

又见炊烟起,饭香情四溢

美国华府西北同乡会疫后首次野餐



2022年8月27日,星期六,美国首都华盛顿西郊的波多马克河畔,C&O运河国家公园

(C&O Canal National Park, Potomac, MD 20854),美国华府中国西北同乡会举办2022年度野餐聚会,二百多人到场。

CDC疫情追踪显示,美国日增新冠阳性近9万,日增新冠死亡人数约400。新冠病毒与人类共存已成定局,日子得过,乐子得有,CDC和政府早已不限制大型聚会。华人社团与时俱进,调整思路,恢复聚会。

上次野餐还是在2019年。西北野餐久负盛名,是乡党和许多朋友的年度企盼。因为新冠大疫,野餐中断两年。如今又见烧烤炊烟升起,老友新朋欢聚,人们欣喜,感慨,

珍惜……温馨更胜往昔。

到场嘉宾有:西北同乡会的老朋友、马里兰州参议员李凤迁、州众议员齐丽丽;马里兰州行政听证办公室首席行政法官 Chung Pak;同乡会联合会会长周刚;西北同乡会终身名誉会长吴世华;华府同乡会联合会名誉会长龚锦;蒙郡-西安姐妹城市美方委员会主席 Tracey Dixon 和委员 Alicia Hannon;徐州同乡会会长单艺;安徽同乡会会长王行宇;福建同乡会会长郑巧云;浙江同乡会会长徐静文;等。

天气晴好,莺歌虫鸣,树荫凉亭,绿茵草坪。食品丰盛,秦腔凌空,眉户婉转,民歌情浓。吴琪唱了两段秦腔,一是《游西湖》李慧娘唱段“再续红梅缘”,另一是《三滴血》选段

“兄弟窗前把书念”,吴琪嗓音甜美,乐感极强,她唱的“兄弟窗前把书念前一阵子还入围全国梅花杯戏曲决赛。王思问、何莉萍演唱的眉户剧《屠夫状元》选段“叫哥哥你莫要如此介意”非常优美,水平很高。何莉萍和李晖演唱了宁夏花儿“院子里长的是绿韭菜”。

张书岭会长、联合会周刚会长、吴世华终身名誉会长、李凤迁、齐丽丽、Chung Pak、Alicia Hannon 等讲话,盛赞西北同乡会,鼓励大家在中期选举中积极投票。

多数人走了之后,众多为野餐忙碌服务的历史和骨干们在一起继续烤串,喝酒,聊天,一直闹到下午五点多才散。

百闻不如一见,欲知野餐盛况,请看西北副会长、甘肃前会长、西北摄影友社社长孙宏剪辑制作的3分钟录像:<https://www.zhihu.com/zvideo/1547371392148094976>

本文所用照片主要由西北理事钟申提供。

对野餐有奉献的模范人物很多,难以尽述,这里录几段张书岭会长野餐之后在同乡会理事群发的微信,既是记录,也是赞扬;名单不全,请鉴谅:

“西北饮食多样,足量,特色,美味。吴俊的肉夹馍,孙宏的苦豆子饼,川陕名吃赞赞的西安凉皮,琪兰老师的特色新疆抓饭和

西北凉粉,黄琪慧老师的春卷,王仲会和罗丹的酱牛肉,吴琪的烤排骨,王浩云的特色炒面,冯宁平准备的炸油条,王思文准备的玉米,陈向黎的烤鸡翅,雷晓春和刘玉红准备大量的西北凉菜……”

“老薛的烤羊肉串西北野餐的地道必有食品,名扬华府!谢谢薛琦的细心安排,他和孙焰准备足够,今年老乡们随意无限品尝。闫格和好多理事都参加了火热的烧烤中,也想从老薛盗取正宗新疆羊肉串的密码……”

“场地布置和野餐后的卫生清理工作非常棒,10点钟就开始布置,感谢李辉,孙焰,乔楠,王仲会,王思问,还有陆续赶到的理事们,在老乡们到来之前,路标,会旗,领餐和用餐场地,登记和收费站,周刚,徐洪庆准备好音响。大家又与食品分发的许多理事和乡亲参加了野餐后卫生清理工作……”

“谢谢文毅安,潘玮,周红,廖天疆,和几位乡亲的细心认真的登记,收费,和报销工作”。

“非常高兴吴世华老师和王一宁老师参加,他们也帮助接待嘉宾和乡亲,谢谢吴世华老师的讲话和对同乡会的支持和鼓励。”

“特别感谢刘玉红协调和安排食品。”
(西北同乡会常务理事 潘启元 2022-08-29)

蒙郡政府华裔老人健康及公众服务资源系列八讲座9月8日晚开讲

Medicare 是联邦健康保险计划,65岁或以上的人,某些年轻的特殊残疾人,和终末期肾病患者(需要透析或移植的永久性肾功能衰竭)都可以申请获得。Medicare 有几个不同的计划为您提供不同覆盖的医疗保险服务项目: Medicare A 部分(医院保险),涵盖住院、专业护理机构的护理、临终关怀和一些家庭保健。Medicare B 部分(医疗保险),涵盖某些医生服务、门诊护理、医疗用品和预防服务。Medicare D 部分(处方药承保),帮助支付处方药的费用(包括许多推荐的注射剂或疫苗)。Medicare A 和 B 又称为 Original Medicare (原始医疗保险)。另外还有 Medicare C 部分,又称为 Medicare Advantage(医疗保险优势),和 Medicare Supplement Insurance (医疗保险补充保险),提供了另一种领取您的 Medicare 福利方式。每项计划具体包括哪些服务内容?您是否可以满足申请的条件?根据您的情况如何选择符合您要求的 Medicare 的健康保险计划?如果了解 Medicare 的联邦健康保险计划,解答如何选择合适您的保险计划项目问题,请您参加9月8日线上“如何选择 Medicare 的各类医疗保险项目?”的专题讲座。这次讲座是2022年“蒙郡政府华裔老人健康及公众服务资源系列讲座”的最后一讲。本次讲座是马州蒙郡卫生局高级健康调研员 Phoebe Shih 女士中文讲座,她是蒙郡卫生局华裔健康

促进会朋友角的负责人,也是此次系列讲座的召集人。

马州蒙郡的华人同胞们,你们知道蒙郡政府都提供哪些健康和公众服务吗?你们知道蒙郡政府有着全美各郡中规模非常庞大的健康与公众服务队伍吗?很多华裔居民可能不知道,蒙郡健康与公众服务部(也可以称为卫生局)有雇员1700多人,为全郡一百万人口提供着非常全面的健康与公众服务。但非常可惜的是,由于多数华裔居民是新移民并一定程度上受英语能力和使用习惯所限,大多数蒙郡华人同胞对郡政府所提供的公共服务和福利资源知之不多。为了更好地服务社区居民,普及健康保健知识,提高社区居民对现有资源的认识和了解,以获取优质的保健服务,大华府华裔社区健康服务中心和蒙郡卫生局华裔美国人健康促进协会(AAHI)将共同主办“蒙郡政府华裔老人健康及公众服务资源系列讲座”。系列八讲座将于9月8日(周四)晚8点至9点通过 Zoom 在线举办。

每月第二个周四晚八点至九点钟的八次系列讲座,主要目标是以华裔语言和文化方式来为55岁以上的蒙郡华裔居民提供有关在健康、保健和生活方式方面的讨论。蒙郡卫生局华裔美国人健康促进协会(AAHI)有很多针对老年人的英语课程,专门针对中文使用者的项目并不多。本次

系列讲座的理念是以老年人理解的语言,以老年人健康、保健和生活方式为主题,以及相关的资源、计划和项目。

系列讲座是华裔美国人健康促进协会的 Friends' Corner (朋友角)项目,八次系列讲座将在轻松和温馨的环境中进行:

2月10号:马州蒙郡华裔美国人健康促进协会简介及如何保持身心健康

3月10号:理解老人被虐待,忽视的痛苦,如何防范它们发生

4月14号:认知阿尔茨海默氏症(俗称老年痴呆症)

5月12号:如何预防老年人跌倒损伤?

6月9号:与患有阿尔茨海默氏症的人的有效沟通策略

7月14号:有效的药物管理

8月11号:蒙郡老年人公共福利资源和精神健康

9月8号:如何选择 Medicare 的各类医疗保险项目?

八次的系列讲座主要使用中文,如果是英文讲,我们将提供现场中文翻译。华裔健康促进部的主讲人社区宣教经验丰富,讲座不仅内容丰富和实用,也非常通俗易懂。这不但将是蒙郡华裔居民了解郡政府公共健康服务和福利资源,获得专业协助以获取更多有效资源和保障途径的好机会,也是专门为华裔老人量身定制的老年健康专题讲座。机会难得,请华裔同胞们不要错过!

9月8日讲座的题目:如何选择 Medicare 的各类医疗保险项目?

时间:2022年9月8日(周四)晚8点至9点。

参加方式:参加本次或本系列讲座不需要提前报名。只需要记住讲座的时间,按时从手机、平板电脑或笔记本电脑等电子设备上登录即可。请用下面的链接登录在线会议或通过扫码识别本文中的二维码照片登录,也可以采用拨打电话的方式参与。

Zoom Meeting link
[https://us06web.zoom.us/j/82835222754?](https://us06web.zoom.us/j/82835222754?pwd=aUlXdFVWbWJlYm9G5TanFFS2sybXgyZz09)

Meeting ID: 828 3522 2754

Passcode: 662926

电话参与:301-715-8592

大华府华裔社区健康服务中心中文帮助电话:240-658-9228,571-668-5836。两个热线电话都提供中文普通话和广东话服务,也可以发中文短信联系。

大华府华裔社区健康服务中心(Chinese American Community Health Services)是一个完全由义工运作的非营利社区组织(501c3机构),以致力于慈善及公益性社区健康服务为宗旨。有关我们服务的更多信息,请登录浏览我们的网站:www.cachs.org。

(大华府华裔社区健康服务中心)

乒乒乓乓,华府乐章

2022“梅竹松”乒乓球比赛顺利落幕



处暑将至,暑气即将散去。经历了一两周的阴雨,最近的天气早已不比八月上旬的炎热。在这夏末秋伏,华府地区清华大学校友会、五所交通大学联合校友会以及北京大学校友会于8月20日迎来了一年一度的梅竹松乒乓球赛。该赛事是“梅竹松”系列体育比赛中的一项,旨在增进校友情谊,切磋体育技艺。

梅竹松乒乓球赛具有悠久的历史传统,很多队员都是连续多年参加该赛事。但是

由于疫情影响,乒乓球赛被迫中断。因此赛前三支球队对本次比赛都甚为期待,注入了很大热情,进行了充分的准备。各球队都招兵买马,努力备赛,进行了多次线下训练,竞技状态都达到最好水平。这也为今日精彩、激烈、令人直呼过瘾的比赛埋下伏笔。

比赛在早晨9:30于 Maryland Table Tennis Center 正式拉开帷幕。首先进行的是清华大学对阵北京大学。双方在比赛之初便展现出极高的技术水准,运动员无论从速

度,力量还是接球质量等方面都可圈可点,极具观赏性。清华率先发力,连赢两局,为球队赢得两分。随后北大在大比分0:2落后的情况下反败为胜,为北大扳回一分。但在随后的男双与混双比赛中,北大不敌清华,最终以1-6告负清华。

随后进行的是清华大学对阵交通大学。第一场男单比赛堪称巅峰对决,双方水平相当,比分交替领先。最终交大憾负清华。第二局男单交大乒乓球队长轻松拿下。随后的女单及混双比赛,清华女选手实力强劲,力克交大,为清华赢得两分。随后进行的男双及男单比赛,清华交大各得一分,最终清华4-3战胜交大;提前锁定冠军。

北京大学对阵交通大学的比赛在下午进行。由于双方已经没有胜负压力,心态更加放松,比赛更加酣畅淋漓。特别是在男双比赛中,双方势均力敌,都发挥出了最佳水平,观众都大呼精彩。最终交大战胜北大,赢得第二名。

赛场上挥汗如雨,赛场下亲切交流。这一份缘起乒乓球的球友情谊,校友情谊在异

国他乡尤显珍贵。因疫情耽搁,大家再相见都倍感亲切。乒乓球来来回回,激起这十几年一起打球的精彩瞬间;大家欢声笑语,回想起朗朗书声的青葱岁月。

本次比赛特别鸣谢北大乒乓球队队长李宏诚提供的场地后勤赞助。感谢北大校友会前会长赵畅女士为比赛送餐送水。感谢交大乒乓球队队长黄晓辉对本次赛事的策划、组织与联络工作,并为比赛提供了最好的比赛用球。感谢清华乒乓球队队长胡颖尧对本次赛事的策划、组织与联络工作。感谢交大校友巴若珉提供摄像、拍照和制作计分表格服务。也感谢比赛中前来加油助威的各校校友。

最后,特此邀请乒乓球比赛所有队员参加9月17日“梅竹松”野餐暨颁奖礼,这是三校校友年度最大规模的线下聚会,今年还特别邀请到了中国科技大学校友会,中山大学校友会以及复旦大学校友会一起共享盛宴,是“梅竹松”最隆重的大Party,期待我们赛场外再次见面!

撰写:巴若珉