

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

# 阳光保健养生中心

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”！



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、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, 护理服务人员, 艺术特长老师, 志愿者等。待遇优厚, 要求有服务精神和团队协作意识, 感兴趣请短信联络 202-903-4530

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。
- 提供太极、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、等课程。
- 麻将、Bingo、益智游戏、棋牌游戏、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。

www.worldshinecare.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！）

## 阳光秋季系列活动之四

# 九九重阳说敬老

重阳节，是中国民间民俗具有悠久历史的传统节日，节期是每年农历的九月初九，所以人们也习惯称之为“重九节”、“登高节”、“菊花节”和“茱萸节”等。

根据史料的记载，自东汉末年开始，民间在秋高气爽、丰收在望的重阳时节，举行酒宴已经渐成风气；魏晋时期有了赏菊、品饮菊花酒的时尚；诗人陶渊明在《九日闲居》的前言所述可为佐证：“余闲居，爱重九之名。秋菊盈园，而持醪靡由，空服九华，寄怀于言”，其中的“醪”是指酒酿，而“九华”即指九月盛开的菊花。同时菊花也是长寿的象征，人们不仅欣赏菊花的多姿多彩，还有那“此花开尽更无花”的傲霜独立，象征着历尽风霜仍能伫立寒冬的傲清风格。

因此重阳节也慢慢地被赋予了尊老敬老、爱老助老的元素，人们通常在这一天，通过登高望远，遍插茱萸、品酒赏菊等祈愿方式来祈祷健康长寿。中国自1989年正式将每年农历的九月初九重阳节定为“老年节”，在各地开展尊老、敬老、爱老和助老的重阳主题活动。今年的10月4日是重阳节，阳光中心在这一天，特别为耆老们精心准备了具有传统特色的重阳糕点，以及适合秋季干燥天气食用的，具有清润功效的银耳羹等食物供耆老们品尝。我们希望通过这些点点滴滴的关爱，让他们的晚年生活多些温暖。有些耆老虽然记忆力有所减退，但这些深藏于记忆深处的味道，瞬间带着他们忆起了往昔，那是妈妈的味道，那是家乡的味道！

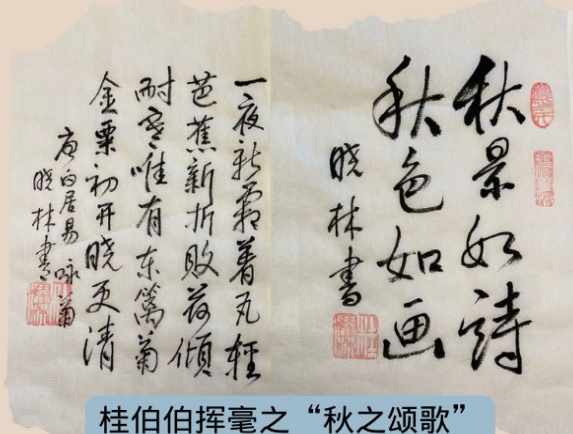
可口的美食给耆老们带来温暖和喜悦，也带来浓浓的节日气氛；活动部组织员工们在活动大厅和耆老们一起，以快闪的形式载歌载舞，大家唱起歌来、跳起舞来、一起欢乐起来！中华民族的传统文化，在阳光得以发扬和延续，使得华夏儿女在异国他乡也同样能感受到一份浓浓的中华情。祝愿大家，重阳节快乐！



阳光耆老品尝重阳糕点



大家一起载歌载舞跳起来



桂伯伯挥毫之“秋之颂歌”



阳光合唱团表演的“九月九的酒”