

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



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!)



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。

## 阳光夏季系列活动之一

## 欢乐父亲节

## 父亲节活动掠影



每年的父亲节, 载歌载舞, 是耆老们欢乐的节日。与以往父亲节形式不同, 今年阳光中心的父亲节以游戏穿插娱乐节目, 为我们带来热烈欢欣、风格全新的节日气氛。

6月18日, 在阳光中心一部大厅举行父亲节庆祝活动, 活动以台球比赛颁奖仪式开始, 游戏及娱乐节目穿插进行。这次台球比赛有不少耆老报名参与, 经过激烈角逐之后, 花落各家! 颁奖仪式结束后, 第一个游戏是传统游戏“传声筒”, 现场招募台下几位耆老, 由第一名参赛者看到题目后, 用肢体语言或其他的言词表达出题目所示意思, 但不能说出题目, 让下一位参赛者领悟后再以此类推, 用各种表达让后面参赛者明白意思, 经过这样层层传递后, 由最后一名参赛者说出题目的原意……几轮游戏下来, 表演者们各出奇招, 有以肢体动作卖力演示的, 也有搜肠刮肚用其他言辞表达的, 他们动作滑稽、用词风趣, 还偶有误导之意……引得场内阵阵掌声和笑声……

另外有几位耆老登台发表父亲节感言, 有耆老追忆了父亲生活的点滴, 把我们带回曾经的岁月; 其中粘女士的发言让我颇为动容, 她说: “父亲是顶天立地的男人, 父爱如山般厚重, 比山更伟岸; 父爱似海, 比海更包容; 父爱如光, 比阳光更明媚……父亲, 是家庭和儿女们坚实的依靠, 为家操劳、为儿女们遮风挡雨, 您辛苦了! 祝天下的父亲们节日快乐!” 说的多好啊, 父爱无言, 恩重如山, 祝天下的父亲们身体安康、喜乐相伴! 节日快乐!

接下来还有游戏“瞎子摸虎”、竞猜谜语等等。耆老们兴致很高, 踊跃报名上台摸小老虎, 摸到眼睛的, 摸到鼻子的, 还有被要求转几圈再摸虎的, 无论摸到什么都一样快乐, 耆老们童心未泯仿佛回到了幼童时光, 真是其乐融融, 快乐开怀! 竞猜谜语的环节, 耆老们开动脑筋, 全神贯注, 那模样像极了孩童参加考试的紧张与认真……

这次联欢活动, 动中有静, 妙趣横生, 开辟了新颖的模式, 使耆老们耳目一新并纷纷点赞。中心从领导到各部门员工, 关心与重视让我甚为感动。为活动顺利进行提早筹备策划, 特别是活动部做了大量筹备工作, 为耆老们带来温暖和欢乐! 谢谢, 祝阳光中心更上一层楼, 越办越好! (晓林)



人们常以“父爱如山”来表达父亲对儿女的养育之情, 父爱恩重如山!

### 忆父爱

我出生在传统的农家, 父母世代为农, 母亲去世早, 是父亲在那个艰苦年代抚养了我们兄妹四人。记忆中父亲勤劳朴实, 一辈子守着田间地头, 无论风霜雨雪、酷暑严寒, 日出而作、日落而息, 他用自己的双手保障了一家人虽然贫穷但不致于挨饿受冻的日子。多年以来, 我常常回忆起父亲, 他操劳的背影始终难以忘怀, 父亲对我们的教育也是十分朴实, 他希望我们勤勉劳作, 不偷懒耍滑, 自然会有好的回报, 这些简单的话语包含了“天道酬勤”的深刻道理, 父亲的教育伴随了我的一生。

无论生活境遇如何, 我谨记父亲的话, 以父亲为榜样默默地工作, 从不怨天尤人, 是父亲传承的精神陪伴我渡过人生中很多的困难坎坷, 也因此教育了我的孩子, 孩子们都以爷爷为榜样, 勤劳致富, 过上美好幸福的生活。“父爱如山”不仅是对父亲养育的敬仰, 他更教会我们面对生活与困难, 开创美好!

感谢父亲! 谨以此文, 缅怀我的父亲!

祝大家父亲节快乐! (阳光耆老: 陈伯伯)

阳光保健养生中心

