

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）

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。

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

阳光三部优越的艺术环境使我老有所为

耆老：月坊

在阳光中心三部开业一周年之际，想表达自己在多方面收获的心情十分迫切。从每日专车接送，到日间护理，再到餐饮服务的全方位服务，使我感到十分温馨，更令人满意的是阳光三部精心安排的各种文化活动，使我在这一年中收获颇丰。

在过去的一年里很多事情都是令人难忘的，阳光三部不仅为我们提供了健身康复活动场地、美术绘画室和音乐教室，配备了专业器材，还聘请了气功、美术、音乐的老师，每周为耆老们提供专业的教学辅导，使我在艺术天地中得到深刻的印象，不仅收获满满，而且感受颇多。

Mr. Cain 是阳光三部美式太极洋教头，时不时地还能彪几句中文，他的教学方法独特，指导的动作与中国传统武术中的太极大相径庭，练习中没有“野马分鬃”、“手挥琵琶”等太极的典型架势，而是根据老年人的坐姿特点进行用气息调整及静神冥想的方式，时而伸展拍打肢体、时而在近乎唉叹声的吐故纳新，又好似一种心理暗示般的自我调节，意念中吸收天地之精华，疏通经络之淤积，练后使人神清气爽。

Mrs. Diane是阳光三部的艺术老师，她耐心地教授大家绘画中的着色技巧，通过老师的指导让我切身体会到绘画是一种高雅的艺术，不仅可以陶冶人的情操，而且培养人们的美学素养。一支画笔手中握，各种线条与色彩的巧妙结合，开拓无限的遐想空间。可以描绘出生活中美好的瞬间，可以勾勒出大好河山的美丽景象，可以留住记忆深刻的人与事，可以从印象出发追求光和颜色的完美结合……总之这门艺术令我痴迷、孜孜不倦。

Mr. Duke是阳光三部的音乐指导老师，他精通多种中西乐器，说话风趣，音乐指导机动灵活，通俗易懂。在老师的指导下，我们学唱《噢麦当劳》、《哦苏珊娜》、《奇异恩典》、《你是我的阳光》、《送别》等多首好听好听的歌曲，在中英文共同发声的歌唱中，我们兴致盎然地感受歌曲旋律的悠扬与美妙、节奏的跳跃与欢快，在老师的介绍和个人探究下得知了歌曲的历史背景与作者感人的故事，学唱歌也成为扩充知识的极好途径。并在Duke老师的指导下，我对“尤克里里”这种夏威夷四弦琴产生了极大兴趣，每天对着乐谱坚持不懈地弹拨练习……

在阳光三部良好的环境中，使我在生活、健康、艺术学习上都有了明显的进步，也借贵报展示一下我的绘画作品，虽不十分成熟，仅借此对阳光三部表示由衷的感激。



太极洋教头: Mr. Cain



美术老师: Mrs. Diane



音乐指导: Mr. Duke



琵琶



推车



鸟



吉它





静心音境

阳光保健养生中心