

CCACC 鼠年賀歲活動圓滿閉幕



美京华人活动中心(CCACC)2020 鼠年贺岁庆祝活动已于2月2日(星期日)傍晚在

马州蒙郡盖城的湖林购物商场(Lakeforest Mall)圆满落幕。

这项年度文化庆祝活动于1月25日中午盛大开幕。正值新型冠状病毒疫情的特

殊情况,中心一直和政府卫生部门联系,也一直向医生及专家咨询,决定维持两个周

末的庆祝活动。由于准备充分,现场仍然欢庆热闹。

在表演节目方面,因为疫情的考虑,有的团体临时撤出,而中心完全尊重表演团

体的决定。但经由节目总协调暨现场总监秦力利老师的努力,不仅大多数已经报名的表演照常出场,还有新的表演团体以及人士应邀加入,例如,王嘉萍的精彩独舞「大漠敦煌」,中心常青社的李清秀老师、王碧芬老师指点的舞蹈、健身操,孙立的魔术等等。还有美国朋友组成的表演团体演出后,开开心心的合影留念,共庆新年。在

各方的支持下,多采多姿的庆祝活动终于顺利完成。

今年多位年轻又亮丽的男女节目主持人,表现可圈可点。丰富多元的表演带来祝

福和欢乐!邀请现场小朋友舞小龙一向是吸引儿童和家长的桥段,不但孩子轮番上阵,亲身体验舞龙的乐趣,一旁的家长拍照不断,捕捉珍贵镜头,甚至家长也上台与龙共舞。

在舞台下,举办「新春文化展」。今年的主题展览是「中医」,有中医师在现场

为大家解说如何保健身体。面对新型冠状病毒疫情,「中医」展特显意义。另有水墨画、书法展、摄影展、保健及社区服务谘询等活动。其中,中心摄影棚让观眾换装照相、书法写中文名字、教学美劳手工艺等,依旧吸引人。现场还有特别设计的鼠年长 袖棉衫、红色灯笼、吉利钱、水晶鼠年小饰品等,供各界人士购买。凡此种种,使得中国春节的喜气洋溢。

每次的庆祝农历新年盛会有赖中心的义工和员工的共同努力,尤其是义工们的热心奉献,令人感动。这次武汉爆发疫情,情况特殊,活动能够圆满达成,除了秦力利老师及她另一半方强宗博士的付出,李潮及孙尹夫妇、刘念湘等所有义工的辛劳,功不可没。闭幕当天,义工们穿上属于自己生肖的棉衫合影,留下最宝贵的回忆与纪念。

美京华人活动中心衷心感谢社区居民的参与和支持,中心祝贺大家新年快乐,万事如意!期待明年再与各界人士同庆中国农历新年。

美京華人活動中心校友杯乒乓球團體賽即日起報名

一年一度的校友杯乒乓球團體賽將定於3月7日在蓋城的馬里蘭乒乓球俱樂部舉行。

校友杯乒乓球團體賽是由五個乒乓球校友劉鳴、徐洪慶、郎立新、汪建華和肖蔚於2012年初發起的一項校友比賽聯誼活動。今年已是第九屆。參賽隊的組隊方式原則上以學校為單位。若難以學校為單位組隊,組委會也歡迎球友們組建聯隊參賽。比賽規則為四場單打和一場雙打。每場比賽雙方出場三人,主力隊員打兩場單打,其餘兩名隊員則各打一場單打和一場雙打。單打每場採取五局三勝制但雙打採取三局兩勝制,首先贏得三場比賽的隊為勝。

成功舉辦過八屆的校友杯乒乓球賽在華府地區的影響越來越大,已成為華府乒乓球友們每年所期待的盛會,對促進華府乒乓球運動起到了不可估量的推動作用。今年美京華人活動中心(CCACC)將繼續贊助和冠名。組委會在此向CCACC表示感謝,並希望在CCACC的大力支持下,將CCACC校友杯賽越辦越好。

若校友球友們計劃組隊,請於2月29日星期六前 Email: khmaryland@gmail.com 報名。我們期望在3月7日9點蓋城的馬里蘭乒乓球俱樂部和你相見,地址 18761-Q North Frederick Avenue, Gaithersburg, MD 20879. CCACC校友杯組委會供稿

社区对话:父母如何教导有特殊需要的孩子

「关爱村」是华府地区关注华裔身心健康的三个社区团体(泛亚义务门诊部,蒙郡华人家长会和马里兰大学美国亚裔研究项目)于2019年发起的社区公益项目。该项目的主旨是提供公益讲座,社区资源推荐和其他必要的直接服务,为有需要的华裔家庭提供帮助,排忧解难。在2019年,「关爱村」联合蒙郡公立学校系统以及社区服务机构,召开了《关爱村:社区资源讨论会》,获得好评。

Dababnah 教授也会趁这个机会介绍她的相关研究项目。我们也邀请到社区里服务机构的专业人员,与社区对话,分享他们与特殊儿童工作的心得。

本次活动用英文进行,如有需要,可以提供中文翻译。感谢亚裔健康联盟提供经费赞助,本活动提供孩子托管服务。有兴趣参加本次活动的人士,请致电泛亚义务门诊部 240-393-5950, 或电邮 village.initiative.md@gmail.com。

今年2月15日,关爱村将推出《社区对话:父母如何教导有特殊需要的孩子》的活动。这次活动中,我们邀请到马里兰大学社工系的Sarah Dababnah 助理教授,讲述照顾特殊儿童的信息,为家长出谋划策。

所有参加者必须预先登记: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfkTXqq5vJlhMjeLo2yLHenQDvWyd_9mjlmagcw5_EiJzVbw/viewform。

CCACC 关注新型冠状病毒之系列报导

为因应新型冠状病毒之预防,美京华人活动中心(CCACC)一直和政府卫生部门联系,不断向医生及专家咨询,掌握及时的官方和医疗体系发出的讯息,经社媒平台上推出,以服务区。今撰文系列报导,供各方参考,共同维护大家的健康。亦请上网 www.ccacc-dc.org 关注相关信息。

《预防新型冠状病毒的亲身经历》文:陆惠兴

像我一样,春节期间在国内度过的朋友们,回美后请自动隔离14天。同时,留意自己检测健康状况。如出现症状,请到有能力治疗的医院检查,避免到家庭医生或私人诊所就医,因为他们并没有能力检测与治疗,也没有设备安全隔离患者。候诊期间还有可能对其他人造成感染。

虽然,回国期间,我主要待在一个发病率不高的城市,大部分时间都待在家里,没有去过湖北,也没有直接接触的纪录,但是回头想想,旅程中,还是有很多机会受到感染的:坐过广州和深圳之间的高铁;所住的小区也有一例确诊病例;回程的飞机上,虽然机组人员与乘客们全都全程戴着口罩,但是我们知道,口罩分很多种,无论哪种都不是100%管用。还不用说,乘机期间还有摘掉口罩,吃吃喝喝的时候。

飞机上仅有的几个洗手间,供全机几百人,十几小时密集使用,也是细思极恐。

回到 Dulles 国际机场,居然没有检测体温的设置。过关时,简单的被问话有没有到过武汉,有没有感冒症状以后,就可以长驱直入...

现在,我按耐住跟家人、孩子、宠物亲昵的冲动,带着生活用品,住进家里的地下室,闭关14天。买了好几个各式探热器,时刻检测体温。万不得已,需要回到公共生活区的时候,必定带上口罩和医用手套。

此时此刻,深深感受到武汉人民的孤独感和无助感。但是,对自己,家人和社区的健康负责,这是必需的。很快,就会春暖花开,待疫情过去,一切会好起来。

《本地华裔社区应对冠状病毒行动》

自从冠状病毒1月初爆发以来,马里兰州蒙郡的本地华裔医务人员和华人社区团体十分关注事态发展。虽然到目前为止,马州没有发现新型冠状病毒确诊病例,但是,鉴于大华府地区也是华人聚集之地,春节期间也是华人往返中国大陆频繁之时,为防患于未然,美京华人活动中心(CCACC)、美国华裔医师协会(ACAP)、蒙郡社区事务办公(OCA)、蒙郡亚裔健康联盟(AAHI)的负责人,以及几位热心公共健康的社区医生以及社区活跃人士,于1月31日晚上,召开了电话会议,商议如何帮助本地华人认识新型冠状病毒,了解如何预防,以及一旦感染,何处可以得到治疗和帮助。

众志成城,参加会议的三个单位很快得出应对新冠病毒的方案:美国华裔医师协会的钟耀辉医师、崔巍医师、泛亚义务门诊的义务医师,包括朱跃跃、周武屏、程秋芳等医师,国立卫生院传染病专家刘春燕医师会从专业的医学角度,解读官方权威部门发布的信息(包括疾病控制与预防中心CDC、马里兰州健康部的医疗指引),并撰写相关的科普文章为民众提供指引。蒙郡OCA与AAHI部门的负责人会尽快安排蒙郡的公共健康的负责人会面,以进一步了解蒙郡关

于本次危机的措施。

CCACC 泛亚义务门诊部则会联系本地新闻媒体,将相关信息传递出去。

请注意,由于新冠病毒的诊断与测试,以及疾病传染的控制与隔离,需要有专业人员与设施配备。一般的家庭医生诊所以及紧急护理中心(Urgent Care)并没有这方面的能力。如有疑似症状,可致电家庭医生询问。如果需要治疗,则需到本地医院急诊室就诊(如银泉市的红十字医院,电话:301-754-7500, Holy Cross Hospital at Silver Spring: 1500 Forest Glen Rd, Silver Spring, MD 20910)。本地民众如果有信息的问题,或者有疑似病例,可以致电蒙郡传染病热线(240-777-1755)。您也可以致电泛亚义务门诊专线:301-798-6001 获得信息。

鉴于新冠病毒的猛烈传染态势,与会者都同意,应提醒最近从中国大陆回国的人士,为了自身,家人和社区的健康,自行隔离两周。两周后,如没有症状,才开始正常的外出与社交活动。美京华人活动中心与美国华人医师协会将会及时地发布最新消息。

《美国华裔医师学会与美京华人活动中心关于冠状病毒的公告》(2020年2月4日)

因应中国大陆爆发的冠状病毒感染,美国医师学会与美京华人活动中心发布以下公告,以减少本地居民的感染机率:

- 如果你在最近2-3周内,从中国大陆回美,请您留在家中14天;观察自身的健康的情况。留意相关症状:如咳嗽,发热,恶心,呕吐和腹泻。期间,请您尽量减少与任何人的接触,包括你的家人。请不要外出购物与参加聚会
- 如果你近距离接触了最近从中国大陆返美的人士,请您尽快做好保护措施(参考下列叙述)

如接触有症状人士,或者吃东西前,请用无水清洁液(hand sanitizer),或用水和清洁剂清洗手。

避免与咳嗽或打喷嚏的人士接触。如果你有这些症状,请带上医用口罩 如果没有口罩,当你需要咳嗽和打喷嚏时,请用手帕,纸巾,或者用袖子挡住嘴巴

• 如果你还没有打流感疫苗,请考虑;流感疫苗不会预防冠状病毒,但是,可避免其他类型的感冒

• 请考虑取消近期到中国大陆的旅行计划

• 请不要去人群聚集的地方,比如聚会及超级市场

• 如果你近期(14天内)有武汉及中国大陆旅行史,而且有咳嗽,发热,肠胃系统的症状,请致电你的家庭医生询问(请勿直接到诊所);同时,请带上口罩,以免传染别人;如果需要治疗,则需到本地医院就诊(如银泉市的红十字医院, Holy Cross Hospital at Silver Spring: 1500 Forest Glen Rd, Silver Spring, MD 20910)。

• 如果你想知道本地对新冠病毒的相关措施,或者报告疑似案例,请致电蒙郡传染病热线:240-777-7155;或泛亚义务门诊:301-798-6001 了解本地关于新冠病毒的服务的信息。
• 因疫情进展迅速,请随时留意官方新闻,以及我们的及时更新: CDC 网站: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> 马里兰州健康部: Maryland DOH: <https://phpa.health.maryland.gov/Pages/Novel-coronavirus.aspx>

歡樂一月份壽星牆



CCACC 誠征行政人才

中英文俱佳,熟稔字处理及计算机操作,包括 Microsoft word, PowerPoint, Excel, database, 半职工作。意者请电邮履历至 ccacc@ccacc-dc.org。

誠征司機

欢乐日间保健中心诚征司机,全职或兼职,但必须能在周六、周日上班。
联络电话 301-312-7949 或将简历发送至 adh@ccacc-dc.org。