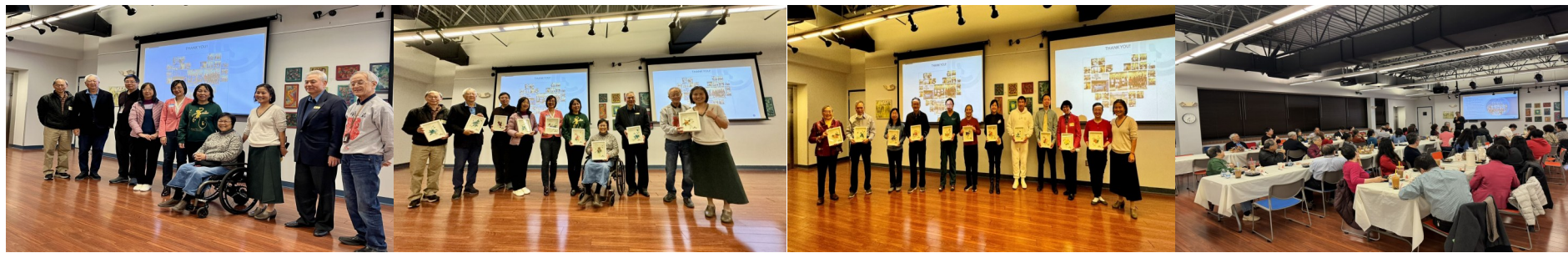


CCACC医疗中心年度义工大会 庆祝泛亚诊所成立20周年



庆祝泛亚诊所成立20周年的年度义工大会中,到场的行政团队及董事会成员。从左到右分别是:董事黄幼基、李志翔、徐洪庆、陈怡芳、杨成华、赵杨;CCACC会长孙文影、美京医疗中心(泛亚诊所)主任陆惠兴;董事陈嘉和、资深顾问李潮。

获得年度义工奖的董事会成员以及行政团队。从左至右分别是:董事黄幼基、李志翔、徐洪庆、陈怡芳、杨成华、赵杨;CCACC会长孙文影;董事陈嘉和、资深顾问李潮;美京医疗中心(泛亚诊所)主任陆惠兴。

获得年度义工奖的医生团队。从左至右分别是 Susan Chen 护理医生、李家裘医生、王慈欣医生、周武屏医生、裴洋医生、朱跃跃医生、Veronica Kang 教授、Samuel Wu 药剂师、何杰医生、邵晓平医生、程秋芳医生;和美京医疗中心(泛亚诊所)主任陆惠兴。

曾是泛亚诊所主任医师的CCACC董事周武屏医师于大会上发表讲话。

寒来暑往,美京华人活动中心 CCACC 的泛亚义务诊所 (Pan Asian Volunteer Health Center) 已成立 20 周年,并已经发展成为提供身心健康且整合全面服务的社区诊所。由于诊所业务及服务项目的扩增,CCACC 已设美京医疗中心 (CCACC Health Center),将泛亚诊所纳入旗下。为庆祝泛亚诊所的 20 周年,美京医疗中心于 12 月 8 日(星期五)晚在 CCACC 美京艺廊举行年度义工大会,CCACC 会长、董事会成员和医疗中心的同仁们、义工们齐聚一堂,共同回顾泛亚诊所的努力和成就。CCACC 更是借此向义工们献上无比的敬意与谢意,希望将来有更多的义工加入服务社区的阵营。

以精心安排的年度大会感谢义工

当晚,步入美京艺廊,与会人士就因现场精致的布置而倍感温馨。铺着白色桌布的长型桌子上,整齐的摆设着充满感恩气氛的南瓜盘,即有金色、银色、橘色的大、小南瓜放置在盘子上,松果与枫叶点缀其中,一串串小灯缠绕其上,一股股金色暖意从每一个精心的摆设散发至会场的每一个角落。还有洋溢着艺术气息的南瓜灯架,就连获赠给义工们的感谢信,也都是经由特殊设计、手工制作、裱框而成。

年度义工大会由美京医疗中心(泛亚诊所)主任陆惠兴女士主持,CCACC 会长孙文影女士致辞时感谢义工们大力的、坚定的、长期的支持与付出。而孙会长本人就

是 CCACC 的资深义工,并以义工身份担任中心会长的重责大任。

20 年成果有赖义工的付出

回顾以往,泛亚诊所的发展得益于一群义务医疗人员(包括周武屏医生、黄浩源医生和杨凌医生)以及一群社区倡议人士(李孟光先生、史维国先生和张凌女士等)的共同努力。时至今日,泛亚诊所提供基础治疗、复健服务、心理健康、疾病防控等一站式多样化的医疗服务。其中,为社区看病有困难的病患提供基础治疗(家庭医生)服务,依然是主力方向。

今年,创始医生周武屏退休后,每周能够抽出更多的时间照顾泛亚诊所的病患。主任医师朱跃跃(义工)、程秋芳医生(义工)及徐磊医生(义工)、肝肠科主治医师严伟明(义工)、裴洋医生(义工)也于泛亚定期看诊。护理医生都智贤(韩裔),Henriette Kamgang (非裔)和医疗助理 Jairo Soto (西裔)则为来自不同国家的病患提供贴心的服务。

2023 年,美京医疗中心为超过 1800 名患者提供基础治疗、复健治疗和心理健康,为超过 1000 名社区人士提供流感疫苗以及为 200 位无保险居民提供新型新冠疫苗注射。这些高效医疗服务的提供,有赖于训练有素的工作团队,以及众多义务医疗人员和义务非医疗人员长期热心的支持。以下总结了今年泛亚诊所为蒙郡社区提供的医疗服务:

慢性疾病防控

在马里兰州健康资源委员会资金项目的支持下,泛亚诊所继续开展免费的「慢性疾病预防」项目,超过 230 名病患(包括有保险和无保险人士)参加。其中包含糖尿病、高血压等慢性病患者。但由于对疾病防控知识不够和医疗资源不足等原因,慢性病没有得到好的控制。义务药剂师李美伦和义务退休护理医生 Susan Chen 在主治医师的指导下,每周一次跟病人进行沟通,了解不能有效控制慢性病的原因,并提供必要的资源。目前为止,85%参与该项目的病患的病情都得到了防控。

心理健康服务

泛亚诊所精神科医师邵晓平(义工)、心理学家王慈欣(义工)以及心理治疗师陆惠兴为有需要的病患提供医疗及心理辅导服务。另外,今年推出「珍爱行动(PEARLS 项目)」,4 位有医疗健康专业背景的实习生(李潇鸣、林姿芊、苏幸枝、Shahin Sebastian)在接受了专业心理辅导培训以后,为超过 20 名社区里受疫情所困、有忧郁情绪的老年人,定期提供现场或电话探访服务,为这些独居老人排解生活和心理上的困苦。

社区卫生教育与疾病预防服务

今年,泛亚诊所继续为华裔社区居民提供每月的疾病预防健康讲座,推出了 3 期慢性疾病自我管理工作坊课程,以及为照顾失智老人的家属提供帮助的工作坊。2023 年 5 月和 9 月,在超过 40 名社区义工的热心支持下,推出了无门

槛疾病预防的免费抽血服务。在 9 月份举行的健康日活动吸引了超过 300 名社区居民参与以及 40 多个参展单位,可谓盛况空前。

新冠与流感疫苗注射

我们在今年为众多社区居民提供新冠疫苗与流感疫苗注射,协助社区居民做好疾病防控。泛亚的药剂师团队(苏幸枝、Trang Tran、Samuel Wu、Mandy Kwong、沈坤等)在超过 15 个社区站点提供现场新冠和流感疫苗注射。

此外,今年泛亚诊所获得联邦社区项目资金以及蒙郡政府的“亚裔健康联盟(AAHI)”资金,扩展经费方案最终得到落实。美京医疗中心现正积极寻找合适的地点作为泛亚诊所全新的扩建位置。这预示着 2024 年泛亚诊所又将延续以往的忙碌和充实;医疗健康服务也将于新的一年得到拓展并继续为社区没有保险,低收入的蒙郡居民提供基础治疗。目前计划 2024 年上半年期间,将为社区华裔居民提供更多的健康医疗服务。

在资助期内,泛亚诊所将为社区居民提供疾病预防服务、每月的健康讲座、慢性病(糖尿病,高血压,慢性疼痛等)工作坊,以及青少年的心理健康危机应对讲座等服务。

以下是我们暂定的免费服务安排:

2024 年 1 月 11 日-2 月 15 日 Building Better Caregivers (BBC) 关爱失智病患照顾者工作坊

2024 年 2 月 3 日早上 10 点至下午 4 点 Youth Mental Health First

Aid 青少年心理健康急救员培训

2024 年 4 月 11 日-5 月 16 日 Building Better Caregivers (BBC) 关爱失智病患照顾者工作坊

2024 年 4 月 13 日早上 10 点-下午 4 点 Youth Mental Health First Aid 青少年心理健康急救员培训

更多详情请查询官方网站: <https://www.ccacchealth.org/>

workshops 或扫描二维码:

泛亚现在接受蓝白卡 (Medicare), 红白卡 (Medicaid) 以及 Care First, 联合医保 (United HealthCare) 和蓝十字蓝盾 (Blue Cross Blue Shields) 等商业保险。想了解更多泛亚接受的保险项目,请联系我们 240-393-5950 或浏览网址: www.ccacchealth.org。

在此致谢 2023 年为泛亚诊所作出杰出贡献的义务医疗团队:

周武屏医生、朱跃跃医生、徐磊医生、裴洋医生、程秋芳医生、严伟明医生、何杰医生、金玲医生、李家裘医生、杨凌医生、雷超伦医生、Dr. Cynthia Macri、邵晓平医生、王慈欣医生、Ms. Ariel La、Prof. Veronica Kang、李美伦药剂师、Susan Chen 护理医师、苏幸枝药剂师、沈坤药剂师、Trang Tran, PharmD、Samuel Wu, PharmD、Mandy Kwong, PharmD、Alice Wang, PharmD、Margaret Persaud, RN.

(撰文:CCACC 美京医疗中心; 图片:CCACC)



失智病患照顾者免费线上工作坊 课程火热报名中

在美国,65 岁以上的老人超过 600 万患有失智症。在蒙郡社区,也有越来越多的失智症患者。据统计,80% 以上的失智症患者留在家中接受照料。在失智症患者的护理人员中,三分之二为女性,四分之一则为“三明治群体”,即需要同时照顾失智老人和 18 岁以下的青少年或儿童。

照顾失智症患者并不容易。患者的行为问题随时考验着护理人员的耐心。当患者病情恶化时,照顾者也可能受到外界的质疑,影响他们的自信心。据调查,失智病患照顾者也逐渐成为患精神疾病的高危人群。

CCACC 美京医疗中心(泛亚诊所)一直密切关注着蒙郡华人社区有失智症患者的家庭。在马里兰州 LIVING WELL Center of Excellence 部门的支持下,我们将举办 2024 年失智病患照顾者免费线上工作坊课程。参与者将通过小组交流、经验分享和情感支持,学习照顾他人以及如何自我调理的技巧。

- 课程主要包含:
 - 调节失智病患照顾者的心理压力
 - 如何处理困难的失智患者行为
 - 如何作出有关治疗的决定
 - 如何与家人、朋友和专业医疗人员有效沟通
 - 如何处理自己和照顾对象的困难情绪
 - 规划未来需求



制定护理计划和解决护理问题

课程时间: 2024 年 1 月 11 日至 2024 年 2 月 15 日 每周四下午 3 点至 5 点半 共 6 节课程,每节 2.5 小时 报名请登录以下链接或扫描二维码: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeP7V5XJhSxP8dp2pdwzNokpU06MUKle-zj3yo0bWrK0s6QMw/viewform> 详情请咨询: yuhsin.chou@ccacc-dc.org 联系电话:301-663-1375

中心雅竹音韵太极班

美京华人活动中心雅竹音韵太极班,由冯以德老师于 1997 年创立,每星期六下午 2 点到 4 点在中心举行,至今已近 25 年的悠久历史。太极拳以提升肉体运动量和精神集中度而闻名,对于丰富业余生活、清心健身具有独特功效,适合各年龄层参与。雅竹音韵太极班吸引来自全球的太极爱好者,促进了不同背景的学生成为深厚的太极拳友。

目前,陈凤凰老师担任指导,以杨式太极拳为主要教学内容,秉承冯老师的遗志,强调基本功的练习,以提高身体素质、巩固太极步法为主要目标。

课程时间表:
A.2:00 - 2:30: 以暖身运动、拉筋、气功为主,强调体操式动作,锻炼腰腿,同时进行大雁气功,拉开腿、膝、胯等关节。
B.2:30 - 3:00: 单练,分解套路动作,

诚征人才: CCACC 全职行政人员一名

美京华人活动中心 CCACC 作为华府地区最大的华人社区服务非营利机构,自 1982 年成立以来,恪守「以仁爱关怀、以诚信服务、在和乐中茁壮成长」的核心价值观,全方位热忱服务于社区。办公地点:马里兰州盖城 Gaithersburg。由于业务需要,现诚征以下职位:
全职行政人员
应征资格:
会使用 Microsoft, Adobe 电脑技能;具有中英文听、说、读、写能力;有爱心、耐心、善沟通和团队精神;有工作经验者优先考虑。

注重揣摩腰劲运转,达到动作上能知其然、再知其所以然。

C.3:00 - 4:00: 练习杨式太极 24 和 48 式以及音韵太极自编套路,着重整体套路演练,体会动作间的肢体复杂关系,并结合音乐的节拍,提神松驰,达到用意不用力的境界。

太极拳的练习有助于提高运动神经中枢,增强平衡能力,减少中老年人跌倒机率。此外,太极拳还可减缓关节疼痛,强健筋骨,促进血液、淋巴循环,有利于内脏功能和免疫系统的提升。

对于对音韵太极有兴趣的读者,欢迎联系班长陈希望女士或总务牟联琼女士,了解更多详情。中心雅竹音韵太极班期望太极拳这种“名贵的药品”能造福更多人。

联络方式:
陈希望女士(班长)
电话:301-602-5512
电邮: hopecfung@yahoo.com
牟联琼女士(总务)
电话:240-421-5596
电邮: lienchongm@gmail.com

职责:
行政文书
客户服务
美编等
福利待遇:
医疗保险
假期
免费午餐
其他福利
本职位招聘即时生效,申请者请将简历发送至: rita.lewi@ccacc-dc.org。若有问题,欢迎电话垂询:301-820-7198。