

# 马州蒙郡华裔老人“老有所乐”免费福利活动开始报名

**大华府社区健康服务中心携手蒙郡卫生局隆重推出**

## 老有所乐

### 蒙郡华裔老人保健及社交支持福利活动

**活动方式**

- 小班活动
- 连续八个周六下午(第一期2月4日开始)
- 一小时的健康或公共福利及服务资源讲座, 一小时文化娱乐活动
- 华人家庭医生、专科医生及其他专业人士主讲

**报名方式**

- 家住马州蒙郡 (Montgomery County, MD)
- 60岁或以上
- 美国公民或绿卡持有者, 或者是其它身份, 但已在美国连续居住超过一年;
- 如无特殊原因, 要求能参加全部8次活动

**报名方式**

- 填写<https://forms.gle/teAecudbAERyY5886>或扫描右侧二维码
- 在希望中文学校波城校区系统登记(注册时系统产生的注册费会在活动开始前减免), 报名链接 <https://www.hopechineseschool.org/>

咨询热线: 240-658-9228

二维码

primary care coalition Asian American Health Initiative Healthy Communities Fund

This program and its activities are funded by the Asian American Health Initiative (AAHI), a part of the Montgomery County Department of Health and Human Services, and the Primary Care Coalition (PCC).

受马州蒙郡卫生局亚裔健康促进部资助,大华府社区健康服务中心将于今年上半年在蒙郡举办两期“老有所乐”华裔老人保健及社交支持福利活动,全程中文服务,完全免费。第一期将于2月4日下午在希望中文学校波城校区开课,目前已开始报名。

“老有所乐”活动是为蒙郡华裔老人量身定制的福利活动,目的是帮助华裔老人排解孤独,并学习、了解老年人保健知识及如何利用蒙郡公共福利及健康服务资源,以最大程度促进身心健康。“老有所乐”将以小

班活动方式进行(每期只接受25位华裔老人),每期连续举办八次活动(八个周六下午)。每次活动两个小时,一小时的健康或公共福利及服务资源讲座,一小时文化娱乐活动。八次的健康和公共福利及健康服务资源讲座由华人家庭医生、专科医生及其他专业人士主讲,内容涉及老年常见病的基本知识、用药管理、老年人心理健康、蒙郡政府老年人福利政策及公共服务资源、如何选择Medicare的各类医疗保险项目等;文化娱乐活动包括基础书画学习及欣赏、老年健身舞

蹈、太极拳等,也包括公民入籍申请知识及实用英语口语学习等。

2023年蒙郡华人“老有所乐”活动将举办两期,与希望中文学校联手在中文学校两大校区举办。第一期将在希望中文学校波城校区(丘吉尔高中),2月4日开课,每次上课时间是周六下午1点-3点。希望中文学校波城校区地址:Winston Churchill High School, 11300 Gainsborough Rd, Potomac, MD 20854。第二期活动将于今年四至五月在希望中文学校盖城校区(西北高中)举办,开课时间及报名详情请留意我们的后续通知。

**报名条件及注意事项**

报名条件要求如下:1)家住马州蒙郡 (Montgomery County, MD);2)60岁或以上;3)美国公民或绿卡持有者。或者是其它身份,但已在美国连续居住超过一年;4)如无特殊原因,要求能参加全部8次活动。由于本次福利活动希望能尽可能帮助到最需要帮助的华裔老人,报名时将优先照顾独住老人(没有和子女住在一起的老人)。此外,参加活动的华裔老人如有交通困难,我们将尽力提供交通帮助。我们鼓励社区居民帮忙把这个福利服务机会传递给您熟悉的华裔老人,尤其是高龄(70岁及以上)独住老人。如能帮助高龄独住老人联系我们并报名,我们将赠送\$25的礼品卡一张以表致谢。

**报名方式**

目前报名的是2月4日在希望中文学校

波城校区开课的第一期“老有所乐”活动。

报名方式如下:1)网上报名。请通过点击报名链接 <https://forms.gle/teAecudbAERyY5886> 或扫描文后的二维码照片完成在线报名表并在线提交,也可以登录我们的网站 [www.cachs.org](http://www.cachs.org) 填写报名表;2)在希望中文学校波城校区系统登记(注册时系统产生的注册费会在活动开始前减免),报名链接 <https://www.hopechineseschool.org/hcspt/>;3)电话报名。请拨打大华府社区健康服务中心中文帮助热线电话报名:240-658-9228。由于名额非常有限,报名请抓紧时间,报满即截止。

2023年蒙郡华人“老有所乐”福利活动由马里兰州蒙哥马利郡卫生与公众服务局亚裔美国人健康促进部 (Asian American Health Initiative) 和蒙哥马利郡初级医疗联盟 (Primary Care Coalition) 共同资助,并在希望中文学校合作支持下举办。特此致谢!

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) 是一个目前主要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,请登录浏览网站: [www.cachs.org](http://www.cachs.org)。

(大华府华裔社区健康服务中心供稿)

## 洛市隆重庆祝春节

华人占一半移民的马州洛市 Rockville City 即将举办春节联欢。名家荟萃,精彩纷呈,免费入场,提供手工及赠送午餐,欢迎侨胞踊跃参加,阖家共襄盛举。

此次大会由“霸王别姬”中剑舞惊艳的蒙郡资优教师王梅博士主持。

热闹滚滚的彩云醒狮团拉开序幕。4岁开始学琴的 Chole Ng 吴楚依小妹妹已经荣获11个钢琴比赛大奖。钢琴 Vivian Kwok 郭蔚老师,美国 Peabody 音乐学院毕业,所授学生每年几乎囊括所有钢琴比赛大奖。曾入选 Steinway 音乐名师,20世纪音乐家,国家钢琴公会名人堂,北美皇家音乐学校创立奖,2022 Charleston 国际音乐比赛名师奖。

美中武术学院院长张安继,曾与影星李连杰平分中国全运会武术比赛中之刀剑冠军,后任中国武术队教练。女儿张元元曾获马州武艺比赛金奖,以所创“龙女剑”闻名。

而致力于推广京剧艺术的“京剧之花”自成立成立以来,已于剧院,博物馆,社区中心。。主演中英讲座近200场。成员各

个造诣精湛,此次将由谢晓贤担纲“穆桂英挂帅”,巾帼英雄自是英气逼人。

曾荣获台湾舞蹈最高风凰奖的李清秀老师,创办费郡舞苑35年,桃李满天下,作品秀丽出尘皆为原创。曾率团赴英庆祝女王登基50年。每年负责海华中心主办维州泰森角新年灯展, Tysons Corner 与 Fair Oaks Mall 两商厦城春节,国会大厦及费郡公园亚裔节等大型活动。

现代舞大师 Martha Graham 的中国第一代学生尹小榕,毕业于安徽艺术学院,为安徽歌舞团骨干。来美曾任教希望中校,使馆舞蹈队艺术指导。作品高雅脱俗,当日将展现别出心裁的西藏舞。

其他尚有纯蒙古 Mongol Erdem 舞蹈,韩国 Peace Mission Korean Dance Group, 印度 Natanajali School of Dance 等族裔精彩作品。

此次盛会时间: 1月28日(周六)10 AM 至 1PM  
表演:11-12:30  
地点: Thomas S. Wootton High School 伍屯高中  
2100 Wootton Parkway, Rockville, Md



20850

详情: [tdavis4@rockvillemd.gov](mailto:tdavis4@rockvillemd.gov)  
240-314-8112

[www.rockvillemd.gov/lunarnewyear](http://www.rockvillemd.gov/lunarnewyear)  
(亚太专任组供稿)

**LONG & FOSTER REAL ESTATE, INC.**

## 美东最大 房地产公司

# 张新娅 Top Producer

(C): 240-353-1281 (专线)  
(O): 301-907-7600  
YAYA.ZHANG@LNF.COM

全职房地产经纪  
用心服务 让您安心

### 年千万销售业绩 买卖 VA、MD 房产

房源信息快、全、多  
查询房源,请登陆我的网站:  
[www.yayazhanghomes.com](http://www.yayazhanghomes.com)

一个值得您信任的品牌公司 一个值得您信赖的专业经纪

## 荣华地产

十几年大华府地区房地产投资经验

[www.danichu.com](http://www.danichu.com)

# (703)-568-1388

住宅 商业地产 买卖 租赁 管理

专业团队为您提供以下服务:

- 首次房产购买
- 外国人本地房产投资
- 房产短期投资
- 房产长期租赁及管理
- 银行拍卖房投资
- 商业地产买卖租赁

Danica Hu, Realtor

## 刘氏汽车维修中心

维州汽车排气与安全检测站  
Annandale Citgo Gas Station

刘氏汽车维修中心由刘家杰先生主理,服务于华人已有十三年了,精修各类汽车,您要通过维州汽车安全或废气检查吗?那您一定要来到刘氏汽车维修中心!

电话请找 刘家杰 703-941-8309  
703-941-8308

营业时间:  
周一至周五 7:00Am-7:00Pm  
周六 7:00Am-5:00Pm

地址: 7131 Columbia Pike, Annandale, VA 22003

通英国粤 越潮语

## 美东学院 YMA American Academy

金榜题名 迈入藤校

服务 \*美国大学、研究生、高中申请指导  
项目 \*高中学习规划和各类课程辅导

美国当地经验丰富、工作尽职的专业团队  
\*被美国卡内基梅隆大学商学院选为教学案例  
\*ISEF 科学竞赛官方合作单位

4-096

[www.ymamerican.com](http://www.ymamerican.com)  
zyang@ymamerican.com  
Cell: 302-257-1537  
WeChat ID: wh785120

办事处: 美国/中国北京/南京/深圳/扬州