

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中心开业



Gaithersburg中心：700 Professional Dr, South Entrance, Gaithersburg, MD（近99大华）
 Beltsville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）

【曼妙舞步，共话温情】
 ——阳光二部交谊舞课翩然起航

春意正浓，律动随行。为进一步丰富大家的精神文化生活、拓宽社交空间，近日，阳光二部一场“特殊”的交谊舞课程正式拉开帷幕。不同于以往，本次课程由多才多艺的夏阿姨主动请缨担任老师，带领身边的伙伴们在悠扬旋律中舒展身心。

舞蹈厅内灯光柔和。随着活动部员工按下播放键，轻快的华尔兹旋律缓缓流淌。不同于传统的集体授课，夏阿姨采用了更易理解的教学方式——亲自上阵，与学员一对一搭档。

她带着学员，在三拍的节奏中感受旋转的轻盈，口中轻数节拍，引导步伐的起伏；她稳稳牵起学员的手，在四拍的进退之间寻找默契，细致纠正站姿与发力点。

起初，大家的步伐略显生涩；随着时间推移，动作逐渐从容，眼神也从最初的忐忑转为专注与自信。

汤奶奶腿脚不便，站立稍久便需借助助行器行走。但在夏阿姨的鼓励与悉心指导下，她也加入了舞动的行列。红色的助行器在灯光下微微闪烁，汤奶奶扶着它，踩着四拍节奏，动作虽缓却不失优雅。只要

心中有节奏，助行器也无法阻挡翩翩起舞的灵魂。

跳舞讲究默契——你进一步，我退一步，节奏便自然契合。

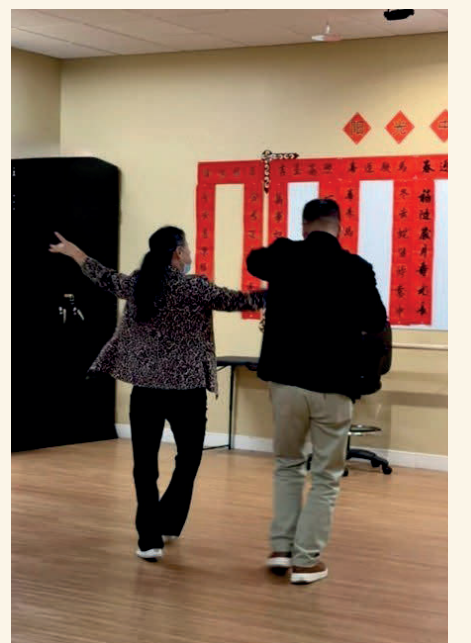
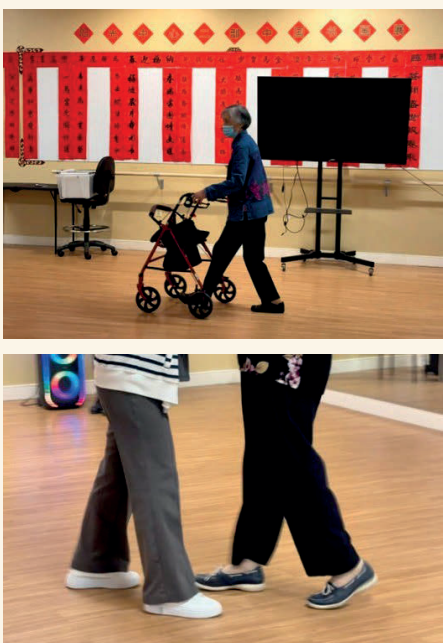
这种一对一的教学，不仅是技巧的传授，更是情感的陪伴。大家在练习中彼此鼓励、相互支持，这个过程不仅增强了集体归属感，也让长者在音乐中获得更多自信。

不少会员反馈，这种一对一练习针对性强。一支舞下来，身体微微出汗，倍感清爽，心情也随之明亮起来。适度的锻炼不仅提升了协调性与平衡感，也让大家在音乐的熏

陶中放松身心。

此次交谊舞课程的开设，是阳光二部支持会员“自我管理、自我服务”的又一次有力尝试。活动部员工全程协助，负责音乐切换与现场保障，确保每位会员都能在轻松、安全的环境中享受舞蹈。

未来，阳光二部将继续支持会员发光发热，鼓励更多像夏阿姨这样有一技之长的长者走上讲台。我们致力于在细节中传递温暖，营造一个充满活力、和谐互助的大家庭，让每一位成员在这里收获健康、友谊与舒心。



阳光招聘信息：

诚聘司机，待遇优厚

感兴趣请把个人简历、个人介绍发至：

HR@worldshinegroup.com
240-928-0196(短信联络)

阳光保健养生中心

阳光保健养生中心成立于2014年，提供医护、文化、养生等日间看护服务。是马里兰州服务最好，设施最新，活动最丰富的老年活动中心。



微信公众号
账号：阳光每一天



阳光小红书
阳光养老中心



阳光中心网页
worldshinecare.com

阳光养生餐标准：

