实的造型能力和艺术语言的表达能力。

素描是指单一颜色的绘画，选用2H, HB, 2B, 4B, 和6B铅笔来进行绘画。入门级别课程以认识素描基础知识、透视原理和构图法则，同时训练笔触与线条表现手法为主。老师教导学生如何运力、发力以及绘画姿势。素描专注于线条刻画，不太需要顾虑色彩的运用，尤其适合想静下心来放松心情朋友，课程着重形体与空间、结构和比例、特征与形态的关系。刚入门的学生

先由几何体、石膏塑像开始学习，譬如：立方体、维体和柱体等等，之后会绘画静物，例如：陶罐、瓷器等器皿以及水果、蔬菜等物体，其后，就可以尝试绘画动物以及学生喜欢的物品。素描课程采用学院式，以循序渐进教法进行传授。中心聘请的小杨老师，根据老人们不同的基础程度来安排课程，了解学生的学习愿望，基本实行量身提供“一对一的教学计划”。 (Kay)



感谢阳光给予老人们更多学习各项才艺的机会。通过书写和绘画等课程，锻炼脑部和手的协调，掌握了不少技艺，起到修身养性的作用，我还将坚持学习，奉献给大家更多好的作品。(耆老：花伯伯)
我今年92岁了，以前从来没有素描和绘画基础，现在找到适合自己并喜欢的课程，跟随老师一点点学起，不懂就请教，没事多练习，在学习进步的感觉非常棒！(耆老：王阿姨)
跟随老师学习一段时间，渐渐地领悟到素描的要领，现在画的越来越得心应手。(耆老：方阿姨)

我很开心学生们全身心的投入到素描学习状态，看到她们的进步并享受绘画的过程，能够谦虚聆听她人的意见，通过课堂训练，课堂示范和师生点评改善，学生更有效地增强动手能力，开发想像力，养成细致的观察能力，提高对事物的认知能力并培养耐力。(小杨老师)

阳光保健养生中心