

社區生活

CLC NEWSLETTER

雙
月
刊

第121期 Vol.121

2025年5月及6月

MAY & JUN 2025

華州醫療補助面臨挑戰： 聯邦資金削減下2025 醫療補助續保須知



近期，聯邦政府對公共衛生資金進行大幅削減，華盛頓州在本年3月24日被聯邦政府終止原定持續至同年9月的1.6億美元公共衛生經費，這些資金原本主要用於疾病監測、疫苗接種等核心公共衛生服務。

其實早在今年1月，聯邦政府已發出指令暫停部分撥款，其中包括針對各州公共衛生計畫的醫療補助。此舉引發廣泛關注，

華盛頓州與其他21州隨即聯合提起訴訟，反對這項決策。聯邦法院最終發布臨時限制令，使資金得以暫時恢復。然而，這一連串的法律行動也令外界對於華州醫療補助及其他公共健康政策未來發展的擔憂，包括可能面臨的服務削減、醫療提供者流失及病人自費成本上升等問題。

面對聯邦政策的不確定性及潛在的資金缺口，華盛頓州政府積極採取行動，包括多項措施以保障醫療補助等關鍵計畫的穩定運作。州長鮑勃·弗格森 Bob Ferguson 表示，州政府將全力維護民眾權益：

「我不會允許聯邦政府隨意、非法地扣留支持醫療補助、教育體系、兒童福利與緊急救援等項目的資金。」

此外，華盛頓州健康照護管理局（HCA）也已提出新的預算分配計畫，確保關鍵服務持續運作。截至2025年4月，州內Apple Health（醫療補助）計畫仍為近200萬名居民提供醫療保障。這人數反映了在公共衛生緊急狀態結束後，資格審查制度恢復運行，以及州政府積極進行續保資格更新的成果。

儘管聯邦政府削減公共衛生資金帶來挑戰，華盛頓州正積極應對，致力維持醫療補助與關鍵服務的穩定。提醒大家：若你目前已享有 Apple Health 或其他醫療補助計畫，請務必留意 HCA 寄發的續保通知，通常會在保險到期前約 60 天寄出。如未收到通知，也可主動查詢續保狀況或重新申請。

你可以透過以下方式完成續保或申請福利：

線上申請：前往 Washington Connection 網站提交申請。

電話申請：撥打 DSHS 客服專線 1-877-501-2233。

親自前往：造訪鄰近的 DSHS 地區辦公室，協助你進行申請或更新資料。即使面對不確定的聯邦政策，州政府將持續捍衛居民的基本醫療權益。確保你的保險不中斷，是保障健康的第一步。



(下接第3頁)

長者農夫市場蔬果卡申請截止日期至5月9日



金郡的長者農夫市場營養計劃申請截止日期至5月9日。抽籤會在截止日期後進行，被電腦抽中的申請者會在六月份以郵寄方式收到價值\$80的蔬果卡，在指定的金郡農夫市場內使用。長者農夫市場營養計劃，申請資格：年過60歲、居住於金郡 (King County)、每月收入不超過限額 (1人家庭 \$2,413、2人家庭 \$3,261，每增加一人增加\$848)。

有意申請的長者可自行或請親友前往政府網站: AgingKingCounty.org/SFMNP，網上提交申請表格，這是最方便及快捷的方法亦不會有郵寄失誤問題。自行填表者請小心填寫出生日期，因當局會以申請者的出生年月份作為使用蔬果卡的密碼。請勿申請超過一次，重複的申請表將被刪除。如需要幫忙申請，可致電仁人服務社耆老組蔬果卡申請熱線電話，號碼 206-816-4991。如有家居護理服務的耆老們請直接致電個案經理代為申請。

前金郡副郡長推選為金郡代郡長，任期至普選選出新郡長



首位女性金郡郡長(King County Executive)Shannon Braddock已在4月1日誕生！她被金郡議會推舉暫時接替擔任16年金郡郡長的Dow Constantine (現受僱為Sound Transit行政首長)，任期至今年11月普選選出新郡長為止。Shannon是公共行政管理碩士，曾任副郡長及15年本地政府部門的工作經驗。

民主代金券：讓您的聲音在西雅圖的選舉中發揮影響力



這是只適合居住在西雅圖市居住18歲或以上居民可參與而為期10年的計劃！是支持的西雅圖市選舉候選人捐款的一種方式。

該計劃由選民批准的物業稅資助，平均每年業主需支付約 8 美元。所以，參與的西雅圖市居民「不需要是公民，綠卡持有人也可以參加」，今年是這計劃最後一年，把握機會參與！

有興趣參與的西雅圖居民，只需提供持現住地址的身份証和提交已簽名的申請表便可。若您已是選民，會自動收到四張代金券，每張\$25，只要在每張代金券寫上願意參與這計劃的候選人姓名，加上您的簽名及日期，便可寄出。曾收到代金券但已遺失，可以要求補發。

6月19日（星期四）為美國解放黑奴紀念日 (Juneteenth)



每年6月19日，是美國歷史中有名的「解放黑奴紀念日」！它的英文名字：Juneteenth，是將六月 (June) 和第十九 (Nineteen) 的混成詞而成。2021年美國參眾兩院通過及總統簽署法案為聯邦法定假日。華州在2022年也跟隨成為全美18個州之一讓政府僱員今日獲取有薪假期。所以，大家當日不要聯絡政府部門，包括學校、郵局、房屋署，有些銀行也可能放假。

注意：今年開始，當日仁人服務社也會放假，而審核能源補助的服務機構Byrd Barr Place的假期更有兩天假期，分別為6月19和20日。

【資訊新聞】

(上接第1頁)

以下為大家提供剛在四月公佈的2025年度最新月收入申請資格：

(資料來源：[華盛頓州 HCA 官方網站](#))：

Apple Health (醫療補助) 收入資格標準 (2025年4月起)

計畫類別	1人家庭 (月收入)	2人家庭 (月收入)	3人家庭 (月收入)	4人家庭 (月收入)
成人 (19-64 歲)	\$1,780	\$2,433	\$3,065	\$3,697
孕婦	N/A	\$3,790	\$4,775	\$5,760
兒童 (免費保險)	\$2,804	\$3,790	\$4,775	\$5,760
兒童 (\$20 月費)	\$3,456	\$4,672	\$5,552	\$6,698
兒童 (\$30 月費)	\$4,134	\$5,589	\$7,041	\$8,492

備註：上述收入標準已包含每月 \$20 的收入豁免。兒童的 \$20 和 \$30 月費計畫分別對應於聯邦貧困線 (FPL) 的 260% 和 317%。

資料來源：華盛頓州健康照護管理局 (HCA) 《Apple Health 收入與資產標準》

以下是根據 2025 年 4 月華盛頓州官方資料整理的紅藍卡 Medicare 相關醫療補助 (Categorically Needy, CN)、Medicare Savings Programs (MSP) 與處方藥補助計畫 (Extra Help) 的資格標準：

2025 年華盛頓州 Medicare 醫療補助、MSP 與 Extra Help 資格標準

計畫類別	月收入上限 (1 人)	月收入上限 (2 人)	資產上限 (1 人 / 2 人)	共付額/處方藥資訊
SSI-相關醫療補助 (CN Medicaid S01, S02)	\$967	\$1,450	\$2,000 / \$3,000	無共付額, 涵蓋 Apple Health 藥物清單中的處方藥
Medicare Savings Program - QMB	\$1,455	\$1,959	無資產限制	協助支付 Medicare Part A 和 Part B 的保費、共付額和自付額
Medicare Savings Program - SLMB	\$1,585	\$2,135	無資產限制	協助支付 Medicare Part B 的保費
Medicare Savings Program - QI-1	\$1,820	\$2,452	無資產限制	協助支付 Medicare Part B 的保費
Extra Help (處方藥補助)	\$1,976	\$2,664	\$17,600 / \$35,130	協助支付 Medicare Part D 處方藥計畫的保費、共付額和自付額

仁人耆老諮詢及輔助組微信服務號

COMMUNITY LIVING
CONNECTIONS

— Seattle & King County —

服務社 仁人 CISC

BRIDGING CULTURES
COMMUNITIES & GENERATIONS



REAL ID 法案將於5月7日生效

如非必要，可暫緩申請辦理增強版身份證/駕照



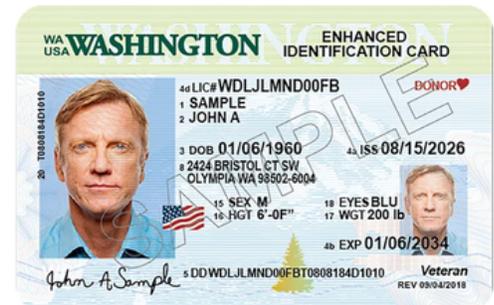
隨著 REAL ID 截止日期定在5月7日，很多人誤解REAL ID法例，以為在新法案執行前，所有華州居民必須申請或增強版身份證 (Enhanced Identification Card (EID))或駕照(Enhanced Driver License (EDL))，又或誤以為只有持有身份證 (Enhanced Identification Card (EID))或駕照(Enhanced Driver License (EDL))才可以乘搭飛機出遊或進入某些聯邦設施。

因此，很多華盛頓州居民紛紛趕去更新駕照，導致華州牌照部門辦公室 (Department of Licensing, DOL) 出現嚴重申請潮，不僅讓華州牌照部門辦公室出現擠擁的情況，也影響到其他牌照申請及服務。

希望提醒各位社區人士，倘若您在短期內不需要乘搭飛機出遊或進入某些聯邦設施，且已經擁有下列其中一種或超過一種REAL ID認可的有效的身分證明文件，您其實並不需要急於在5月7日前辦理申請或增強版身份證 (Enhanced Identification Card (EID))或增強版駕駛執照 (Enhanced Driver License (EDL))。您仍然可以繼續正常使用有效的標準駕駛執照或身份證(即一般/普通的駕照或身份證)。

REAL ID認可的有效的身分證明文件還有：

- 增強版身份證 (Enhanced Identification Card (EID))
- 增強版駕駛執照 (Enhanced Driver License (EDL))
- 美國軍人證(U.S. Military ID)
- 美國護照(U.S. Passport)
- 美國護照卡 (U.S. Passport Card)
- 永久居留卡 (綠卡) (Permanent Resident Card (Green Card))
- 聯邦政府認可、部落簽發且帶照片的身份證 (Federally recognized tribal-issued photo ID)
- 美國公民及移民服務局就業授權卡 (I-766) (U.S. Citizenship and Immigration Services Employment Authorization Card (I-766))
- 外國護照 (Foreign Passport)



此外，DOL 也呼籲不需要加強版駕照的居民盡量選擇在網上續辦，以減輕各辦公室的壓力。需要特別提醒的是，70歲或以上長者如果需要親自前往牌照

部門辦理駕照續期，建議提前在網上預約。如果未能在網上預約的話，由於臨櫃辦理等候時間可能會較長，請預留充裕時間前往辦理。有關 REAL ID 以及如何預約的更多資訊，華盛頓州政府設立網站網站(中文)：<https://realidwa.com/zh/>。

中國駐舊金山總領事館提醒 防範不法分子冒充領館人員進行詐騙



近期中國駐舊金山總領事館接獲多起宗民眾反映，有不法份子冒充駐美使領館工作人員進行電信詐騙。詐騙者謊稱接電人涉嫌偽造護照、洗黑錢、跨國詐騙等違法犯罪活動，要求配合調查並全程保密，在騙取信任後，誘導接電人轉帳匯款。中國駐舊金山總領事館提醒在美中國公民應注意以下事項。

一、中國駐美使領館不是執法機構，不會通知當事人涉嫌或需配合調查違法犯罪案件，更不會將電話轉接至中國國內執法部門。中國國內執法部門不會透過電話、傳真及手機通訊軟體等辦案，也不會要求境外中國公民與其視訊通話進行「安全監控」，更不會要求繳納所謂「保釋金」「擔保金」。

二、不法分子常以技術手段篡改來電顯示號碼，冒充駐美使領館工作人員實施詐騙。請勿在電話中向陌生人透露個人識別資訊和財務狀況，切勿貿然轉帳。

三、如接到疑似詐騙電話，請立即掛斷，事後可主動撥打（不要回撥來電）相應中國駐美使領館電話核實。如不幸遭遇電信詐騙受損，請及時向在美國居住地警方報警，聯絡匯款和收款銀行嘗試追回損失。

四、有關海外防騙方法及提示，請至中國駐舊金山總領事館網站點選連結《海外防範電信網路詐騙宣傳手冊》。<https://mp.weixin.qq.com/s/bz05GDXEbpcKdA7M1AM3BA>

如需領事協助，請撥打中國外交部全球領事保護與服務緊急熱線（24小時）：+86-10-12308或+86-10-65612308，或中國駐舊金山總領事館領保協助電話：+1-415-929-69989-699。



仁人服務社暫停公告

美國國殤日: 2025年5月26日 (星期一)

解放黑奴紀念日: 2025年6月19 (星期四)

不便之處，敬請原諒

仁人房地產稅減免計劃講座重點內容分享

仁人服務社耆老諮詢及輔助組最近舉辦了關於金郡房地產稅減免計劃的講座，有多名市民透過親身或遙距參加，反應十分熱烈。筆者特整理今次講座主要內容，希望讓未有參加講座的您亦能獲益。

金郡 (King County)房地產稅減免計劃(Property tax exemptions for Seniors and Persons with Disabilities)是一項向居住在郡範圍內的持有房屋的長者或殘障人士提供的一項減免計劃，為業主減免房地產稅金的金額，節省開支。減免計畫申請由金郡評估部 (King County Department of Assessments) 負責審批。申請者需要符合一定的條件包括年齡、收入和其他規定，才能獲得房地產稅的減免。



申請條件如下：

1. 申請者名下持有獨立房屋 (Single House)，可移動房屋 (Mobile House)，公寓式房(Condo)，或連體式房屋 (Co-op)。
2. 申請者尋求獲得房地產稅減免的房屋是申請者的日常居住地，申請者需要在申請獲得房地產稅收減免的年份前的一年裡在同一地址居住滿6個月以上。例如，如申請者需要獲得2025年的減免，申請者需要在2024年期間其名下的物業居住至少6個月。
3. 申請者需在申請年份前的12月31日前年滿61歲。例如申請者需要申請2025年的減免，申請者需要在2024年12月31日前年滿61歲。
4. 申請者在申請年份前的12月31日前被確認為殘障人士或為殘障退伍軍人。
5. 如申請者至少年滿57歲，已逝世的配偶為業主，在生前已符合申請減免的資格。
6. 申請者如需要申請減免，家庭年收入需低於\$84,000。如申請者需要申請2023年前的減免，家庭年收入需低於\$58,423。
7. 申請者的減免申請是否獲得通過，要看房地產稅支付年前一年的收入狀況。
8. 家庭年收入是指申請者和配偶或和房屋聯合業主的年收入總數。

如申請者符合減免計畫的申請標準，他們的申請獲得批准後，金郡評估部將開始根據申請人的特定收入水平來衡量具體的減免幅度。(具體申請收入標準及減免幅度另見附表表格) 如合資格申請者在過去3年已經繳納地稅，申請獲得通過後，他們將透過支票收到多交的退稅款項。

另外，居住在金郡的持有物業的長者或殘障人士，如因各種原因無法按時支付年度的房地產稅，如符合資格，可提出申請延期支付房地產稅計劃 (deferrals)。延期繳納房產稅不會改變業主的房產稅金額。相反，華盛頓州政府會先代業主繳納地稅款項，並對業主的財產設定留置權。

但如發生某些特定的情況，如業主搬離物業或改變物業的持有人，或業主沒有維持關於火災或其他災害的房屋保險計劃，州政府會向業主追繳房地產稅。申請者可同時申請減免和延期，但延期計畫只能每一年申請一次。申請條件如下：

1. 申請者名下持有獨立房屋 (Single House)，可移動房屋 (Mobile House)，公寓式房屋 (Condo)，或連體式房屋 (Co-op)。
2. 申請者尋求獲得房地產稅延期計劃的房屋是申請者的日常居住地，申請者需要在申請獲得房地產稅延期計劃的年份前的一年裡在同一地址居住滿9個月以上。例如，如申請者需要獲得2025年的延期，申請者需要在2024年期間其名下的物業居住至少9個月。
3. 申請者需在申請年份前的12月31日前年滿60歲。例如，如申請者需要申請2025年的延期計劃，申請者需要在2024年12月31日前年滿60歲。
4. 申請者被確認為殘障人士。
5. 如申請者至少年滿57歲，已逝世的配偶為業主，在生前已符合申請的延期計劃資格。
6. 如申請2025年的延緩計劃，申請人在2024年的家庭年收入須低於\$88,998。

如符合資格並需申請上述計劃，可透過網路或填寫表格，附上年齡證明、收入證明、及物業證明，交由評估部審理。申請房地產稅減免計劃網址<https://senior-exemption.kingcounty.gov/intro>。但如要申請延期支付房地產稅計劃，只能填寫表格。



金郡評估部辦公地址：

Department of Assessments
201 S. Jackson St., Room 708
Seattle, WA 98104.



King County

申請者也可以在辦公時間內，前往評估部辦公室遞交申請，毋須預約。辦公時間為星期一到星期五上午8:30至下午4:30（假日除外）。申請者也可以把申請文件放入辦公室門外的安全信箱，名為「King County Assessor's Office Drop Box」。如有需要，可向在場工作人員提出獲得中文翻譯協助。

提出減免申請後，金郡評估部會通知申請人，確認申請已收到。然後，評估部依收到申請手續的順序審閱每份申請。由於申請者眾多，申請者需耐心等待結果。如評估部需申請者補充資料，需依期回覆。申請人在提出申請後，如收到地稅單，仍需在限期前依照地稅單上的金額繳交地稅。如申請獲得通過，申請人將收到支票退款。減免計劃有效期限最多為6年。評估部會在6年內聯絡業主一次填寫資格更新表格，如業主繼續保有申請資格，則減免計畫繼續有效。由於篇幅所限，本文只列出上述補助計畫的基本情況。如需了解詳情，請聯絡仁人服務社社工。

申請者收入標準及減免幅度對照表

2023至2025年年收入	2019至2022年年收入	減免幅度
\$72,001 至 \$84,000	\$49,436 至 \$58,423	業主未來的房產稅將基於市場價值或凍結價值（以較低者為準），並且業主將免於選民公投批准的涉及物業的徵稅（例如，學校或債券徵稅）。
\$60,001 至 \$72,000	\$40,448 至 \$49,435	業主將獲得 35% 或 50,000 美元的減值（以較大者為準，但不超過 70,000 美元）。
\$60,000 以下	\$40,447 以下	業主將獲得 60% 或 60,000 美元的折扣（以較大者為準）。

社安局新防詐措施加強電話申請安全性及效率

社會安全局（SSA）近日宣布，將針對透過電話提出的申請導入加強版防詐欺工具，藉此進一步現代化服務流程，並強化社會安全制度的完整性。自2025年4月14日起，社安局將允許民眾透過電話完成所有類型的福利申請，並配合新上線的防詐技術，以保護受益人並優化申辦體驗。

該項強化技術可透過分析帳戶活動中的行為模式與異常情況，協助社安局辨識電話申請過程中的可疑行為。若系統偵測到異常，申請人將被要求親自前往就近的社會安全局辦公室完成身分驗證，方可繼續其申請流程。此項創新措施不僅強化服務安全性，也擴大服務涵蓋範圍，對於無法使用網路或親赴辦公室的民眾而言，更提供一項更為彈性的申請途徑。

此外，社安局仍將持續對所有親辦案件進行身分驗證。

社會安全局代理局長利蘭·杜德克（Leland Dudek）說：「我們正致力於現代化我們的服務方式，全面提升安全性與可及性，這些更新不僅提升我們偵測與防範詐騙的能力，也為民眾提供更靈活、更多元的福利申請選擇。」



社安局表示，有關政策更新體現社安局對顧客服務品質、制度健全性，以及納稅資源妥善管理的持續承諾。隨著全體員工回歸辦公室工作，社安局積極推動並部署多項改善措施，以因應不斷成長的服務需求。

為應對4月14日起可能出現的申請高峰，社安局已預先規劃增派臨時支援人力。同時，社安局亦於上月投入1,650萬美元以現代化全國電話服務系統，確保民眾在申辦過程中獲得穩定、便捷的通話體驗。

「搬離」西雅圖市現時租住單位所需注意事項

無論是死亡、長期入住院舍、搬離華州種種不同理由，住戶均需預先通知大廈管理，才不致多交一個月租金！以西雅圖房屋局為例，搬出需提前20天通知，在每月10日前。因此，他們的租金將涵蓋該月份，並將於該月的月底前搬出單位。

如果您沒有提供適當的通知 您可能要支付下個月期的租金



當您搬離時，您必須將租賃房屋恢復原樣，合理的磨損除外。正常使用過程中，隨著時間的推移，自然會出現合理的磨損。例如油漆褪色、油氈上有磨損痕跡、地毯出現可見磨損等。另一方面，損壞一般是由於疏忽、使用不當或意外而突然造成。例如牆上出現孔洞、窗戶破碎或物品表面的燒痕。

您的房東必須使用在您入住時雙方簽署的核對清單來確定您是否要對房屋的損壞負責。房東不需要與您一同退房查看，但是如果您認為有用，可以提出此要求。最好拍攝房屋照片，以記錄您交房時的房屋情況，包括清潔度。如果您入住時房東向您收取清潔費用，則您搬離時不得再向您收取。如果您有逾期未付的公用事業費用，可以用您的押金支付。

1. 您的房東需在您搬離後的 30 天內退還您的押金並/或向您提供一份聲明，說明保留任何金額押金的原因。請務必歸還所有鑰匙，以清楚表明您將所有權歸還房主。
2. 如果房東需要額外的時間來取得維修報價或最終公用事業帳單，則他們必須在 30 天內通知您。
3. 您的房東在計算損失時必須考慮折舊價值。例如，評估損壞費用時，必須考慮地板、電器等的使用時間、狀況和剩餘使用壽命。
4. 您有責任向房東提供正確的郵寄地址，以便退還押金。如果您沒有提供，房東必須使用最後已知的郵寄地址。

註：以上是西雅圖市租客手冊(Renting in Seattle, 2024年1月出版)有關「搬離」內第51頁「返還押金」內容供參考。

免費西雅圖市海濱接駁車已於5月2日(週五)恢復行走

班次為每天從上午 10 點行走至晚上 8 點，每 15 至 20 分鐘一班。該路線將與 2024 年的路線類似。三輛班車中至少有兩輛完全符合殘障人士乘搭的 ADA 標準。

您可以在手機上透過即時地圖追蹤接駁車，該功能無需下載應用程式。您在網址：

<https://seattlewaterfront.org/free-seattle-waterfront-shuttle/>

點擊下面的任何站點即可查看地址、地圖、照片和附近的地標景點清單(留意擺放在附近流動的指示牌)。每趟班車先向南行駛，然後向北行駛，形成一個連續的循環。新設「晚間酒店環線」(Evening Hotel Loop) 每天下午 5:50 至下午 7:45 行走。



Shuttle Stops SOUTHBOUND (10 AM to 8 PM daily)

- Stop A: Seattle Center / Space Needle
- Stop B: Pier 69 / FRS Victoria Clipper / Cruise Ships at P66
- Stop C: Pier 62 / Waterfront Park / Bell Harbor
- Stop D: Pier 56 / Great Wheel / Aquarium / Pike Place Market / Ferries
- Stop F: King Street Station / Stadiums / International District

Shuttle Stops NORTHBOUND (10 AM to 8 PM daily)

- Stop F: King Street Station / Stadiums / International District
- Stop E: Pioneer Square / Smith Tower / Ferries
- Stop D: Copperworks / Great Wheel / Aquarium / Pike Place Market / Ferries
- Stop C: Pier 62 / Waterfront Park / Bell Harbor
- Stop B: Pier 69 / FRS Victoria Clipper / Cruise Ships at P66
- Stop A: Seattle Center / Space Needle

Shuttle Stops EVENING HOTEL LOOP (5:50 PM to 7:45 PM daily)

- Stop D: Copperworks / Great Wheel / Aquarium / Ferries
- Stop G: Crowne Plaza Seattle-Downtown Hotel / Kimpton Hotel
- Stop H: Sheraton Hotel / Grand Hyatt Hotel
- Stop I: Pike Place Market / Four Seasons Hotel

南行順序路線(每日: 10 am - 8pm)

- A站: 西雅圖中心/太空針
- B站: 69號碼頭 - 66號碼頭
- C站: 62號碼頭 - 66號碼頭
- D站: 56號碼頭 - 50/52碼頭
(巨輪、水族館、市場、渡輪)
- F站: King街火車站、大球場、
國際區(唐人街)

北行順序路線(每日: 10 am - 8pm)

- F站: King街火車站、大球場、
國際區(唐人街)
- E站: Pioneer Square /
Smith Tower / Ferries
- D站: 56號碼頭 - 50/52碼頭
(試酒商店、巨輪、水族館、
市場、渡輪)
- C站: 62號碼頭 - 66號碼頭
- B站: 69號碼頭 - 66號碼頭
- A站: 西雅圖中心、太空針

晚間酒店環線(每日)(5:50 - 7:45 pm)

- D站: 56號碼頭 - 50/52碼頭
(試酒商店、巨輪、水族館、
市場、渡輪)
- G站: 皇冠假日酒店 / 金普頓酒店
- H站: 喜來登酒店、君悅酒店
- I 站: Pike Place Market市場、
四季酒店

5月10日開始Sound Transit 2號路線輕軌 在Redmond東南延展增加兩個車站



5月10日10:30 am儀式後通車的兩個輕軌車站是位處Redmond東南方向，即通往微軟的63號車站：Remond Technology的延展3.4哩(miles)的兩個車站，分別為64號車站：Marymoor Village (接近公園：Marymoor Park)、65號車站：Downtown Redmond (Redmond市中心，住宅與零售核心區)。預計從64號車站：Marymoor Village到58號車站：Bellevue Downtown Station只需15分鐘 (minutes)

華盛頓州增加對因疏忽駕駛造成 行人重傷或死亡的司機處罰和罰款

華盛頓交通安全委員會 (Washington Traffic Safety Commission, 簡稱:WTSC) 報告稱，涉及弱勢道路使用者的交通事故死亡人數大幅上升。WTSC 將弱勢道路使用者定義為在華盛頓道路或行人道上行駛且未受到車輛鋼架保護的任何人：包括：行人、騎單車者、摩托車騎士、輪椅使用者、滑板者、騎馬者、輕型摩托車駕駛員、摩托車駕駛員，甚至是駕駛拖拉機等農業設備的人。本質上，任何沒有車輛保護結構的人都被視為弱勢道路使用者。

從今年1月1日起，對弱勢道路使用者造成嚴重傷害或死亡的司機將面臨嚴厲處罰，包括高額罰款和監禁。罪行分為：

一級疏忽駕駛：這指疏忽司機導致行人或其他弱勢道路使用者死亡的情況。處罰包括以下：
最高可判處 364 天監禁、罰款最高可達 5,000 美元、吊銷駕駛執照90天。



二級疏忽駕駛: 這指疏忽司機對弱勢道路使用者造成嚴重人身傷害時。處罰包括以下：5,000 美元罰款、吊銷駕駛執照90天、最多100小時的社區服務、參加交通安全教育。

什麼行為構成疏忽駕駛？

疏忽駕駛是指在道路上將他人置於危險之中的行為。據 WTSC 稱，這種情況是指司機在駕駛車輛時未能保持正常謹慎態度。疏忽司機是指：未能採取合理的預防措施、做出謹慎司機不會做出的行為、未能執行謹慎司機會執行的操作、使人身或財產面臨潛在危險。



【護老情真】

如果我出了事怎麼辦 (一)

Susan 照顧她患有老年失智症的丈夫 Eric。她在家裡被絆倒而導致右臂骨折。她給女兒打了電話讓她女兒當晚去幫忙照顧 Eric，但是她的女兒第二天必須去工作。由於手臂骨折，Susan 無法為 Eric 處理如穿衣服、洗澡、做飯等基本的護理工作。

身為一名照顧者，我們可以理解您時不時會想到那些可能會讓您的日常生活和照護工作發生天翻地覆變化的意外，而當這些「萬一」發生在您身上時，他們可能會對您產生更多的焦慮。

想著如果您得了 Covid 新冠，如果您摔倒了，如果您出了車禍，那您的照護工作該怎麼辦—這些腦海中的擔憂對於您和其他照顧者來說都十分正常，但如果您是會無止盡的想像問題「如果……會發生什麼？」而變得越來越緊張，您很容易一不小心就陷入擔憂的漩渦中。



在現實生活中，許多情況可能會影響您照顧朋友或家人的能力。這就是生活的一部分，但重要的是能從焦慮的狀態轉換成一個您可以採取行動的狀態，您也就能夠通過實際行動來幫助改善情況。事前主動省思可能發生的情況，您就可以深思熟慮且有效的建立應急方案和備用計劃

首先，確定您的備用照顧者

在您不能照顧您的朋友或家人的情況下，誰會是您的後援？這會是您最重要的問題。無論您需要短期的還是長期的幫助，您都要從誰能提供幫助開始：成年子女、其他家庭成員、鄰居、好朋友？

想一想您的人脈和誰最有可能在您需要時幫助您。與他們討論您可能的需求是什麼，以及他們是否願意伸出援手。您也可以考慮聘請來自護理機構的專業護理人員來幫忙。

為所有可能發生的情況計劃且找到合適的幫手。您可能需要考慮多個人選，或組合不同的資源，這會比依賴單一個人更實際。

為您的後援準備資源

接下來，您要為替代您的人制定一份緊急處理指南。即使您不太需要其他後援，把所有相關的照護資訊放在一個地方並讓他人容易取得是一個好主意。將所有資訊收納在一個容易識別、顏色鮮豔的資料夾會是一個好選擇。

您的資料夾應包括以下內容：



關鍵聯繫人的名單

醫生和臨床醫生的聯繫資訊，家庭成員聯繫資訊，緊急醫療服務聯繫資訊（包括911）。

現有或慢性的健康情況

例如：糖尿病、慢性阻塞性肺病、帕金森氏病、多發性硬化症、喪失肢體/四肢使用能力、抑鬱症、焦慮症或創傷后應激障礙。



用藥資訊

藥物名稱。如果是處方藥，包括處方藥號和開藥醫生。劑量說明包括頻率，服藥時間，特別說明（例如，與食物一起服用），藥物相互作用或禁忌，應注意的副作用，何時聯繫醫生。處方藥房名稱、地址和電話號碼。

日常時間表（從早到晚，逐小時）

包括：睡眠時間表：起床、小睡和睡覺的時間。如廁、個人護理、梳理和穿衣。正餐飲食和零食的時間（註明食物過敏、保健食品或他們特別喜歡或不喜歡的食物）。

在一周中的特定日子和時間的常規預約、郊遊或其他活動

包括：最喜歡的電視節目，老年中心安排的活動或節目，家人或朋友的定期探訪。

本資料由Donna Schempp, LCSW撰寫，並由Trish Doherty (<http://trishdoherty.net>) 編輯，以方便閱讀。已獲家庭照顧者聯盟審查和審批。©2022 家庭照顧者聯盟。保留所有權利。



家屬照顧者更可以透過申請個人護理服務以減輕壓力。若您有任何疑問或有興趣了解更多家屬照顧者支援計劃的信息，歡迎您致電仁人服務社呂小姐：206-229-1726或陳小姐：206-228-7408（廣東話/普通話）查詢。亦歡迎您使用二維碼添加我們的微信。

慶祝亞太裔傳統月

認識亞裔美國人及太平洋島民傳統月

每年五月是亞裔美國人、夏威夷原住民與太平洋島民傳統月 (AANHPI Heritage Month)，讓我們一起認識並感謝亞太社區對美國，尤其是太平洋西北地區的貢獻。

這項慶祝活動始於1978年，並於1992年成為每年五月的正式紀念月。它提醒我們要理解並尊重不同文化背景的鄰居與朋友。

在華盛頓州，亞裔社區為我們的歷史與文化增添了豐富色彩。今年的主題是「以創新推動領導」，表揚那些為社區帶來積極改變的人們。

本地活動

- **聯合文化節 (United Festival) - Downtown Park**
16101 NE Redmond Way, Redmond, WA 98052
2025年5月17日 (星期六) | 中午12點至下午5點

有文化表演、美食、手工藝活動及家庭同樂

- **Wing Luke博物館 – 傳統月活動**

719 S King St, Seattle, WA 98104

整個五月皆有活動展覽、導覽與社區故事介紹亞裔歷史

- **金郡各地的社區活動與表演**

5月至6月持續進行

請關注社區公告與活動網站獲得最新資訊

歡迎來打招呼！我們ABAH(Anti Bias Anti Hate) 團隊將於5月17日Redmond Downtown Park活動現場設攤，歡迎大家前來了解我們的反偏見反仇恨資源！了解更多資訊：

- 華大多元文化資源中心：

<https://hr.uw.edu/cfd/2024/05/01/celebrate-aanhpi-heritage-month-2/>

- United Festival 活動資訊 (Redmond)：

<https://experienceredmond.com/event/united-festival/>

- Wing Luke博物館：

<https://www.exploreaanhpiheritages.org/>

- FAPAC亞太裔資源：

<https://fapac.org/AAPI-Resources>



粵語/英語: (425) 240-5825

普通話/英語: (206) 393-2110

俄語/英語: (425) 326-9497

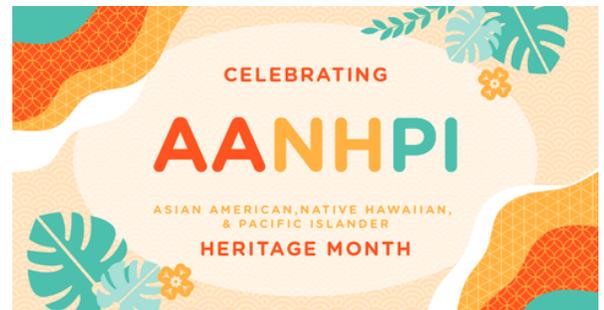
西班牙語/英語: (425) 598-5436

越南語/英語: (206) 235-4372

電子郵件: antihb@cisc-seattle.org

這不是緊急服務。如果您有危險，請致電911。

網頁連結二維碼：



親屬移民進度情況

移民局通告在2025年5月份親屬移民遞件排期表如下:

親屬移民(中國大陸出生者)		
	A表格“移民簽證的最後批准日期”	B表格“可以遞交申請的最早日期”
第一優先(公民的成年未婚子女)	2016年03月15日	2017年09月01日
第二優先 2-A(永久居民的配偶及未成年子女)	2022年01月01日	2025年02月01日
第二優先 2-B(永久居民的成年未婚子女)	2016年07月22日	2017年01月01日
第三優先(公民的已婚子女)	2011年04月01日	2012年07月22日
第四優先(成年公民的兄弟姐妹)	2008年01月01日	2008年06月01日

** 資料來源: 美國國務院網頁 (<https://travel.state.gov/content/travel/en/legal/visa-law0/visa-bulletin.html>)

註: 表A是您被審核最終是否可以拿到綠卡的申請時間。表B則是提交審核的申請時間, 讓美國駐外國使領館可以根據遞件日期約談親屬移民申請人, 先審後批, 有望大幅縮短等待時間。



BRIDGING CULTURES
COMMUNITIES & GENERATIONS



本服務項目由Aging and Disability Service, City of Seattle撥款贊助。

服務宗旨

幫助耆老取得應享權益及應盡之義務。解決面臨的困難,
以維持自主自尊, 過愉快的獨立生活。

編輯委員會

主編	林葉良
編審	曾子威
撰文	江潔華 曾子威 周靖雯 呂詠詩 鈕小坤 陳 汐 鄭嘉雯
版面設計	陳 汐
技術支援	杜浩

仁人服務社諮詢及電話服務

仁人服務社總機: (206) 624-5633 仁人服務社傳真: (206) 624-5634

仁人耆老諮詢及輔助服務(55歲以上): 廣東話及普通話: (206) 816-4991

仁人家庭中心諮詢及輔助服務(55歲以下):

廣東話及普通話: (425) 289-6805 或 (206) 330-4627

醫療保險輔助服務: 廣東話: (206) 608-3441 或 普通話: (206) 303-0554

家屬照顧者支援計劃: 廣東話: (206) 957-8502 或 普通話: (206) 957-8529

晴園樂齡中心: 廣東話及普通話: (206) 530-9174

公民入籍服務: 普通話: (206) 393-2110

如果你已經有個案經理, 請直接致電你的個案經理

舉報仇恨罪行、偏見或歧視性事件: 廣東話及普通話: (206) 886-2667 或

電郵 antihb@cisc-seattle.org (個人資料受保密)

各位耆老請注意: 開會時間暫停服務

耆老諮詢及輔助組全體職員於每月第一個星期五早上(八時半時至十二時)舉行例會, 耆老諮詢及輔助服務屆時會暫停, 下午一時起照常服務。不便之處, 敬請諒解!