

大华府社区健康服务中心新增多个服务项目,惠及更多华人家庭



人间最是四月好,陌上花开人未闲。自四月开始,大华府社区健康服务中心(Chinese American Community Health Services, CACHS)不断传来好消息,经各方沟通和协调,为参加社区服务中心系列活动的老人们增添了更多的免费福利项目。

为进一步帮助社区老人们改善生活、提升生活质量,CACHS 义工岳春梅联系到的 Black Physicians Association 的公益活动,给社区老人们提供免费检查眼睛,免费配眼镜服务。春梅联系到这个资源后,组织了华裔社区的老人。当天有 30 多位老有所乐的老人参加了本次公益检查活动,让老人们享受实实在在的福利。免费眼睛检查和配镜直接解决了“看不清”的困扰,降低跌倒、用药出错的风险。定期检查能早期发现青光眼、糖尿病视网膜病变等,避免小病拖大。从改善一个人、到温暖一个家、再到激活整个社

区,做的不仅仅是送一副眼镜,而是在重塑华裔老人的晚年尊严和社区的互助文化。

新一期的英语线下教学项目,增加的蔬菜水果福利配送服务,改善了老人们饮食的营养结构,节省了开支,受到老人们的一致欢迎和好评。这次 CACHS 提供的免费接送和茶点,惠及近 60 位老人,让华裔老人们愿意走出家门,重建社交圈。看似平凡的小举动,让本地华人家庭不必为父母的眼健康、营养问题额外奔波和花钱,缓解了经济与照护压力。同时形成互助氛围,低龄老人帮高龄老人报名、翻译,增强社区邻里之间的信任和交流。

服务社区老人的工作,就是通过生活照料、健康管理、精神陪伴等综合支持,帮助老人留在熟悉的环境中安享晚年。这和 CACHS 举办系列活动的宗旨一样,核心目标是让养老从“生存”转向“生活”。两位参加

“老有所乐”项目的老人给义工留言,“这是一个充满了爱的团队,让所有参与的人都乐在其中,都笑意盈盈。这就是活动的愿望和收获。我们太幸福了!”“感谢 CACHS 的义工们关爱老年人健康,组织一系列讲座等活动,司机和义工们热心周到的服务,给了我们欢乐时光,我们都非常喜欢。”做义工是一件辛苦而责任重大的事情,义工们长期的坚持才能造福一方的华人家庭。大华府社区健康服务中心(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,以致于慈善及公益性社区健康服务为宗旨。

CACHS 中文帮助热线:
热线电话号码: 240-658-9228; 571-668-5836
普通话和广东话接听; 中文短信; 周一至周五周日全部七天,早9点至晚9点(其它时间

可电话语音留言或短信留言)。

为本地华人寻求医疗保健信息提供帮助,尤其是为不会英语或英语能力有限的华人同胞。

帮助有需求者了解本地医疗及健康服务信息,了解本地政府公共福利政策及其它公共资源,以及其它帮助等。

- CACHS 老年健康服务**
- 中文帮助热线
 - 低收入者的交通接送帮助
 - 低收入无医保者的免费体检
 - 老年健康及公共资源系列讲座
 - 保健及社交支持:“老有所乐”,华裔老人英语俱乐部
 - 健康信息及互助微信群
 - 免费交通接送
- (供稿:大华府社区健康服务中心,撰稿:黄静)

华府诗友社 诗词怡园 第 31 期

七律·谷雨感春

作者:王传明
谷雨霏微送晚春,平芜尽处绿成茵。桑间戴胜飞轻影,溪上浮萍叠细鳞。垄亩勤耕祈岁稔,烟村闲坐话情真。韶华虽老心犹壮,不负风光不负人。

此花只合武陵开。

七绝·暮春雨霏

作者:王传明
一犁新雨破春寒,茶满青山笋满峦。落尽繁红犹有味,小池萍绿映栏杆。

七绝·挽许典雄先生

作者:童翁
挽云恸雨鹤飞天,许命岐黄骨亦仙。典籍余香寒讲席,雄芒化作月轮圆。

七律·游子诗观

作者:王传明
沧波万里客身悠,雅韵深研觅道由。古韵长承华夏脉,浮辞远避俗尘流。情牵故国千重思,笔写寰中万种秋。正立诗心无外慕,天涯文脉自悠悠。

古风·野花

作者:书心
树下三株蓬草里,溪边五朵石泥间;常成彩带妆千水,也作疏星点万山。生地从来无选拣,凡心世代不追攀。怡然自得逍遥趣,处境艰难视等闲。

七律·桃花

作者/书法:王利新
天天一树倚春台,不是天工着意栽。色借胭脂浓淡抹,香随蛱蝶往来徊。崔郎去后诗犹在,渔父归时路已猜。莫羨上林花似锦,

古风·自嘲

作者:书心
胡思乱想把心操,偶撞瞎猜对几条;

远望星空实画布,所说峰顶是山包。滥吹胡管未着调,涂抹行书水半瓢;一事未成孤又老,浮萍顺水飘啊飘。

古风·自助

作者:书心
顺水浮萍飘又飘,江河湖海任逍遥;处世宁静享宁静,卷进浪涛任浪涛;随遇而安奢望少,无依无靠不折腰。品淡孤寂如学道,除却浮华勇自嘲。

古风·桃樱争春一

作者:王利新
天桃樱蕊各争春,细辨枝头方认真。桃瓣浑圆如笑靥,樱痕破裂似朱唇。红深粉浅皆成韵,单瓣重葩自绝尘。莫道东风浑不辨,花开两种各传神。

古风·桃樱争春二

作者:王利新

一树嫣红一树云,同经烟雨各纷纷。桃含灼灼宜深醉,樱带凄凄不忍闻。落瓣随波春渐老,垂枝照影日将昏。若教并作江南看,半是浓妆半淡裙。

行香子·感春

作者:童翁
柳色依依,水影粼粼。望东风、轻卷流云。数番疏雨,半岭孤村。忽莺声碎,蝶影舞,草痕匀。功名似水,春秋如织。叹浮生、空对晨昏。两盅雀舌,一对离魂。对竹边月,松下鹤,梦中人。

踏莎行·溧阳忆旧

作者:童翁
天目堆青,碧湖漾影。万竿竹海通仙境。鲜香三绝系乡心,霜髭已向平林映。濛濛水声寒,焦山云静。寒烟细剪梨花冷。旧痕疏木总关情,

一坟香篆平生省。

浣溪沙·形心相应

作者:王传明
雅貌由来本自心,清仪自律养胸襟,平生善念蕴芳林。世路相逢先识气,德芳长驻胜华簪,前程锦绣自相寻。

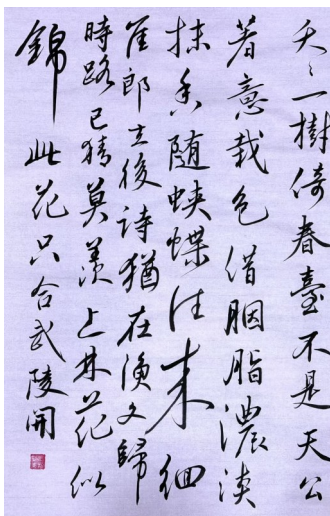
槐花忆

作者:风帆
满树琼瑛忽放锁,锁住目光摘一串回想。将岁月品尝,丝丝清香中飘过谁的面庞。是你绽放的无悔,是她含苞的惆怅。谁曾留牵手的甜蜜,谁会在树下翘首盼望。哪一枚饱含阳光的祝福,哪一枚被风吹向远方。

时光把一段段芬芳揉进生活的平常,烙一张槐花饼,看它像日子一样慢慢泛黄,却留得余味绵长。岁月酿成的醇香,在心底枝头年年生长。

歌曲·春天的节拍

作词:王利新
嫩芽悄悄爬上树梢问好,阳光把云朵晒成软糖味道。风踏着脚尖穿过青石街道,泥土的呼吸里有种子在跳。燕子低飞剪开晨雾的笼罩,田埂上知更鸟追赶着春耕的号。拖拉机踩着露水慢慢播,马达把希望埋进秧苗的怀抱。春天踩着轻快的韵脚,把花香缝进我的衣角。看小狗追着蝴蝶跑过桥,笑靥里盛满阳光的染料。晾衣绳上的水滴映着虹彩,蒲公英教风写流浪的旁白。孩子们把风筝系在云腰带,我的脚步轻得想踮起来。春天唱着透明的歌谣,把绿意染上每寸山腰。当布谷鸟在远方敲信号,我要和万物一起长高。风车转啊转,把时光卷成糖包。咬一口,是四月甜甜的味道。网址:https://sites.google.com/view/dccpoets/ Email: dcchinesePoetrySociety@gmail.com



大华府地区资深贷款专家 A-Z Mortgage
周芳 Amy Zhou
NMLS#212791
手机: 301-661-2169
办公室: 240-428-1723
amy.zhou@a-zmortgage.net
751 Rockville Pike 17-18B, Rockville, MD 20852
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

POLAR DREAM TRAVEL
极地梦
极地美景 别样人生
7-186
Phone: 571-645-5886
www.polar-dream-travel.com
reservation@polar-dream-travel.com

金牌房地产经纪人
徐捷 Jane Shue (301)-217-9667(O)
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! 1-008
240-731-8116 (C)
lilyyanghomes@gmail.com