

獨具特色的華盛頓知青春晚圓滿結束



爆竹聲中一歲除，美酒佳香香滿屋。

莫嘆虎年添新歲，健康平安就是福！

華盛頓中國知青協會的壬寅虎年雲端春節晚會在2月12日晚上成功舉行。數百位協會會員和觀眾以Zoom或者YouTube的方式觀看了演出。晚會結束後，觀眾反響熱烈，好評如潮。異口同聲地稱贊：這場晚會特別接地氣，特別別致，特別有特色，特別與眾不同。是一場別開生面令人耳目一新的精彩演出，是一場視覺和聽覺的盛宴。

這場獨具特色的晚會到底有那些與眾不同之處呢？且聽咱們細細道來。先說說種菜組的節目。《我愛我家》是一群當年中國的

知青，今天的“美國農民”一年辛勤勞動收穫的展示，除了冬瓜絲瓜南瓜苦瓜，豆角玉米大蘿卜葫蘆等菜蔬，各色花卉，瓜果梨桃，曇花一現的紀實，竟然還有自制的水果罐頭、櫻桃酒等，充分體現了廣大知青朋友們“歷經風雨，歸來依舊是少年”的精神風貌。《人、動物、小樂園》的節目除了捕捉了狐狸鬆鼠雞群豬狗等各種動物，還有被動物啃了一半的柿子，冬瓜南瓜等菜蔬，以及人和動物之間的鬥智鬥勇，配上風趣的配音，真是妙趣橫生，令人捧腹大笑。

讓人耳目一新的節目還有乒乓球俱樂部的乒乓小合唱《友誼的鮮花永遠開》。今年是中美乒乓球外交50周年，紀念大乒乓，享受生活中的小乒乓是這個節目的主

題。這個節目，不僅有當年坐錯車的美國運動員科恩及大顯身手莊則棟的鏡頭，還有現在乒乓球組的人打乒乓球的照片和視頻，除此之外，背景音樂是一組知青在手風琴伴奏下的合唱，這種組合形式的節目還沒有在春晚節目中出現過，真是令人開眼界了。

年終時開個總結會，談一下新年計劃是咱們在大洋那邊時常見的工作程序。這個形式竟然成了知青春晚上的的一個節目，而且還是一個跨時長久的工作總結。旅遊組的節目《回顧十年游歷，預告下次計劃》，概述了旅遊組自2009年以來組織的巴哈馬，阿拉斯加，西地中海，加勒比海，東地中海，夏威夷，波羅的海，中南美洲等8次游輪旅行，并告知了下次希臘游輪計劃的細節。這是一個很多人都感興趣的內容，從旅遊組最初參加人數不多的游輪行，到2019年將近百人的浩浩蕩蕩南美游輪行，可以預見，超過百人的游輪行也是可能的。

《憋壞了，出去溜溜——攝影組2021》是協會黃埔軍校（攝影組呢稱）將軍們的杰作。“將軍”這個軍銜雖然是自封的，但還是真有幾把刷子的。看攝影組的節目，如同在欣賞一個高水準的攝影藝術展覽。攝影師們的鏡頭，捕捉到了一個個精美的瞬間，把流動的美麗定格，讓瑰麗的風景永存。

上海歌舞小組的節目《傳呼電話》，以歌舞小品的形式展示了知青們早年經歷過的上海弄堂裏的生活，不僅有歌有舞有滬劇，也有找對象搬遷這樣普通民衆都會遇到的事情。在逼真的場景下，觀眾仿佛回到了幾十年前上海弄堂，看到了當年平民百姓的真實生活。

知青舞蹈組的舞蹈《梔子花開》展現了知青不減當年的活力和激情，詩歌朗誦組的集體詩朗誦《新年的希望》表述了對新一年活動的嚮往。精彩的節目還有開場舞《舞韻歡揚》，老來樂電子琴班的電子琴演奏《送別》，女聲小合唱《再別康橋》，四位女俠的《金秋十月快樂行》，陸宇女士的《英詩漢語神翻譯》，月兒朗誦的華府新秀詩人陳鑫的詩作《故鄉他鄉》，陳元彬的男聲獨唱《當我們年輕時》，雷思源的獨舞獨唱《游牧時光》，趙西林的口哨《貝加爾湖畔》和韓維，張築麟在大氣宏偉的雪山和燃燒的火焰背景下的男女聲二重唱《花兒為什麼這樣紅》。

晚會的主持人是劉然英女士和王建新先生。他們落落大方的主持，贏得了觀眾的贊譽。

協會理事會感謝參加演出的各個興趣小組，為了呈現一個有自己小組特色的精彩節目，小組成員早早就進行了節目的醞釀，討論和設計，群策群力，用集體的智慧和創造力，經過多次排練，排演出了

自己小組的節目。協會理事會同時感謝參加演出的個人和組合，花了大量的時間和精力準備了精美的節目。正是這些興趣小組，個人與組合的積極參與和付出，知青協會的春晚才能這樣獨具特色，別開生面，內涵豐富，五彩繽紛。

下面是晚會的YouTube鏈接，如果您那天繁忙，沒顧上觀看演出，還可以繼續欣賞。

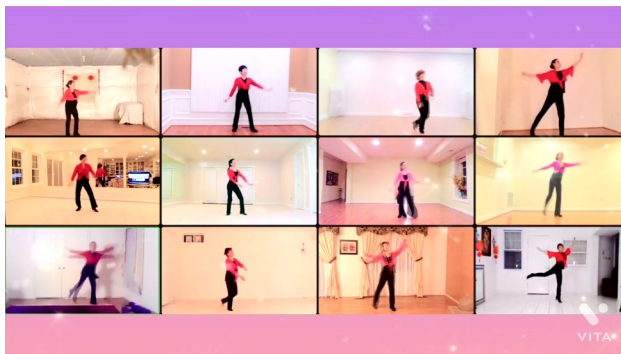
Youtube: <https://youtu.be/nWXEtRjKo2Q>

華盛頓中國知青協會成立於2006年6月，是由一批曾經有過知青經歷，或知青的家人，親屬，朋友，同事以及對知青題材感興趣的朋友們組成。它的宗旨是建立一個在美國的“知青之家”，給會員們提供一個相互交流，互幫互助，進友誼的平臺；創造一個回味共同的成長道路，緬懷共同的青春歲月的窗口；同時通過各種的活動，給會員們提供一個發揮自己的潛能及興趣愛好的活動空間，你樂我樂大家樂，為會員們豐富多彩的生活再添加一朵絢麗的花束。

想了解知青協會更多信息，請訪問知青協會的網站：<https://www.zqdc.org/>

聯系知青協會：DCZhiQing@gmail.com

華盛頓中國知青協會理事會



疫情期間如何支持青少年的心理健康

---- 2月22日晚8-9:30 大華府社區健康講座與您線上相約

大華府社區健康服務中心社區健康講座將於2022年2月22日(周二)晚8點至9點半在Zoom線上舉辦。

青少年心理健康是當今美國華人社區成員最迫切需要解決的問題之一。對精神疾病的污名化、社會孤立、文化期望、身份認同問題、心理健康素養低、缺乏會說中文或對文化敏感的心理健康專業人員——所有這些因素都導致了這一問題。新冠疫情的發生更是導致青少年心理健康問題雪上加霜。美國青少年焦慮症在過去一年多成長20%，抑鬱癥激增25%，給美國家長及學校都敲響警鐘。大華府社區健康服務中心將於2022年2月22日晚8點至9點半舉辦心理健康講座，特邀馬裏蘭大學心理學副教授王慈欣博士主講。

王慈欣博士持有執照的心理醫生，青少年心理健康急救員培訓師。她於2011年獲得內布拉斯加大學心理學博士學位，並在霍普金斯大學完成兩年的博士後臨床研究。王教授的研究方向包括：青少

年心理健康、問題行為以及適用於亞裔家庭的心理治療方法等，先後發表了近50篇SSCI專業論文，還主持過美國國家科學基金(NSF)等支持的四個研究項目。王慈欣在亞裔社團以及蒙郡公立學校進行了多場親子關係講座，深受家長們的歡迎。為表彰王慈欣教授多年來對亞裔教育所作的貢獻，美國亞裔心理學會於2017年授予她杰出青年研究者獎。她擅長使用人本主義和行為主義治療方法，并結合亞裔家庭文化為家長和青少年提供各體治療和家庭治療方案。

除了有王慈欣博士關於如何在疫情期間支持青少年的心理健康的專題演講和答疑，22日當晚的講座中，還將有馬州蒙郡(Montgomery County, MD)衛生局的代表介紹蒙郡的新冠檢測、疫苗接種、防控、救助等相關資訊最新信息。此外，本地華人社區健康服務機構大華府社區健康服務中心和美京華人服務中心健康醫療中心將介紹當前大華府地區新冠疫情、防疫指南及疫苗接種資訊更新，其

中將特別介紹兩家機構提供給華人社區的新冠服務。

大華府社區健康服務中心新冠疫情系列講座——2022年2月22日(周二)晚8點至9點半。

講座內容：

1. 如何在疫情期間支持青少年的心理健康。由馬裏蘭大學心理學副教授王慈欣博士用中文主講。
 2. 蒙郡政府新冠檢測、疫苗接種、防控、救助等相關資訊最新信息介紹。由蒙郡衛生局代表英文介紹。
 3. 大華府地區新冠疫情，防疫指南及疫苗接種資訊更新。由大華府社區健康服務中心中文介紹。
 4. 美京華人活動中心新冠疫苗接種服務介紹。
- 講座Zoom Meeting鏈接：<https://us06web.zoom.us/j/87858272873?pwd=RysrVDIvSGlTaGt5UmpDdVJHL0xXQT09>
Meeting ID: 878 5827 2873;

社區健康講座 Community Health Webinar

如何在疫情期間支持青少年的心理健康

How to Support Youth Mental Health during COVID-19

新冠疫情及由此導致的種族歧視使亞裔青少年心理健康問題雪上加霜，兒童心理學教授將告訴家長們如何在疫情期間關心孩子的心理健康。

蒙郡政府及本地華裔社區機構新冠資訊和服務介紹

蒙郡衛生與公共服務局 (MCDHHS)
大華府社區健康服務中心 (CACHS)
美京華人活動中心健康醫療中心 (CCACC Health)

請用QR碼進入講座

主辦：大華府社區健康服務中心
時間：2月22日(周二)晚8:00-9:30
Zoom ID: 854 5370 3515; Passcode: CACHS
電話參與：301-715-859

Passcode: CACHS; 電話參與: 301-715-8592。屆時，也可以通過掃描本文及海報中的二維碼(可在手機上直接按壓圖片識別)進入講座。

大華府華裔社區健康服務中心新冠幫助電話: 571-668-5836, 240-658-9228。兩個熱線電話都提供中文普通話和廣東話服務，也可以發中文短信聯系。

大華府華裔社區健康服務中心 (Chinese American Community Health Services) 是一個目前完全由義工組成的非營利社區組織 (501c3 免稅資質)，以致力於慈善及公益性社區健康服務為宗旨。有關我們的服務和更多新冠病毒感染疾病 (COVID-19) 及其疫苗的知識和信息，可登錄瀏覽我們的網站：www.cacchs.org