



科学保健 | 文化养生 | 膳食养生

# 阳光保健养生中心

感兴趣的耆老和家属请联系：  
301-250-3555  
孙女士（注册护士）

Worldshine Adult Medical Day Care Center

用心做养老，用爱护健康。

专业护理 - 寻医问药，咨询送诊  
康复治疗 - 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



图书馆电脑阅览室

餐厅

阳光一部盖瑟斯堡新店开业  
欢迎耆老前来参观体验!

全新全自动麻将桌

茶室

室外活动区域

原生态室外环境

书法国画室

台球室

咨询加入、商业合作请联系: info@worldshinegroup.com  
长期招聘RN, LPN, CNA, 司机, 厨师, 帮厨, 保洁, 护理人员, 艺术特长老师, 志愿者等。待遇优厚, 要求有服务精神和团队协作意识, 感兴趣请短信联络 202-903-4530

盖瑟斯堡店: 700 Professional Dr. South Entrance, Gaithersburg, MD (近99大车)  
Laurel店: 5801 Ammendale Road, Suite D, Beltsville, MD (近马大)  
Frederick店: 110 Thomas Johnson Dr, Suite 150, Frederick, MD (近Urbana)

www.worldshinecare.com

会员可加入阳光合唱团、阳光京剧团、阳光乐团（民乐队、西乐队）、舞蹈团、越剧社、查经班、读书沙龙、园艺小组、台球小组等社团。  
• 提供太极、手工、英文、书法、国画、素描、油画、摄影、乐队、钢琴、二胡、朗诵、烘焙、经络保健操、关节操、广场舞、等课程。  
• 麻将、Bingo、益智游戏、棋牌游戏、庆生会、节日演出、外出游玩、买菜购物等丰富多彩娱乐活动。  
• 会员可享受理发、按摩椅、剪指甲等服务  
如符合资格，我们可辅助您申请医疗白卡、中心资格  
• 我们也欢迎自费会员加入。



## 阳光的快乐生活（二十三） -- 重新乘上歌声的翅膀

### 阳光三部耆老：靳福春（文字及图片提供）

时光匆匆，岁月便悄然流逝在这一餐一茶的清淡里。稍纵即逝的一些美好，总会留下些许印迹。回忆单纯的歌声贯穿于耳际的过往，每一个音符，每一段旋律都投影在我们的心间，匆匆而行地找寻歌声的源头，这便是阳光耆老们感兴趣的话题之一。

歌声，唤起多少美好的愿望。它象一片枫林，带着生活的渴望，在秋风送爽中映红了田野。曾经唱过的《送别》，把思绪带到了“长城外，古道边。”一种空间，悠长又落寞的笛声缓缓飘荡。残了夕阳，湿了眼眶的悲凉。更如同置身于“一瓢浊酒别梦寒”的境界，人生难得是欢聚，惟有别离的思念常在梦中萦绕。

美国歌曲虽然也有述说沉重历史的题材，但从风格和调式上却显得轻松活泼。如曾经学唱过的《苏珊娜》是一首典型的美国西部乡村音乐风格的歌曲。这首歌曲让我们了解到美国的南北战争和那一时期黑奴的苦难与追求自由的精神。歌曲旋律轻快流畅，曲调素材精练。易学、易唱、朗朗上口，歌曲内容富含浓厚的生活气息。在学唱中渐渐被这首歌曲的优美旋律和歌词叙述的感人故事所打动，初闻不知曲中意，再唱已成曲中人。

由于种种原因，阳光三部的音乐课堂被中断了半年多的时间。虽然偶尔一些中学生义务为耆老们弹钢琴演出，但耆老们对于巴赫、肖邦、舒伯特的名曲并不能理解，可谓是“阳春白雪和者盖寡”。有时老人们会自发地自娱自乐唱歌也是形单影只，对着大屏幕的卡拉OK更是些许引不起共鸣。缺乏歌声的生活令人感到寂寞，精神不能振奋。

最近，愉快的歌声又在阳光三的大厅里响起，欢快场面再次呈现，被搁置许久的心情再度乘上歌声的翅膀。

新来的音乐老师是一位身材健硕的年轻歌者，钢琴在他有力的双手弹奏得铿锵有力、琴声响亮，他宽厚的胸腔如同一副低沉与高亢互换的音箱在共鸣，使人听得颇受感染，还有那丰富的面部表情和肢体动语言调动了在场耆老们的热情。他不仅教唱简单易学的歌曲片段，而且主动自弹自唱，把美国乡村民谣和唱诗歌曲演绎得非常有感染力。场面欢快，活泼热烈，耆老们报以长久的掌声、喝彩声。

音乐无国界，尽管中国耆老们在音乐课堂上对英文歌曲的歌词一知半解，但对歌曲的优美弦律和歌者热情洋溢的姿态及外国耆老们的开心面容，促成了听懂和看懂，其中“Happy”及“Happiness”等等词句都有所感悟，从而得到了快乐与温馨。





美国歌曲虽然也有述说沉重历史的题材，但从风格和调式上却显得轻松活泼。如曾经学唱过的《苏珊娜》是一首典型的美国西部乡村音乐风格的歌曲。这首歌曲让我们了解到美国的南北战争和那一时期黑奴的苦难与追求自由的精神。歌曲旋律轻快流畅，曲调素材精练。易学、易唱、朗朗上口，歌曲内容富含浓厚的生活气息。在学唱中渐渐被这首歌曲的优美旋律和歌词叙述的感人故事所打动，初闻不知曲中意，再唱已成曲中人。

由于种种原因，阳光三部的音乐课堂被中断了半年多的时间。虽然偶尔一些中学生义务为耆老们弹钢琴演出，但耆老们对于巴赫、肖邦、舒伯特的名曲并不能理解，可谓是“阳春白雪和者盖寡”。有时老人们会自发地自娱自乐唱歌也是形单影只，对着大屏幕的卡拉OK更是些许引不起共鸣。缺乏歌声的生活令人感到寂寞，精神不能振奋。

最近，愉快的歌声又在阳光三的大厅里响起，欢快场面再次呈现，被搁置许久的心情再度乘上歌声的翅膀。

新来的音乐老师是一位身材健硕的年轻歌者，钢琴在他有力的双手弹奏得铿锵有力、琴声响亮，他宽厚的胸腔如同一副低沉与高亢互换的音箱在共鸣，使人听得颇受感染，还有那丰富的面部表情和肢体动语言调动了在场耆老们的热情。他不仅教唱简单易学的歌曲片段，而且主动自弹自唱，把美国乡村民谣和唱诗歌曲演绎得非常有感染力。场面欢快，活泼热烈，耆老们报以长久的掌声、喝彩声。

音乐无国界，尽管中国耆老们在音乐课堂上对英文歌曲的歌词一知半解，但对歌曲的优美弦律和歌者热情洋溢的姿态及外国耆老们的开心面容，促成了听懂和看懂，其中“Happy”及“Happiness”等等词句都有所感悟，从而得到了快乐与温馨。

