



# 乐康居家护理服务

Loving Care Home Services

4-098

私人订制:

将根据您的需求和您共同制定最好的护理计划  
每项计划都是为专门为您设计。

- 训练有素的护士和护工
- 器材培训
- 家庭成员和客户培训
- 陪伴
- 日常锻炼计划及培训
- 洗浴及卫生护理
- 护士监管
- 服药提醒和帮助
- 个人协助

- 安全监督
- 行动上协助
- 饮食计划及监控
- 杂货店购物
- 餐饮准备
- 基本家务
- 翻译
- 晨间常规协助
- 洗衣

自由地居住  
舒心地生活...

## 最好的居家护理服务

**诚聘**  
健康护理人员

- 由政府健康护理质量管理办公室颁发执照
- 公司护理人员的资格审批及培训接受政府监督,并定期更新。
- 为确保您安全无忧,我们直接和您及您的家人一起努力,并协同您的医生、日间护理机构、养老院和医院做好护理工作。每一步,我们都将和您在一起!

410-358-4415 301-358-1545 (国语、粤语分机号请接2) 443-538-1082

传真: 410-358-4417 Email: LCHS.SDMS@gmail.com 汉语、英语、韩语、越语、乌兹别克语、俄语、菲律宾语

巴尔的摩总部: 25 Hooks Lane, Suite 200, Pikesville, MD 21208

蒙郡 办公中心: 481 N. Fredrick Ave. Suite 215, Gaithersburg MD 20877

**社区健康讲座 Community Health Webinar**  
老年健康专题讲座:  
长寿的秘诀——预见未来

- ▲ 常见肿瘤筛查方案
- ▲ 老年人的疫苗
- ▲ 老年人健康生活方式

讲座其它内容:  
蒙郡政府老年福利政策及服务资源介绍 (蒙郡卫生局主讲)  
大华府社区健康服务中心“老有所乐”服务项目介绍

Dr. Chongfei Jin (金冲飞)  
蒙郡卫生局  
Patient First Urgent Care 主任

时间: 12月20日(周二) 晚上8:00-9:30  
Zoom ID: 834 8657 6874; Passcode: CACHS  
电话参与: 301-715-8592  
主办: 大华府华裔社区健康服务中心 (CACHS)

## 金冲飞医生谈老年健康

——大华府社区健康讲座12月20日晚与您线上相约

公益性新冠“前线报道”,为华裔同胞及时提供新冠疫情信息及防疫指南。

在新冠疫情转缓的后疫情时期,金医生将会在大众关注的其它重要健康话题上为华人同胞提供帮助。本次的老年健康专题讲座中,他将从常见肿瘤的筛查方案、老年人需要的疫苗及老年健康生活方式三个方面介绍老年保健中的一些重要知识,并现场(在线)回答提问。

12月20日晚的讲座中,还将有马州蒙郡卫生局的代表介绍蒙郡的老年人公共福利政策和资源信息(英文介绍,中文翻译)。此外,大华府社区健康服务中心将介绍在明年上半年专为蒙郡华人老年人举办的“老有所乐”保健及文化娱乐服务活动。

大华府社区健康服务中心老年健康专题讲座时间: 2022年12月20日(周二)晚8点至9点半。

参加方式:参加本次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

讲座 Zoom Meeting 链接:

<https://us06web.zoom.us/j/83486576874?pwd=V040dW5Sak9ZS2h0cUxvclFtU3ZnQT09>

Meeting ID: 834 8657 6874; Passcode: CACHS; 电话参与: 301-715-8592。

大华府社区健康服务中心中文帮助热线电话: 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) 是一个主要由义工运作的非营利社区组织(联邦税务局批准的501c3非营利机构),以致力于慈善及公益性社区健康服务为宗旨。欲了解我们活动和服务的更多信息,以及捐款和报名做义工,请登录浏览我们的网站: [www.cachs.org](http://www.cachs.org)。

(大华府华裔社区健康服务中心供稿)

扫码进入讲座

## 时隔25年,和妈妈先后采访李昌钰

作者: JRC小记者 贾盈盈 Emily Jia

李昌钰是一位非常著名的美籍华人。2022年,我们蒙郡华人家长联合会的小记者俱乐部去采访国际领导力基金会(ILF)的年度颁奖会,也得到采访他的机会。

听说我要去采访他,妈妈非常高兴。她告诉我25年前,她作为中央电视台的记者,曾经采访过李昌钰,那是他第一次受邀访问中国北京。妈妈花了很大的力气,委托央视的朋友从电视台的数据库中,找出了当年采访的珍贵录像,打印出她和李昌钰同框的一张照片。母女俩都可以采访一个人,了解到他25年前后的生活,是一个多么奇妙的经历啊!

李昌钰是一位法医学科学家。他原来是警察,后来才转向法医学,成为法医学实验室第一位华裔主任。他参与过很多有名的案子,比如 OJ Simpson 案、Jon Benet Ramsay 案、Laci Peterson 案。李昌钰认为自己最大的成就之一就是打破“玻璃天花板”,成为第一位在那个职业里做到那么高位置的华裔。

第一次正式采访一位那么受尊敬的人物,大家还是比

较拘谨。我们小记者提出第一个问题后,现场气氛还是比较紧张。我是第二个向他提问的,我把照片送给了他,解释了整个故事。他拿到照片说:“哇,谁是这位帅小伙?”大家都笑了,气氛立马就活跃起来,一下采访就打开了。照片里还有美国历史上第一位华裔市长的李婉若,所以李昌钰就简单介绍一下,推荐我们去读她的孩子们写的书。然后,他举起另一张照片说:“这是我!我应该给我老婆看,我好帅啊!”大家又笑了。他把老婆叫了过来,说:“看我当年多年轻啊。”当他听到这些照片是送给他的,高兴极了。他从口袋里拿出了很多自己的照片,让我选一个。他在照片后面签了个字,又写上了我的名字。

我问他这25年他生活里最大的变化是什么,又有什么没有变?他说他正式从警察局退休了,开始做自己想做的事了:研究、案子、教学。他说退休后没有那么大的压力,不用做那么多重要的决定。他说人生是需要做很多重要的决定的:大学、工作,等等。他虽然已经不是警察了,很多年轻



的警察现在希望他可以回去领导他们。25年后,他还是得到尊敬的。他说因为当时基本上没有亚裔警察,能够做一位受到尊重的华裔警察就是一个亚裔的胜利。

通过对他的采访,了解他的故事,我感到我们作为华裔,通过自己努力,也可以在美国做出很大的成就。跨过二十五年来采访同一个人真能发现各种各样的变化。两代人能够采访李昌钰的机会真是太有缘了!