

編者的話 From the Editor

由於新冠疫情的崛起，中心從 2020 年 3 月中旬關閉，接著幾乎所有的課程都改用 ZOOM 方式上課，大約在一年半以後(2021 的 10 月初)才在新址 Sycamore Homes Association 復課，但是相當部分的課程仍然繼續採用 ZOOM 方式上課，許多對疫情態度比較保守的會員，還是裹足不前不敢到中心來上課或參加活動。到目前為止在中心復課半年以後，全美的疫情確診人數依然相當可觀，以 8/24/22 為例，單日確診人數為 174K(七日平均值 93K)，實際人數只會更高，因為許多在家自我測試為陽性的人數都未計算在內。但是因為疫苗的普遍施打，測試的便利快捷，治療藥劑的普及有效，對於病情演變成重症的轉化已有極端把握的掌控。美國的社會顯然已經朝著正常化的方向走去。

Covid-19 Monoclonal Antibodies (mAbs)

即使如此，年長的族群依然應該抱持比較謹慎的態度。由於治療藥劑(譬如 Paxlovid)雖然有效，但都是新出的藥物，其副作用和後遺效果都還相當缺乏統計數字，年長者一旦感染最好採用最有效並且安全的 Monoclonal Antibodies Therapy 這類的治療法。Medicare 卡片的持有者目前在灣區就可以免費在 Total Infusion (6955 Foothill Blvd, Suite67A, Oakland, 510-878-9528, <https://totalinfusion.com/>)去做

Bebtelovimab Intravenous Injection (mAbs 的一種)。某些醫藥保險的持有者(譬如 Kaiser)會需要先繳納一筆手續費，但是可以向保險公司追討回來。為了慎重計最好詢問一下醫生的意見。

9/7/22 美食班&戲劇班停課中心舉辦愛心義賣

康鶴耆英中心的課目相當繁多，總會碰到有老師不能來上課的時候，如果是緊急情況自然是只有把課缺下來，但是如果老師預先就有休假或其他的計畫而不能上課，我們懇切希望老師能夠儘早知會中心，以便利用這個時段和空間安排其他的臨時課程與活動，譬如 9 月 7 日的愛心義賣(見下圖)就是這種情況促成的結果。許多會員的家裡都存放了不少可以贈送或是變賣的用具和物品，這就是一個大好的機會，把這些東西拿到中心來義賣，收入捐贈給中心。

康鶴耆英中心
Golden Crane Senior Center
~愛·義賣~ 愛心捐獻 資源流通
Wednesday
September 7, 2022
12:00pm~5:00pm
Ballroom
635 Old Orchard Dr.
Danville, CA
Donor arrival time:9am
捐贈者抵達時間：早上9點
請貼上售價，義賣收入歸中心
Contact: Juliana Wong 415-533-5364, Doris Davis 925-788-9783

Happy Birthday (September 2022)

祝九月壽星福如東海壽比南山

Firman May 翁惠美 Kwong Fiona 鄺秀梅
Ho Susan 丁次珊 Chow Joy 周華
Huang Irena 姚硯芳 Kung Betty 陳恩貝
Chang Peter 張培德 Fang Ann 谷靜
Liu Anna 何蓮芳 Kao Cheng-Pai 高正白
Kuo Beverly 盧少梅 Zhungsun Bill 張生
Foord Susan Golangco Eric 吳宗元
Lam Grace 林淑儀 Meng Anna 孟心怡
Li Amy 勵玉寒 Wang Li 王麗

嫦娥仙子

慶中秋節 9/10/22 (程學敏詩)

晶瑩剔透水晶宮
嫦娥仙子守宮中
翠柱珠簾廣寒殿
冰清玉潔月中仙
深宮玉兔玉蟾伴
形單影隻自顧憐
神舟飛船來拜訪
架設炎黃太空站
造福宇宙全人類
嫦娥眉開展笑顏
祥雲瑞雨揮玉拂
福祿壽喜灑人間
- 壬寅年中秋 -



康鶴耆英中心 2022 年 9 月課程表

GCSC September 2022 Class Schedule

Address: 635 Old Orchard DR Danville CA 94526

Email: golden.crane.sc.contact@gmail.com

星期一 Monday

(9/5 9/12 9/19 9/26)

1000A - 1200P (Big Room)

舞蹈研習 Dance Workshop

(沈慧 Amy Jong)

1210P - 0330P (Big Room)

卡拉 OK Karaoke

1130A - 0100P (Annex)

音樂教室 Music Workshop

(Rose Chen & Chester Chang)

09/05 & 09/19 0930A - 1120A (Annex)

國畫 1 Chinese Painting (溫麗玉 Julia Wen)

09/19 0110P - 0300P (Annex)

國畫 2 Chinese Painting (鍾維君 J. Chung)

09/12 & 09/26 0110P - 0300P (Annex)

書法 Calligraphy (孫國忠 KC Sun)

09/19 1230P - 0150P (2nd FL Lobby)

3D 摺紙 Origami (陳恩貝 Betty Kung)

0330P - 0500P (Zoom Class)

瑜珈 Yoga (吳雪芳 Fragrance Liu)

09/12 0700P - 0900P (Zoom Class)

閱讀會 Book Club (許國衡 Patrick Hsu)

星期二 Tuesday

(9/6 9/13 9/20 9/27)

0830A - 0950A (Big Room)

太極拳 Tai-Chi (朱天南 Tin Chu &

郭素芝 Sujer Wang)

1000A - 1040A (初級班 Beginning Class) &

1045A - 1200P (中級班 Intermediate Class)

(Big Room)

排舞 Line Dance

(陸培恩 Grace Chiu, 張美文 Meiwen Chang,

廖佩茹 Hanna Fong, Linda Johnson)

星期二(續) Tuesday

(9/6 9/13 9/20 9/27)

0100P - 0300P (Big Room)

合唱團練習 Chorus (魯肇煌 Stephen Lu &

鄭莉莉 Lily Cheng)

09/27 1215P - 0430P (Big Room) **Special Event**

合唱團華爾滋金曲演出展/卡拉 OK 班勁歌大會串

09/13 1000A - 1200P (Annex) *本日停課

插花 Ikebana (張櫻晶 Tomiko Hatsushi)

09/20 1000A - 1200P (Annex)

幹事會 Monthly Committee Meeting

09/27 1230P - 0230P (Annex) *本日停課

創意美食班 (葛守雯 Bella Lee)

0400P - 0500P (Zoom Class)

易筋拍打 Yi Jin Patting (劉曼雲 Gini Lau)

09/06 0915A - 1200P & **09/20** 0715P - 1000P

(Zoom Class) 康鶴攝影會 Camera Club

09/06 0700P - 0900P (Zoom Class) 時事座談

*本日停課

星期三 Wednesday

09/07 1130A - 0150P (Big Room) *本日停課

創意美食班 (葛守雯 Bella Lee)

09/07 0200P - 0400P (Big Room) *本日停課

戲劇 Drama (鍾維君 James Chung)

09/07 1200P - 0500P (Big Room) **Special Event**

愛心義賣 (見前頁海報)

09/21 1030A - 1200P (Zoom Class)

人像素描 Portrait Sketch (王萬淙 Frank Wang)

09/28 0700P - 0900P (Zoom Class)

電影研討 Movie Club (魯肇煌 Stephen Lu)

星期五 Friday

09/09 康鶴健行會每月健行 - 詳情另行通知

Hiking Club Monthly Meet - To be announced