

2025年度蒙郡健康与资源服务日10月26日举办

大华府华裔社区2025年度蒙郡健康与资源服务日将于10月26日(周日)下午2-5点在蒙哥马利郡盖瑟斯堡(Gaithersburg, MD)举办,敬请蒙郡华裔同胞光临。地址:阳光保健养生中心,700 Professional Dr, Gaithersburg, MD 20879。今年的蒙郡健康与资源服务日由大华府社区健康服务中心(CACHS)、华盛顿地区同乡会联合会(CCCAA)、Health Betterment Initiative(HBI)三家非营利机构联合主办。

本次健康与资源服务日服务内容如下:

针对无医保者的免费健康检查:之前已报名参加大华府华裔社区2025年度公益健康检查并已完成去化验室抽血化验的社区居民,当天在健康服务日现场接受其它检查(包括测量血压,测量骨密度,听力检查,眼科检查,抑郁症筛查等)和华裔医生志愿者的义诊服务;之前没有报名的,10月19日以

前还可以继续报名,并在10月21日前完成免费抽血化验。报名链接: <https://forms.office.com/r/Va5DwHnPCb>。健康服务日当天也接受现场报名(需交\$10报名费,此次公益健康检查唯一花费),然后安排其它现场检查及义诊咨询。免费血液化验将被安排在健康日之后。血液检查包括: CBC - 血红蛋白、白血球及血小板计数; CMP - 代谢功能,包括肝功能、肾功能及血糖; Lipid Panel - 血脂类,包括胆固醇分类、甘油三酯等; Hepatitis B - 乙肝抗原及抗体检测; Hepatitis C - 丙肝抗体检测等。

免费义诊咨询:将有多位本地华裔美国执业医生提供现场义诊咨询。包括:全科医生(家庭医生)金冲飞、樊薇、蒙舟; 护理医生(nurse practitioner)邓海琴; 内分泌暨糖尿病专科医生何杰; 神经内科专科医生朱青燕; 牙科医生王蕾(Dr. Lisa Wang)。

蒙郡老年人公共健康资源专题中文讲座:讲座内容主要包括以

下三方面: 1) 蒙郡政府对老年人都有哪些公共健康和福利? 2) 什么年龄符合蒙郡的老人服务要求? 3) 如何获得和了解在蒙郡的医疗保健服务项目?

健康保险咨询:将由多位本地华裔健康保险专家现场提供各种健康保险及 Medicare(红蓝卡)申请方面的免费咨询。

公共服务资源及老年服务资讯台:蒙郡政府卫生局及多家本地社区健康服务机构将在现场设资讯及服务台。包括:蒙郡卫生局华裔美国人健康促进会(AAHI), Health Betterment Initiative, 美京华人活动中心医疗中心(CCACC Health Center), 大华府韩裔社区服务中心(KCSC), American Diversity Group, 大华府社区健康服务中心等。

关于此次健康与资源服务日的相关问题或寻求其它帮助,请拨打大华府社区健康服务中心中文服务热线电话:240-658-9228。本热线电话都提供中文普通话和广

大华府华裔社区
2025年度蒙郡健康与资源服务日

时间: 2025年10月26日(周日) 下午2-5点
地点: 马州蒙郡阳光保健养生中心 (700 Professional Dr, Gaithersburg, MD 20879)
中文热线: 240-658-9228 (普通话、广东话、短信)

服务内容:

- ★ 针对无医保者的免费健康检查
- ★ 血液化验 (可现场现场报告, 另外会提供抽血化验), 血压, 骨密度, 听力检查等。
- ★ 免费义诊咨询
- ★ 美国执业华裔全科医生、内分泌科、神经内科、全科医生、牙科医生等。
- ★ 中文健康讲座
- ★ 蒙郡老年人公共健康资源专题讲座。
- ★ 健康保险咨询
- ★ 蒙郡政府 Medicare 红蓝卡申请。
- ★ 公共服务资源及老年服务资讯台
- ★ 蒙郡政府卫生局, 蒙郡政府华裔美国人健康促进会, 多家本地社区健康服务机构现场设台。

联合主办: 大华府社区健康服务中心、华盛顿地区同乡会联合会、Health Betterment Initiative
协办支持: American Diversity Group, 阳光保健养生中心

东话服务,也可以发中文短信联系。

大华府华裔社区健康服务中心 (Chinese American Community Health Services) 是一个目前主要由义工运作的非营利社区组织 (501c3 机构), 以致力于慈善及公益

性社区健康服务为宗旨。如希望了解更多信息,以及如何捐款和加入义工,请登录浏览我们的网站: www.cachs.org。

(供稿:大华府华裔社区健康服务中心)



金秋有你,歌声悠扬 ——2025华府独唱社金秋野餐会 火热举办

2025年10月12日中午12点,华府独唱社在风景如画的 Black Hill Regional Park C 亭成功举办金秋野餐会。

虽然天气预报曾预测当天将有大雨,但令人欣喜的是,一滴雨都没下。尽管凉风习习、气温偏低,社员们的热情丝毫不减。大家如约而至,欢聚一堂,以歌会友,尽情展现才艺,歌声在秋日林间久久回荡。

本次活动不仅歌声悠扬,更有美食相伴。现场准备了丰盛的中式美味:肉夹馍、生煎包、凉皮、什锦捞面、红油佛手瓜、腐皮上海青、冬瓜肉汤、宫爆鸡丁、干锅花菜五花肉、麻辣什锦香锅、竹笋香干肉丝、香辣竹塔鱼等美味佳肴,令人垂涎欲滴,歌友们个个赞不绝口。

在社长袁小方的带领下,协调组成员沈大勇、杨一帆、江有刚,以及音响负责人查理一早到达现场,布置场地、调试音响,保障了活动的顺利进行。社员们也纷纷登台献唱,每一位都全情投入,唱出了热情,唱出了友谊,更唱出了对音乐的热爱。

嗨唱的同时,独唱社社员汤志群、杜晓华、孙露茗带头走到场地中央,随着欢快熟悉的旋律响起,率先跳起了动感的“小苹果”。她们动作整齐有力,表情投入又富有感染力,不时带着笑容互动,引得围观的社员们纷纷鼓掌叫好。在她们的带动下,现场气氛迅速升温,其他社员也纷纷加入舞蹈

队伍。大家或模仿动作,或自由发挥,整个场面热烈又欢乐,洋溢着青春与活力。音乐节奏一浪高过一浪,跳跃的身影仿佛把整个社团都点燃了,现场掌声与欢呼声此起彼伏,形成一片欢乐的海洋。

此次野餐会得到了众多社员的积极响应与参与,活动通知一发出,歌友包骏藩、曹云、Chelsea Lai、陈开云、杜晓华、黄芳、江华、胡文胜、江有刚、沈家宁、厉达、刘爱义、罗旋、汤志群、苏新专、沈大勇、孙忱、孙露茗、尹琛、谢凯明、萧虹、晔晓梅、王波、肖蔚、杨一帆、张京莉、郑立欣、值源、袁小方等立即报名参加。哈维好声音杜乔丹,朱奕鸣,朱蕊荔,朱岳也一起组团来参加表示支持。

在大华府的我们,有一个共同的爱好——歌唱;

也有一个共同的“家”——华府独唱社。这里聚集了一群热爱音乐、热爱生活的朋友,大家师从不同的声乐专家,广学各类唱法,每月定期相聚,切磋技艺,交流心得,为技艺,也为友情。因为这里有来自心中的歌,这里有源于喜悦的歌,这里有诠释生命的歌。

特别的爱给特别的你! 欢迎你加入华府独唱社,一起唱出属于你的声音!

供稿:华府独唱社

大华府地区资深贷款专家 A-Z Mortgage

周芳
Amy Zhou
NMLS#212791

当你购房需要贷款,或者重新免费贷款,只需一通电话: 301-661-2169

诚聘

欢迎有经验的 Loan Officer, Loan processor, 加入我们的团队。也欢迎 Realtor 来电咨询

手机: 301-661-2169
办公室: 240-428-1723
amy.zhou@azmortgage.net

751 Rockville Pike 17-18B, Rockville, MD 20852

金牌房地产经纪人

徐捷
Jane Shue

杨莉
Lily Yang

您的需要=我的需要 您的烦恼=我的烦恼 您的房子=我的房子 您的微笑=我的微笑

*Silver Spring, 大型连栋屋, 双车库, 阳台, 6年新, 交通方便, 近 FDA, \$398,000.00 最低要价!
*Potomac, 银行拍卖! 独栋, 三层, 近 6000sqft. 占地面积 2 亩, \$1,050,000.00, 低于市场价!
*Va, Great Falls, 学区一流, 5房, 4浴, 3 车库。三层近 7000sqft. 占地面积 1.5 亩。\$1,200,000.00。10 年新!
*商业地产投资! 生意买卖! 铺位出租! 服务一流! 欢迎咨询!

(301)-213-3051(C)
janeshue@gmail.com

(301)-217-9667(O)

240-731-8116 (C)
lilyyanghomes@gmail.com

1-008