

義工精神永流傳 CCACC舉辦2021年度義工表彰大會

美京華人活動中心 CCACC 服務社區近四十載，中心一直向着標竿全方位地拓展，力求精進，提升服務的質與量，多元化服務之範圍惠及幼齡至百歲高齡的各年齡層，有口皆碑。中心多年的發展以及今日的成果，無不受惠于中心強大的義工團隊。可以說，沒有義工精神，就沒有今日的 CCACC。為了弘揚義工精神，表彰義工楷模，CCACC 于 11 月 17 日下午舉辦 2021 年度義工表彰大會。

在此一周前，CCACC 于 11 月 6 日成功舉辦了第 39 周年線上慶典，目前已經吸引超過 1 千次觀看點擊量。"感謝義工"作為周年慶典中必不可少的重要環節，為慶典活動增添了氣氛和色彩。特別是 COVID 疫情中體現的無私奉獻精神，淋漓盡致的體現了中心的創辦初衷和核心價值。在周年慶典活動結束後，立即着手舉辦年度義工表彰大會，有着非常特殊的意義。

2021 年度義工表彰大會的召開，是中心自疫情以來首次舉辦的現場活動。為了安全，活動現場控制了人數和社交距離，以確保提供與會者安心的環境。本次年度義工表彰大會的最大亮點是中心為



(參加 2021 CCACC 年度義工表彰大會的部分獲獎義工合影)

義工申請總統義工服務獎，其中 4 位義工獲得終身成就獎，6 位義工獲年度金質獎，1 位獲年度銀質獎，另外還有 6 位獲年度銅質獎。4 位總統義工服務終身成就獎的獲獎者為：

1. 中心現任會長李志翔先生
他是中心的五位創始人之一。九年來，在他的領導之下，中心的規模和運營成長三倍多。疫情期間，他更是不眠不休的坐鎮、

指揮，將中心的社區服務再度推向另一高峰。

2. 中心資深顧問李潮先生
他也是中心的五位創辦人之一。事實上，沒有李潮的倡議和實踐，就沒有今天的中心，39 年來，從中心創建後推動各項社區活動，成立歡樂日間保健中心，以至于疫情期間設立新廚房，處處都有他的心血和辛勞。

3. 中心居家護理中心主任、美

京藝廊館長孫文影女士

她于 2000 年加入義工行列，致力文化教育等推廣工作，並先後創辦歡樂中文學校、居家護理中心、美京藝廊，全心奉獻，不遺餘力，不僅是義工楷模，更成為中心的棟樑。

4. 中心後勤支持總管董一明先生

在中心成立之初，他就以義工貢獻一己之力，曾任中心董事長、

董事，2016 年退休後，成為全職義工，現任中心後勤支持總管。不論工作大小，他皆全力以赴，是大家的榜樣。

4 位獲得終身成就獎的大義工在活動中都分享了心得，他們簡短的致詞裏透露着對中心發展和社區奉獻的執着。他們把自己的退休生活安扎于中心，以全職義工的角色奉獻才智和心力。

大會表彰了多名 CCACC 的資深義工，他們來自不同的行業、背景和年齡層，在各自的義工角色上默默奉獻了 5 到 25 年不等。李志翔會長為所有的獲獎者頒發獎章和感謝狀，並在隨後的發言中，再次對獲獎義工以及 CCACC 義工團隊表示感謝，尤其是看到很多年輕的義工獲獎，對義工精神代代相傳，深感欣慰！

疫情期間，CCACC 設立疫苗接種站，為上千人施打疫苗，造福社區，因而表彰大會中播出了疫苗接種站的義工剪影。這些在在證明，義工們的大愛精神是鑄就 CCACC 今日輝煌的原動力之一。

接受表彰的義工名單，可以重溫 CCACC 39 周年慶典視頻，請瀏覽並為我們點贊！

YouTube 重溫鏈接：<https://youtu.be/-dSKinCCX0s>

CCACC 健康醫療中心疾病預防講座： 關注胃癌(程秋芳醫生)

美京健康醫療中心 CCACC Health Center 每月會請來社區的醫療專業人員，為社區民眾講解疾病預防的知識。12 月是美國胃癌關注月，我們請來程秋芳內科醫生，為我們講解胃癌防治。大家千萬不要錯過。

時間：12 月 3 日下午 4-5 pm
Zoom 鏈接：<https://us02web.zoom.us/j/85365528713>

Meeting ID: 853 6552 8713

胃癌是東亞第二大常見癌症，約占全球所有新確診胃癌病例的 50%。胃癌的起因，是由于從胃開始產生的細胞異常生長。它可以影響胃的任何部分，尤其是胃的主要部分，即胃體。根據梅奧診所的說法，在美國，胃

癌更有可能影響食道，食道是將食物輸送到胃的長管。該區域稱為胃食道交界處。

胃癌的發病率因地區而異，東亞的發病率最高。在美國，發病率存在顯著差異；韓國男性的發病率是非西班牙裔白人男性的五倍。

胃癌的徵兆和癥狀包括吞嚥困難、進食後感覺胃脹氣、進食少量食物後却感到飽足感、胃灼熱、消化不良、惡心、胃痛、體重意外減輕和嘔吐。

根據美國國家癌症研究所的研究顯示，胃癌的風險因素包括醫療條件、遺傳基因、飲食和環境因素。為了降低罹患胃癌的風險，您可以保持健康的體重，多吃

水果和蔬菜，並減少對鹽和烟熏食物的攝取。吸烟也會增加患癌癥的風險；戒烟可能很困難，因此請向您的醫生尋求幫助。您可以向您的醫生諮詢您罹患胃癌的風險，以選擇您的最佳生活方式。有胃癌家族史的人也可以考慮進行內視鏡檢查以提早進行癌癥的排查。

早期篩查有助於提早發現胃癌，如果提早治療，即可顯著改善治療的成果。根據美國梅奧診所的說法，有多種診斷胃癌的方法，包括但不限於上消化道內視鏡檢查、取出組織樣本的活組織檢查以及 CT 掃描和鋇餐造影等影像掃描檢查。

在 CCACC，我們幫助患者識

別風險因素并提供胃癌教育。我們也提供幽門螺旋杆菌的檢查。歡迎致電給我們預約您的健康篩查。

CCACC 39 周年慶特大獎得主喜得獎品



特大獎得主袁建銘先生(左)從中心會長李志翔先生(右)手中接過獎品

美京華人活動中心(CCACC) 39 周年慶典活動已于 11 月 6 日周六上午 10 點通過 Zoom 和 YouTube 直播，成功舉行。因應疫情，這是 CCACC 第二年舉辦線上周年慶典活動，活動內容包括年度回顧、年度報告、各界貴賓致詞、感謝義工、表彰資深員工、各類社團表演以及幸運抽獎等活動。直播當天便創造了 CCACC 線上活動當日瀏覽量之最。

慶典籌備小組依照傳統，在節目最後設置會員抽獎環節。在緊張的抽獎項目裏，會長李志翔先生和副會長張麗芳女士，從 1 千八百多名有效會員中，分別揭曉了 52 名幸運會員，包括 1 名特大獎和 3 名大獎得主。今年抽獎增設免交會費獎項，以感謝中心會員多年來的支持。

中心今年新加入的會員袁建

銘先生是本次年慶特大獎的中獎幸運兒。經過事先溝通，袁建銘先生于 11 月 16 日下午親自前往中心行政辦公室領取獎品，中心會長李志翔先生也親自將特等獎交到他的手裏。袁建銘先生是今年新入會的中心排球訓練營學生的家長，他表示，孩子很喜歡 CCACC 的排球訓練營，增長技能的同時又結交新的朋友，也感謝中心舉辦周年慶，讓會員能更好的了解中心的發展和成長。

如果您肯定中心的服務宗旨，支持中心的社區服務工作，我們誠邀您重溫慶典視頻，並為我們點贊！

YouTube 重溫鏈接：<https://youtu.be/-dSKinCCX0s>，或掃二維碼重溫：



(美京華人活動中心 CCACC 新聞小組撰寫供稿)

夢想起步 - 升大學面試之講座 12 月 9 日晚 7 點

開啓大學學涯，追逐人生夢想！由國泰銀行 Cathay Bank 贊助，并由美京華人活動中心 CCACC 和蒙郡華人家長會 (CAPA-MC) 共同主辦的"夢想起步-升大學面試"之講座，讓您在升大學面試過程中有充足的準備，輕鬆應付面試過程中種種境況。

該項講座訂于 12 月 9 日晚 7 點，通過 Zoom 在線上推出。講座由 CCACC 董事會聯合蒙郡華人家長會共同發起，針對升大學面試中可能遇到的各種問題，為處於面試季中的學生帶來幫助和啟發。講座邀請了三位學經歷優異深厚的嘉賓，他們將注重以下三個方面的探討：面試注意事項，面試禮儀和常見問題及解答，並結合情景演練，期望為學生帶來一場生動有趣的技巧講座。

三位資歷深厚的嘉賓簡介如下：
Bertrand Tzeng 曾志平
Bertrand Tzeng 是財政部復蘇計劃辦公室的高級領導，曾在財政部和國稅局擔任多個領導職務。作為一名受過培訓的稅務律師，曾先生曾在包括 Hogan Lovells 在內的律師事務所執業，並代表司法部在 Ernst & Young 和監管合規監督方面提供諮詢。

曾先生擁有耶魯大學經濟學學士學位，哥倫比亞法學院法學學位，紐約大學法學院稅法碩士學位。他獲準在紐約和哥倫比亞特

區執業。曾先生是美京華人活動中心的董事會成員。曾先生是財政執行學院 (Treasury Executive Institute) 認可的職業指導顧問，他熱衷于武術并喜歡繪畫。他與妻子和雙胞胎女兒住在馬里蘭州貝塞斯達。

Julie Yang 楊成華
Julie Yang 女士是社區工作組織者和教育工作者。曾任蒙郡華人家長會主席，現任蒙郡公校亞裔聯合會主席。楊女士多年盡力于培養下一代，過去幾年多次舉辦各種教育講座，共建了張孟琪博士社區服務獎學金和擔任了蒙郡華人家長會小記者俱樂部的指導老師。楊女士特別關注移民家庭跨代文化交流，學生心理健康以及亞裔弱勢群體問題，協同創辦了"關愛村"項目來服務社區。

楊女士積極弘揚亞裔文化，攜手社區多個組織舉辦了多次大規模的慶祝五月亞太月的活動。其中包括：李昌鈺博士我的一生講座，"虎媽" Amy Chua 的教育反思講座，馬大校長 Wallace Lou 的新一代領導者講座等等。她倡儀蒙郡公校把農曆新年作為學生放假日，并組織了多個亞裔學生和社區領袖去教委作證，為爭取到農曆新年放假奠定了基礎和起到了決定性作用。

楊女士是教育碩士，在美國從事教育工作 20 年。是美國國家學

校輔導員協會認證的大學升學專家。她有一兒一女，業餘時間喜愛種花，爬山和聽各種有趣的播客。

Alice Yang Yeh 楊心怡
Alice Yang Yeh 目前是在美國海關和邊境保護局旅客通訊中心 (CBP TCC) 的項目副經理。在加入 CBP TCC 之前，Alice 是一家全球公司的人力資源經理，該公司為政府健康和社會服務項目提供業務流程服務。她在行政、項目管理和人力資源管理方面，擁有 20 多年的工作經驗。

在她目前和以前的角色中，Alice 對求職者面試、員工關係管理、相關培訓提供、員工工作績效評估、旅行協助和處理來自全球旅行者的註冊查詢等方面工作，都頗有經驗。

Alice 一直積極參與社區服務。她是美京華人活動中心的董事會成員，華府美華協會 (OCA-DC) 的前主席，畢業于蒙哥馬利領導力項目。

Alice 獲得了密歇根大學工商管理學士學位，芝加哥洛約拉大學工商管理碩士。

歡迎參加本次講座，有意者請事先登記，登記鏈接：<https://rb.gy/nbw410>

如有疑問，請電郵至 demy.ye@ccacc-dc.org 或致電 301-820-7200 分機 8107。期望與您在 12 月 9 日晚線上相見！