

科学保健 | 文化养生 | 膳食养生

# 阳光保健养生中心

Worldshine Adult Medical Day Care Center

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”！



**好消息**

**阳光三号店开业啦!**

经过专业团队精心设计的阳光三号店位于马里兰州Frederick弗雷德里克，紧靠医院、诊所等医疗机构。中心内部宽敞明亮、设备先进、具有高科技数字化设备、无障碍设施、专业表演舞台、圆桌餐厅、舞蹈厅、音乐教室、书法室、油画素描手工教室、图书馆、电脑房、电影院、全自动麻将桌、棋牌室、按摩椅、迷你高尔夫、足球游戏桌、沙狐球桌、卡拉ok、理疗设施、室外打坐禅修区等等，室外风景优美，视野开阔，为老人提供一个安全又温暖的自然环境。所有中心都配备专业厨房，由中西餐大厨为老人们烹饪营养丰富的膳食养生餐。做养老，我们是认真的！欢迎新会员加入我们！

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）

德国镇店：20420 Century Boulevard, Germantown, MD  
 Laurel店：5801 Ammendale Road, Suite D, Beltsville, MD  
 Frederick店：110 Thomas Johnson Dr, Suite 150, Frederick, MD 21702

咨询加入、求职、商业合作请联络：  
 info@worldshinegroup.com  
 三家中心长期招聘RN, LPN, CNA, 司机, 厨师, 帮厨, 保洁, 志愿者。  
 www.worldshinecare.com

用心做养老，用爱护健康。

## 与阳光同行 春季系列活动之四

# 农历三月三，民歌唱响“阳光”



4月22日上午十点，阳光一部活动大厅举办了一场别开生面的“农历三月三民歌节”歌会，以应和遥远故土每年一度的三月三民歌节。舞台上前坐后站的四十几位身着盛装的老人和小乐队整齐地排列着，他们精神饱满地演唱了延续几十年，大家耳熟能详的《刘三姐》电影三首插曲和一首湖北民歌。庞大的歌队和小乐队，演绎的《茶山对歌》《采茶姑娘上茶山》《多谢了》及《龙船调》等曲目，阵势强大，歌声恢弘，具有民歌的清脆激越，贯穿的男、女声领唱，歌队的合唱以及男、女声的分部合唱，让歌声变换多样，具有丰富的层次感，而歌声又不乏热情喜乐，也充满了幽默风趣。男女声领唱的黄昌发和柳红伟及钢琴伴奏沈茜茜都发挥不错，歌唱家李勇的指挥，很好地调动了大家的激情，他们几位和小乐队的出色表现为整台演出增色不少。整个演出历时约半个小时，既行云流水，又恰到好处地戛然而止，赢得满堂喝彩和掌声。整个大厅洋溢着满满的欢乐气氛，歌唱的余绪还在延续……。很多老人走下舞台，禁不住赞好，歌唱真是有益于身心健康。一些点赞的老人表示希望能加入歌唱队，歌唱真的能提升好心情。

阳光中心举办的首届民歌节，由活动部经理左晓蓉向大家介绍了民歌节的由来，发起以民歌节的形式增加耆老们文娱生活的构思设想，以及老人们对此热烈的呼应和全力投入，在短短一个月的时间内，耆老们积极参与，认真排练，共同打造了这次成功的演出。感谢几十位老人的付出。她说，我们还不完美，还有缺点。但将还有第二届，第三届民歌节，我们会努力臻于完美的。她所表达的也正是老人们的信心和期盼。

农历三月三，从远古祭祀开始，逐渐世俗化生活化，已逐渐发展成为国内西南地区少数民族，在春季享受大好春光，开展多种户外健身活动的节日，其中尤以对歌方式表达男欢女爱成了这个节日的基调和主要形式，并成了当今中华文化的一种非物质文化遗产。阳光中心近年来素有独特的年节演出传统，而今又加进了民歌节，更加充实了阳光的舞台，也会给老人们提供更多机会表演歌唱，尤其给喜欢民歌的老人们表现才艺的机会。我们期待着明年的民歌节更精彩更劲爆！

（阳光耆老：雨辰）

阳光保健养生中心