

健康同行, 共创未来 美京医疗中心2025年度健康博览会诚邀您的加入



美京医疗中心 (CCACC Health Center) 定于2025年10月11日 (星期六) 下午2点至5点举办年度健康博览会。本次活动现面向社区招募参展商、志愿者及捐款支持者, 邀请各界共同参与, 推动社区健康福祉。

本次健康博览会内容丰富, 涵盖各项健康筛查与专业咨询服务, 并展示来自联邦及地方政府单位、社区服务机构及健康相关组织的资讯。预计将吸引超过300位社区居民参与。现场提供血压、血脂、血糖、骨密度、视力、听力、疫苗及基础健康咨询, 同时, 美京医疗中心专业医护人员亦将提供心理健康咨询, 助力居民全面关注身心健康。

康。

免费血检服务, 预防重于治疗

为了让大家更早关注健康, 美京医疗中心将于年度博览会开始前一个月 (9月1日至30日), 每周一至周三上午10点半至下午4点, 特别提供免费血检服务。

如您没有保险, 没有家庭医生或因各种原因在过去一年内没有进行体检, 我们欢迎您参与本次活动。

年度体检对于维护健康至关重要。它能及早发现潜在的健康问题。定期的血检还可以帮助您了解身体各项指标的变化, 从而及

时调整生活方式, 如饮食和运动习惯, 以保持身体的最佳状态。

血检服务地点:

CCACC Health Center, 9298 Gaither Road, Gaithersburg, MD 20877

报名须知:

参与血检服务需预先登记, 您可扫描下方二维码线上报名。电话预约请拨打 240-393-5950, 我们会与您联络安排血检事宜。

详情请致电 240-393-5950 或发送电子邮件至 panasianclinic@ccacc-dc.org

成为参展商, 共建美好社区

与我们合作, 一起推广健康理念! 我们将为参展商提供以下支持:

- * 展会现场展位, 面向300多位活动参与者展示服务与产品
- * 在美京华人活动中心 (CCACC) 官方网站以及美京医疗中心网站, 社交媒体平台展示参展

商之信息与网站连结

* 在大华府地区中文报纸及电子报发表介绍服务与专业的文章

* 展会手册特色展示

若您有兴趣成为参展商, 请扫描下方二维码完成报名登记。

如欲了解详情, 请联络美京医疗中心主任陆惠兴 (Kate Lu) 女士: kate.lu@ccacc-dc.org 或主任助理周雨欣 (Yuhsin Chou) 女士: yuhsin.chou@ccacc-dc.org。邮件主题请注明“2025 CCACC Health Fair Vendor”。如有疑问, 也可致电 301-820-7200 分机 8315。

* 为确保信息顺利展示, 请提供公司标志、简介及网站连结

* 媒体宣传服务仅限付费参展商, 敬请理解

参与志愿服务, 共助活动顺利

博览会当日需要大量志愿者协助翻译、引导来宾、场地支援及交通管理。每位志愿者都是活动顺利举行的重要力量。参与志愿服务, 您将有机会近距离了解各类健康筛查及咨询服务, 与社区居民互动, 协助现场运作, 确保活动有

序进行。

若您有意加入志愿者行列, 请扫描下方二维码登记。

欢迎乐捐, 守护社区福祉

您的捐款将帮助我们实现年度筹款目标, 无论金额大小, 均能为社区带来积极影响, 推动健康与福祉发展。

支持我们提升社区整体福利与医疗资源的使命, 您可通过以下方式捐款:

* 线上捐款: 进入美京医疗中心官方网站或扫描下方二维码

请于“捐款用途”栏位选择“CCACC Health Center 美京医疗中心”

* 邮寄支票: 请寄至 CCACC Health Center, 地址 9298 Gaither Road, Gaithersburg, MD 20877

本次健康博览会以“预防为先、全面关怀、资源共享”为理念, 将健康教育、现场筛查与社区资源有效结合, 为社区居民打造一站式健康服务体验, 让每一位参与者都能更全面地认识和守护自己的健康。



CCACC 退休理财传承系列讲座之四 爱与遗产: 一段真实的人生经验分享

在人生的奋斗中, 我们常为事业和梦想全力以赴, 却可能忽略了另一件重要的事——为所爱之人提前铺好路。提前的规划, 不仅能为家人提供保障, 更能让我们在人生的旅程中安心前行, 无后顾之忧。美京华人活动中心 (CCACC) 定于8月22日 (周五) 在线上举行第四场退休理财传承系列讲座。本场讲座特别邀请到罗志仁先生担任主讲人。

罗志仁先生 (Jimmy Loh, MBA), 威美科技公司总裁、华府素友会会长、国际领袖基金会华府顾问、大华府地区台湾商会前会长, 将以一个儿子与亲历者的视角, 与大家分享他在母亲离世后深刻领悟的“最后一课”——如何让爱在离别后依然完整传递。

这场演讲不只是故事, 更有实用的财务与遗产规划重点:

1. 一百万遗产: 退休帐户、股票帐户与

保险帐户的差异解析

2. 退休金领取方式: 为何选择按月领取而非一次性领取?

3. 合理规划: 减少金钱损失与繁琐填表压力的关键

4. 应对“万万税”: 在美国如何规避金钱与精神双重损耗

时间: 2025年8月22日 (周五) 晚间 7:00 - 9:00

语言: 中文

形式: Zoom 线上会议

Zoom ID: 301 820 7200

入会密码: 2025711

(您也可扫描海报下方二维码参与讲座)

让我们一同聆听罗志仁先生的真情分享, 学会如何在人生的旅途中, 不仅为自己筑梦, 更为所爱的人留下一份周全与温暖。

CCACC 青少年舞龙队 招募新成员

您是否想在课余时间体验传统文化的魅力, 并积极参与社区活动?

欢迎加入 CCACC 青少年舞龙队。

CCACC 青少年舞龙队成立十余年, 活跃于大华府地区, 由热情洋溢的中学生们组成, 长期参与各类社区与文化活动, 包括劳工节游行、农历新年庆典、国殇日活动及亚裔月等。通过舞龙表演, 队员不仅学习并传承中华文化, 也在多元社区中建立沟通与合作的能力。

我们的目标: 弘扬中华舞龙文化, 展现青少年风采

活动内容: 参加亚裔及社区文化活动的舞龙表演与游行

招募对象: 6至12年级学生

培训时间: 活动前每周三下午四点半至六点 (约于活动前1-2个月开始)

志愿时数: 可获 (Student Service Learning) SSL 志愿服务时数认证

报名与咨询:

联络人: Doris Zhao

电话: 301-620-1517 / 571-342-8149

电邮: doris.zhao@ccacc-dc.org

让我们一起舞动金龙, 传承文化, 服务社区!

中心楊氏太極 DCYSTC



學習太極拳有什麼好處?

太極拳是一種古老的中國身心修煉方法, 對身心健康有諸多益處, 可以促進:

1. 身體健康
2. 改善平衡能力, 減少跌倒
3. 增強肌肉力量
4. 減輕疼痛
5. 改善睡眠品質
6. 改善認知功能
7. 增強神經可塑性

中心楊氏太極拳九月將新開初級零基础班, 教授楊氏37式短拳。從基本一招一式教起。有基礎的同學可以加入中級班, 另外還有高級班教授楊氏長拳跟楊氏太極劍, 每一班都有老師帶領親自教授。第一個小時是養生操可以讓全身關節放鬆防止運動受傷關節疼痛。太極拳是一個非常好的運動, 非常適合任何年紀的人, 尤其對中老年人特別適合。

時間: 星期日2-4 PM

地點: CCACC 109 教室

聯絡: Raleigh Liu, 301-793-7949, raleighl@hotmail.com



CCACC 退休理財傳承系列講座之四 愛與遺產: 一段真實的人生經驗分享



主講人
羅志仁先生
Jimmy Loh
MBA

8/22/2025 星期五
7:00-9:00PM
語言: 中文

Zoom 會議鏈接



- 威美科技公司總裁
- 華府素友會會長
- 國際領袖基金會華府顧問
- 大华府地区台湾商会前會長

