



州眾議員
沈保偉

向2009年耆老匯報

親愛的鄰居：

我的這一期通訊是專為耆老們寫的。在我們的這個快節奏的世界里，大家常常認為我們所擁有的一切是理所當然的。但是我們應該認識到，我們生活著的美好的社區是我們耆老們通過艱苦奮鬥才創建出來的。這就是為什麼耆老們的事情一直是、將來也永遠是我在奧本尼和這裡社區中的首要事情。

我希望您能夠讀一讀這份特殊的通訊，了解一下在這過去的一年中，我和耆老們一起作了哪些事情。在通訊中，我還寫了一些也許會對您有用的信息。您若有任何問題或建議，請不要猶豫，跟我聯繫。

祝您節日快樂、健康！

真摯地，

A handwritten signature in black ink that reads "Steven Cymbrowitz".

州眾議員
沈保偉

州眾議員沈保偉 把檢察總長括模的耆老安全項目 帶到了我們的社區

州眾議員沈保偉知道耆老居民往往是騙局的目標，因此他要求檢察總長安竹·括模辦公室為他社區中的耆老中心介紹情況。檢察總長的一位助理訪問了這些耆老中心，作了介紹，並發放了一些資料，還解答了一些問題。“我非常感謝檢察總長括模對我們耆老的關心，”州眾議員沈保偉說。“我的社區辦公室是從那些來尋求幫助的耆老那里得知這些詐騙活動的。我的目的是要讓耆老們了解情況，保護自己，不當受害者。”



除了告訴耆老們有關詐騙的情況之外，州眾議員沈保偉還跟第61警察分局的警官Georgios Mastrokostas警長緊密合作，不僅要保證我們社區中耆老的安全，還要讓他們感到安全。

州眾議員沈保偉繼續支

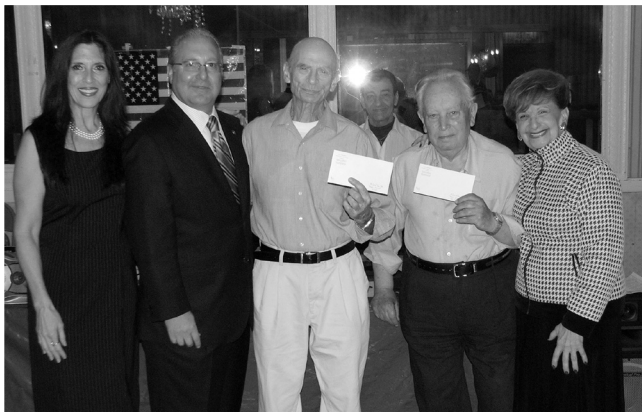
州眾議員沈保偉走訪我

我們的社區很幸運，有各種各樣的優等耆老中心。每一個耆老中心都有其自己的“特色”，但是，它們都有關心他們的工作人員和義務護理人員，他們的宗旨都是要照顧我們的耆老。州眾議員沈保偉意識到這些中心的重要性，他提供了紐約州的資金來幫助資助耆老的各個項目。每個中心的具體項目都不一樣，但是都包括向耆老提供的娛樂、教育、表演和健康項目。“社區向耆老們表示尊敬很重要，是他們為我們的社區作出了貢獻，使我們所有的人都愉快地生活在這個社區中，並為此而感到自豪，”州眾議員沈保偉解釋說。“我很高興走訪這些中心，因為這裡充滿熱情和精力。我不僅可以跟我的耆老鄰居們聊天，更重要的是，還可以聽到他們的心聲。我常常十分樂意跟中心的耆老們一起參加各種活動。”



持當地各個耆老中心

我們的各個耆老中心



州眾議員沈保偉希望您保持健康

保持健康並不容易。吃得健康、鍛煉身體、檢查身體、以及保持健康的生活習慣，這些都是要作出很大的努力的。爲了向耆老們提供方便，州眾議員沈保偉在他的社區辦公室中舉辦體檢和衛生講座等活動。有調查證明，健康問題的早期發現對完全恢復十分有利。這就是爲什麼州眾議員沈保偉繼續在他的社區辦公室舉辦免費體檢和講座。請查看時刻表，若有興趣參加任何一項體檢或講座，請打電話或寫電子信給他的辦公室預約。所有的活動時間都是在上午10:00至下午1:00之間，除非另有通知。



州眾議員沈保偉在他的社區辦公室里舉辦“太極拳放松法”講習，並和參加者一起練習打太極拳。

州眾議員沈保偉 在耆老中心 填補代溝

州眾議員沈保偉發起一項社會工作培訓項目，讓第370公立學校的學生和Jay-Harama耆老中心的成員一起參加。學生每兩個星期去一次中心跟着老們一起交流、玩bingo遊戲、跳舞、畫畫、做手工、一起閱讀和表演。州眾議員沈保偉稱這一項目爲“雙贏項目，無論是年輕人還是耆老參加者都能從中學到重要的東西。儘管總是存在著代溝，但是重要的是，我們要努力使兩代人互相理解。”

星期三
2009年12月16日

膽固醇、血糖和血壓

星期三
2010年3月17日

直腸癌

星期三
2010年4月21日

前列腺驗血

星期四
2010年5月13日
(上午10點-上午2點)

腿靜脈

星期三
2010年6月16日

皮膚癌(望診)

星期三
2010年7月14日

改善平衡、輕度練習

星期四
2010年8月26日

如何對付過敏癢

跟州眾議員沈保偉的社區辦公室聯繫，了解乳腺X光射線檢查的日程。

2010年人口普查今年春天開始

我們社區的每一個人一定要參加2010年春季的普查，這很重要，因爲政府的資助和福利項目是根據人口數目撥款的。州眾議員沈保偉要讓您千萬注意，有些詐騙者會冒充普查人員來竊取您的私人信息。普查人員絕對不會向您索取您的社會安全號碼或銀行信息。另外，他們也絕對不會以電子信的形式跟您聯繫，說他們是代表人口普查局的。合法的普查人員將會別戴一個標誌、手握儀器、肩背有普查局圖案的包、以及告訴您保護隱私的通知。您若對來人產生疑問，可以直接跟普查辦公室打電話，電話號碼是：1-800-923-8282。

州眾議員沈保偉的辦公室 聯繫方便

電話： 718-743-4078

來訪： 星期一至星期四：
上午9:30 - 下午5:30
星期五：上午9:00 - 下午4:00

寫信： 1800 Sheepshead Bay Road
Brooklyn, NY 11235

電子信箱： cymbros@assembly.state.ny.us