

提供全方位养老服务

- 坚持行业最高服务标准, 为耆老创造最优养老环境。
- 阳光厨房自制健康营养美味的膳食养生餐。
- 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。
- 我们也欢迎自费会员加入。



欢迎联系我们, 免费参观体验
301-250-3555 孙女士(注册护士)

科学保健 | 文化养生 | 膳食养生

阳光保健养生中心

用心做养老, 用爱护健康。

300多种 200多位 100多种
美味的膳食 专业、优秀的 养生活动与
养生餐 员工与志愿者 课程

阳光一部盖瑟斯堡新店开业



设施齐全的专业舞台



宽敞的舞蹈室



舒适温馨的护士站



书法国画室



多功能教室



全自动麻将桌



音乐教室卡拉ok练歌房



台球室



图书馆电脑室



全新按摩椅



油画手工教室



会员专属储物柜



康复治疗室(针灸推拿)



户外活动区



原生态健康步道

盖瑟斯堡中心: 700 Professional Dr, South Entrance, Gaithersburg, MD (近99大华)

Laurel中心: 5801 Ammendale Road, Suite D, Beltsville, MD (近马大)

Frederick中心: 110 Thomas Johnson Dr, Suite 150, Frederick, MD (近Urbana)

阳光的快乐生活(三十一)正月十五闹元宵

阳光三部耆老:靳福春(文字及图片提供)

正月是元月,是一元复始,古人称夜为“宵”。所以正月十五是元宵节,是一年中第一个月圆之夜,元宵节也称“上元节”或“灯节”。

正月十五闹元宵的民俗活动从中国汉代起源,一个“闹”字好生了得。元宵的“闹”是多种节俗形式的合奏,最突出的是声音与色彩。正月十五是春节的高潮,锣鼓敲得更响,歌舞游乐的人声更欢畅。除舞龙、舞狮外,南北地方在元宵节期间都献演乡村戏剧,北方的秧歌戏,南方的花鼓戏、采茶戏都是元宵常演的剧目。与除夕形成对比:除夕夜是在家团聚,而元宵夜则是外出逛灯,热闹非凡。

中国民间传统,在元宵节皓月高悬的夜晚,要点起彩灯万盏以示庆贺。人们出门赏月、燃灯放焰、喜猜灯谜、吃元宵。合家团聚庆佳节,其乐融融。不少地方还有耍龙灯、耍狮子、踩高



跷、划旱船、扭秧歌、打太平鼓等传统民俗表演。这些活动盛行于海峡两岸,在海外唐人街也年年欢庆。

在北方,元宵是“滚”出来的。制作过程是将馅料切成小块,蘸水后在糯米粉中滚动,直到

变成圆润饱满的元宵。南方的汤圆是“包”出来的,与包饺子类似,外皮软糯细腻,馅料丰富多样。既有甜口的也有咸口的。南方还有放孔明灯等传统活动,更注重花灯会。大街小巷张灯结彩,各式各样的花灯挂满枝头,五彩斑斓,美轮美奂。

台湾过元宵节除了吃元宵,还喜欢玩烟火、踩庙口、放风筝等活动。

香港元宵节被称为“灯节”,人们点亮万家灯火,象征着生活幸福。

正月十五闹元宵体现了丰富多彩的民间习俗中的热闹情景,通过声光效应和优美图案达到视听效果,展示了各地文化的独特魅力,也让人们在节日中感受到团圆和幸福的氛围,所以“闹”字实际上是“创造”节日欢乐的主要目的。



阳光招聘信息:

长期招聘RN, LPN, CNA, 社工助理、行政助理、活动助理、司机、厨师、帮厨、保洁、护理服务人员, 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。
感兴趣请联络:
HR@worldshinegroup.com
202-903-4530

阳光保健养生中心

恭贺新春



微信公众号



阳光小红书



阳光中心网页

账号: 阳光每一天 账号: 2607996046 WorldShine Care

阳光养生餐标准:



早餐: 粥、主食、青菜



小吃: 新鲜水果、健康零食



午餐: 四菜一汤+主食



全天供应: 多种牛奶、现磨豆浆、热茶、热咖啡、无糖蜂蜜柠檬水、温开水