

社區生活

CLC NEWSLETTER

雙
月
刊

第123期 Vol.123

2025年9月及10月

SEP & OCT 2025

糧食券申請資格將於年底前大變更 工作要求年齡上限擴大至64歲人士

由於受聯邦政府通過的新法案影響，華盛頓州須跟隨預計最遲在今年11月前，把領取食物補助計劃又俗稱「糧食券」申請資格的工作規定，由現時54歲的工作年齡上限擴大至64歲；換言之，64歲的人士如要繼續領取糧食券，將要達到每月工作最少80小時的規定。華盛頓州當局估計新規定實施後，將有超過13萬人喪失他們的糧食券福利。

根據法案通過前的食物補助福利政策，18至54歲的申請者如身體條件正常，具有勞動能力，如要獲得或保持糧食券的申請資格，他們需要每月工作至少80個小時或參加獲福利部門認證的職業培訓計劃或志願服務，同樣亦須滿足80小時的規定。但華州福利局宣布，因應聯邦政府通過的新法案規定，華州最遲會在今年11月前，將食物補助計劃工作規定的年齡層由現時的18至54歲，改為18至64歲。



新政策實施頭三個月會給予寬限期

福利局表示，在新工作規定生效後的頭三個月內，會給予受影響人士寬限期，可繼續領取糧食券而無需工作，但到第三個月後，如果仍不參加工作、職業培訓或志願服務，他們的糧食券將會被停發。福利局指出，受新政策影響的糧食券領取人士將會短期內收到福利局相關書面通知。

符合特定條件人士可獲豁免工作要求

雖然新的政策將現時工作規定的年歲上限，大幅調高至64歲，但福利局仍會維持給予特定人士豁免工作要求，包括未滿18歲或超過64歲人士、身體或心理殘障，無法工作、懷孕、照顧14歲以下兒童或喪失行為能力人士、家庭中有18歲以下小童一同領取糧食券、就讀至少半日制高等教育的學生、無家可歸者或退伍軍人等。

(下接第4頁)

新年度低收入能源補助將由10月起接受申請

新年度暖氣能源補助計劃將由10月份開始接受申請。能源的種類包括：電力 (electric)、天然氣 (gas)、丙烷 (propane)、石油 (oil)、煤炭 (coal) 和木材 (wood)。三間不同的撥款機構分管金郡不同的地區：Byrd Barr Place 主要服務地區為西雅圖地區，10月1日開始接受申請，網址：<https://byrdbarrplace.org/programsservices/energy-assistance/>。

Hopelink 主要服務金郡東區，11月3日起接受申請，網址：<https://www.hopelink.org/programs/energy/>。

MultiService Center 主要服務地區為金郡南部，則在今年秋季開始接受申請，網址：<https://mschelps.org/gethelp/energy/>；並呼籲 Puget Sound Energy 的用戶可直接前往 PSE 網站 PSE.com 申請能源補助。



另外，申請領取空調計劃，在西雅圖市 Byrd Barr Place 已於8月14日起停止接受申請，詳情 Byrd Barr Place 會個別發信通知。如有意在新一年度申請免費空調，請在申請能源費補助時填寫興趣表格，或者通過電子郵件聯繫 acprogram@byrdbarr.place 或致電 206-812-4940。一旦成功領取一台空調，客戶只能在七年之後再次領取新空調，詳情請查詢 Byrd Barr Place 官方網站。

選舉事項須知如下

1) 西雅圖市的民主代金券計劃在今年初選議案中獲通過資金可延續十年

由於西雅圖市的民主代金券計劃 (Democracy Voucher Program) 的資金來自產業稅到今年年底到期，故政府於8月的初選中提出議案，選民已通過授權從2026年開始徵收為期十年產業稅的額外稅。換言之，西雅圖市市民和公民在未來十年仍可通過「民主代金券計劃」，支持對西雅圖市選舉的候選人作競選經費支持，讓居民的聲音發揮影響力。

2) 在11月5日普選的西雅圖市選舉候選人仍可接受民主代金券



經8月尾政府認證初選投票結果後，西雅圖市各職位選舉最多票首兩名候選人可列入11月5日普選名單內 (見下表)，供選民作最終投票。持有但仍未寄出民主代券或現在才想登記申請的西雅圖居民 (包括持綠卡者)，請儘快行動，不要遲過11月28日。如有疑問，可留言聯絡仁人江小姐：206-981-6449。

市長候選人	Katie Wilson 所獲初選投票率：50.75% 暫獲代金券數目：26,813	Bruce Harrell 所獲初選投票率：41.21% 暫獲代金券數目：17,253
市檢察官候選人	Erika Evans 所獲初選投票率：55.83% 暫獲代金券數目：10,102	Ann Davison 所獲初選投票率：33.41% 暫獲代金券數目：7,842
市議會候選人 2號職位	Eddie Lin 所獲初選投票率：47.40% 暫獲代金券數目：4,648	Adonis Ducksworth 所獲初選投票率：29.36% 暫獲代金券數目：5,579
市議會候選人 8號職位	Alexis Mercedes Rinck 所獲初選投票率：78.29% 暫獲代金券數目：8,920	Rachael Savage 所獲初選投票率：12.97% 暫獲代金券數目：407
市議會候選人 9號職位	Dionne Foster 所獲初選投票率：58.44% 暫獲代金券數目：11,853	Sara Nelson 所獲初選投票率：35.34% 沒有參加民主代金券

3) 10月17日起寄發普選選票及選民手冊，10月27日前仍可郵寄作選民登記

11月舉行的普選是一年四次的選舉中最後一個選舉，今年是在11月5日。作為公民的您，別忘記要辦理選民登記才會成為選民。持綠卡者則千萬不要登記成選民，除屬違法外，亦會影響個人將來入籍。由於華州已全面進行郵寄投票，若居住金郡的選民希望選票及選民手冊是中文的話，作選民登記時一定要以英文填寫中文表格；或當收到英文選票及選民手冊後向金郡選舉部206-296-8683提出要求更改語言。

Bellevue貝爾維尤市計劃實施安全車速計畫

Bellevue市於5月20日市議會會議中正式提出「安全車速貝爾維尤計畫」(Safe Speeds Bellevue)。會議中，市議會已指示相關單位啟動社區宣傳及外展作業，並要求研擬修訂條例，以降低四條主要幹道之行駛車速限制，並進行後續影響評估。

依據該項計畫，124th Avenue SE/SE 38th Street 及 Northup Way (介於 Bellevue Way 與 120th Ave NE 之間路段) 之速

限，將由 35 mph 調降至 25 mph。Village Park Dr 及 NE 40th St 部分路段之速限，則將由 35 mph 調降至 30 mph。



市府將就相關道路交通狀況進行研究，觀察駕駛者對新速限之反應，並據以作為後續推動各階段計畫之參考依據。在速限正式調整前，市府將向鄰近道路之住戶寄送公告郵件，以通知有關新措施。

目前，市府相關單位正進行全市速限 30 mph 以上道路之目標速率（Target Speeds）分析，並將就目標速率與現行速限不符之路段提出修訂建議。本計畫第一階段之檢討對象，為現行速限為 30 mph 以上之市區道路。此類道路多為市民日常出行主要路線，涵蓋工作、購物、就醫、休閒娛樂及連結高速公路系統等重要功能。雖此類道路僅占全市總道路里程之 25%，但約 90% 之死亡及重大傷害事故，均發生於速限 30 mph 以上之道路上，顯示其交通安全風險相對較高。

【資訊新聞】

(上接第1頁)

家庭每名成年人士必須同時符合豁免條件

福利局官員補充說，如一對夫婦其中一人符合豁免條件，例如 65 歲或以上，這不等於另外一人亦可自動獲得豁免工作要求。一個家庭內所有超過 18 歲人士，必須每個成年人都符合豁免或滿足工作要求，才能一起獲得糧食券福利。

另外，大家必須注意的是糧食券領取的金額並非固定的，而是福利局根據申請者的每月家庭收入和生活開支來決定的；因此日後參與工作的人士雖能保留糧食券福利，但所領取的糧食券金額亦會因為收入增加而被大幅削減。

在 2025 年，符合糧食券的申請資格，1 人家庭每月收入不可超過 \$2,608，2 人家庭每月收入不可超過 \$3,525。但這並不等於符合資格的申請者可獲得最高金額補助，除非申請者沒有或極低收入或家庭有極大的開支，才能獲得糧食券最高金額補助，1 人家庭每月為 \$292，二人家庭則為 \$536。（詳情請看附表）

糧食券申請標準

家庭人口	月收入標準
1	\$2,608
2	\$3,525
3	\$4,442
4	\$5,358
5	\$6,275
6	\$7,192
7	\$8,108
8	\$9,025

糧食券金額安排

家庭人口	最高金額
1	\$292
2	\$536
3	\$768
4	\$975
5	\$1,158

華州保險市場大改革：醫療補助與保費補助新規定

近期，聯邦政府公布了《2025 醫療保險市場誠信與可負擔性最終規定》(Patient Protection and Affordable Care Act; Marketplace Integrity and Affordability Final Rule, 2025)。其中的政策將會在 2026 到 2028 年陸續實施 (分析資料請參閱下附的重要時間表)。該等新政策包括聯邦補助的保費稅收補助 (APTC) 在十二月三十一日到期而國會尚未有延續訊息，平均保費將大幅上漲，以及聯邦針對醫療補助 (Medicaid) 和部分移民保險的政策變動等。

重要時間表 (2025-2028)

時間	政策變化	影響族群
2025 年 10 月 1 日	DACA 身份者失去所有聯邦保費補助與分擔費用；在多數州無法再購買健保 (華州仍可購買但無補助)	DACA (童年抵美者暫緩遣返政策) 身份者
2025 年 11 月 1 日 - 2026 年 1 月 15 日	公開投保期 (Open Enrollment), 需更新或申請保單	市場保險投保人 (WAhealthplanfinder)
2026 年	收入低於 FPL 100% 的非公民 (綠卡未滿五年、難民、庇護等合法身分) 失去 APTC 補助	非公民 (綠卡未滿五年、難民、庇護等合法身分)
2026 年 10 月	非公民失去申請 Apple Health 的資格	非公民 (綠卡未滿五年、難民、庇護等合法身分)
2026 年 12 月 31 日	蘋果計劃新增工作/服務要求: 19-65 歲成年人需每月 80 小時工作、培訓或社區服務	蘋果計劃成人
2027 年 1 月	蘋果計劃追溯保障縮短: 成年人 30 天, 其餘人群 60 天	蘋果計劃投保人

2027 年	收入高於 FPL 100% 的大部分非公民（綠卡未滿五年、難民、庇護等合法身分）失去 APTC 補助	非公民（綠卡未滿五年、難民、庇護等合法身分）
2028 年 10 月	蘋果計劃新增自付規則：收入高於 FPL 100% 的家庭，每次就診最高 35 美元（全年不超過收入 5%）	蘋果計劃投保人

上述新規定將在未來三年逐步推行，影響華州許多低收入與非公民家庭。其中最迫在眉睫的是「預付保費稅額抵免（APTCs）」，一旦不續期將會導致很多家庭要支付全費或付高額的保險月費。曾令大家受惠的零月保費將難以重現眼前。保費稅收補助（APTC）是聯邦政府透過 WA Healthplanfinder 提供的一項幫助，替您支付部分保費，讓家庭每月需要繳的醫療保險費用減少。

根據新規定：

2026 年：收入低於貧窮線（FPL 100%）的非公民將失去保費稅收補助的資格。

2027 年：即使收入高於貧窮線，大部分非公民也將失去資格。

舉例來說，如果您剛拿到綠卡不到五年，沒有工作和收入，目前能拿到補助，每月保費很低。但從 2026 年開始，您將失去這筆補助，保費會突然變得很高。如果您有工作、收入略高於貧窮線，目前也能拿到部分補助，但從 2027 年開始，您也會失去資格，需要自己負擔更多保費。

由於補助可能會面臨結束，各保險公司早已提出 2026 年華盛頓州個人健保市場平均上漲 21.2% 的申請。雖然最終核准的比率雖有些微不同，但補助到期是申請大幅漲價的主要原因。

華盛頓健保交易所估計，如果補助到期，最多可能有 8 萬名居民放棄保險。由於聯邦政策的疊加影響，整體投保人數恐減少 35% 至 50%。

每年 11 月至次年 1 月 15 日是市場保險的公開投保期。如果您是在市場（Marketplace）購買保險，務必要在這段時間內檢視並更新保單，避免保障中斷。如果您使用的是 Apple Health（醫療補助），全年都可以續保或更新資格，不受公開投保期限限制。若您的保險因以上政策受到影響，州政府會寄發通知信件，提醒您資格變動。請務必提早了解，及早規劃，避免出現保險空窗。查詢相關華州市場保險最新訊息，請瀏覽網站：<https://www.wahbexchange.org/> 或致電 855-923-4633。



華州福利局「防詐騙與公共福利」訊息

由華州福利局(DSHS)對外發出的合法短訊，目前共有五種不同類別。詳情可連線網址：www.dshs.wa.gov/text。華州福利局提醒民眾，1) 福利局不會通過短訊追問您的糧食卡的號碼或戶口資料；2) 不會用自動撥打電話系統告訴中斷您的福利；3) 不會短訊或自動撥打電話系統告訴您個別詳細內容，如您的收入或工作職位描述等。



不過，華州福利局會以通過短訊或自動撥打電話系統告訴您以下其中一項內容：

Text Title 短訊標題	Text # 短訊號碼	Text Content 所收短訊內容	Why We Send It 為何會發出此短訊
Able-Bodied Adults Without Dependents Work Requirements Reminder 身體健全、無家屬的成年人工作要求提醒	509-380-9430	<p>To keep getting food benefits, DSHS needs proof of your work activities. Visit https://www.dshs.wa.gov/esa-1 for details</p> <p>Please confirm your work activities with DSHS by the end of this month. Without confirmation, your food benefits will stop. Visit https://www.dshs.wa.gov/esa-1 for details</p> <p>為了繼續獲得食品福利，州福利局需要您提供工作的證明。了解詳情，請連線網址：https://www.dshs.wa.gov/esa-1</p> <p>請在本月底前與州福利局確認您的工作。未經確認，您的食品福利將會停止。了解詳情，請連線網址：https://www.dshs.wa.gov/esa-1</p>	<p>You may receive a text if you are considered an Able-Bodied Adult Without Dependents, reminding you about your requirement to report work activities. It is important to report your work activities to keep your benefits.</p> <p>如果您被視為無受扶養的健全成年人，您可能會收到一條短訊，提醒對您的要求：報告工作。報告您的工作對於保留您的福利是非常重要的。</p>

Text Title 短訊標題	Text # 短訊號碼	Text Content 所收短訊內容	Why We Send It 為何會發出此短訊
DSHS Mobile Community Services Office 州福利局 流動社區服務 辦公室	509- 380- 9430	<p>Hello. The DSHS Mobile CSO truck will be in your area tomorrow. Please go to https://rb.gy/87bhj for details. Join us on Facebook at https://rb.gy/r1sgrs</p> <p>你好。州福利局流動社區服務辦公室車明天將抵達您所在的地區。了解詳情，請連線網址：https://rb.gy/87bhj。關注我們的 Facebook 帳號：https://rb.gy/r1sgrs</p>	<p>You may receive a text informing you that the DSHS Mobile Community Services Office is in your area. The text includes a link to additional details of the Mobile CSO location.</p> <p>您可能會收到一條短訊，通知您州福利局流動社區服務辦公室已到達您所在的地區。文字中包含有關流動社區服務辦公室位置的更多詳細資訊的連結。</p>
EBT Card Compromised Alert 糧食卡被盜 警報	855- 531- 7292	<p>WA DSHS: EBT Card Holder your benefits are at risk for theft. Act immediately.</p> <p>Change your PIN or replace your card by calling the phone number on the back of your card or go to a DSHS office.</p> <p>Reminder: DSHS texts will never ask for personal information.</p> <p>華州福利局：糧食卡持卡人您的福利面臨被盜的風險。立即行動。撥打卡背面的電話號碼或前往州福利局辦公室更改您的密碼(PIN)或更換您的卡。</p> <p>提醒：州福利局簡訊絕對不會詢問個人資訊。</p>	<p>You may receive a text if your card is at risk for theft. It is important to act and take safety steps to help keep your benefits safe.</p> <p>如果您的卡有被盜的風險，您可能會收到一封簡訊。採取行動並採取安全措施來保障您的福利安全是非常重要的。</p>

Text Title 短訊標題	Text # 短訊號碼	Text Content 所收短訊內容	Why We Send It 為何會發出此短訊
<p>Quality Control Appointment Reminder</p> <p>品質控制預約提醒</p>	<p>855-531-7292</p>	<p>Phone appointment message: WA DSHS: Your Quality Control food phone interview is on xx/xx/xx at 00:00 am/pm. Failure may lead to closure of your benefits. Call 1-800-473-5664 with questions. In person appointment message: WA DSHS: Your Quality Control in person food interview is on xx/xx/xx at 00:00 am/pm. Failure may lead to closure of your benefits. Call 1-800-473-5664 with questions</p> <p>電話預約訊息：華州福利局：您的品質控制食品電話面試時間為xx/xx/xx 上午/下午 00:00。 不應約，可能會導致您的福利被終止。如有疑問，請撥打 1-800-473-5664</p> <p>親自預約資訊：華州福利局：您的品質控制親自食品面試時間為 xx/xx/xx 上午/下午 00:00。 不應約，可能會導致您的福利被終止。如有疑問，請致電 1-800-473-5664</p>	<p>You may get a text if you have an in-person or phone appointment with our Quality Control team. The message will tell you when your interview is scheduled. It is important to attend your interview to keep your benefits.</p> <p>如果您與我們的品質控制團隊有面對面或電話預約，您可能會收到簡訊。該訊息將告訴您面試的安排時間。參加面試對於保留您的福利是非常重要的。</p>

Text Title 短訊標題	Text # 短訊號碼	Text Content 所收短訊內容	Why We Send It 為何會發出此短訊
Eligibility Review Reminder 資格審查提醒	28127	<p>This is a reminder from Washington State DSHS that your Eligibility Review is due. Please contact us between 8 a.m. and 2 p.m. Monday-Friday at 877-501-2233 or visit your nearest Community Services Office to complete an interview. You may also submit the Eligibility Review form online at dshs.wa.gov and then follow up by phone or in person to complete the required interview. To stop receiving SMS texts from us, reply STOP</p> <p>這是華盛頓州福利局發出的提醒，提醒您資格審查已到期。 請在上午 8 點至下午 2 點之間與我們聯繫。週一至週五請撥打 877-501-2233 或前往最近的社區服務辦公室完成面試。您也可以透過 dshs.wa.gov 在線提交資格審查表，然後透過電話或親自完成所需的面試。 要停止接收我們的短信，請打上STOP回覆停止！</p>	<p>You may receive a text informing you that you have an eligibility review due for a program you or your family are receiving. It is important to complete this review, so you do not experience a disruption to your benefits.</p> <p>您可能會收到一條短訊，通知您您或您的家人正在接受的福利的資格審查。完成此審查非常重要，這樣您的福利才不會受到干擾。</p>

仁人耆老諮詢及輔助組微信服務號



西雅圖房屋局租金自動轉賬安排增設網上個人戶口

西雅圖房屋局已通過其官方網頁<https://www.seattlehousing.org/> 增設 SHA Portal 選項，讓申請人、業主和租客開設個人戶口，以便安全聯繫西雅圖房屋局。通過 SHA Portal，住客日後可以向房屋局：提出維修要求、報告聯絡方法的改變、遞交租金年審資料、更新聯絡資料、聯繫大廈經理或重審居住資格的專家。詳情如何設立住戶戶口，可連線有關指引：

<https://www.seattlehousing.org/sha-portal/how-register-sha-portal>



到目前為止，住客在有關戶口可用三種不同方法來安排繳付租金，包括一次性繳付 (1-time payment)、通過步入式支付系統現金繳付 (cash via the Walk In Payment System, WIPS) 和自動轉賬的定期繳付 (recurring payment)。緊記付款方式不接受信用卡 (Credit Card)，住客可用 (1) 銀行提款卡 (Debit Card，注意這卡不同於沒有銀行戶口而每次開支時需付手續費的 Direct Express Card) 或 (2) 其他方式 (use other form of

payment)，但必須提供銀行專屬號碼 (routing number) 和銀行戶口號碼 (bank account number) 這些號碼可在支票看到，否則可要求銀行提供。詳情請瀏覽有關網頁：

https://www.seattlehousing.org/sites/default/files/Online%20Payments%20Quick%20Reference%20Guide_0.pdf。以下本文將重點介紹每月自動轉賬 (auto pay)。

這種自動轉賬方式的好處是：

- (1) 日後租金金額有調整，房屋局會按租客預先設定自動轉賬日期而自動更改轉賬金額；
- (2) 住客遠遊也不會錯過交租限期 (每月七號前)；
- (3) 不會因郵寄錯誤而沒有收到交租通知或交租支票寄失。

這些好處遠較租客在其本身或家人的網上銀行戶口加入西雅圖房屋局為轉賬項目更省時及準確！

當租客決定西雅圖房屋局 (SHA Portal) 網上開設個人戶口時，需先預備：

- (1) 現用的電郵地址 (active email address)；
- (2) 房屋給每戶開此戶口用的獨特註冊編碼 (unique registration code)，不過，沒有此編碼可能也可；
- (3) 戶主的工卡號碼 (Social Security Number (SSN))。



房屋局內設有科技支援小組(Digital Equity Navigator Team) 樂意解答有關問題或協助，但職員只能以英語、越語和提格里尼亞語 (Tigrinya) 溝通。電郵：

DigitalEquityHelp@seattlehousing.org 或致電留言：206-615-3580。

注意他/她們樂意到您所住大廈公眾地方協助，住客除預備上述文件外，同時請預備：

- (1) 持戶主姓名的租單 (內有住戶號碼tenant ID及應付租金金額)；
- (2) 住客的手機或有關住客或家人的電郵地址及密碼，以便即場完成認證手續。
- (3) 確定那個銀行戶口是接受每月退休金或政府福利金的戶口。緊記只能提供一個戶口（平常由同住者各自分擔租金的住客請預先協議好）。
- (4) 確定那天自動轉賬，建議設定日期在規常收取退休金或福利日期後一或兩天，以免因突發性延誤而影響轉賬。
- (5) 為確定資料準確，他/她們會通過Yardi Penny系統在住客提供的銀行戶口存入小量金額，24小時後，住客需在銀行戶口查看此金額，並回覆金額正確後，認證手續完成，自動轉賬便可按指示啓動。
- (6) 若時間許可，他/她們樂意協助其他帳單（如：網絡、電話費）的自動轉賬登記，所以，住客不妨帶備有關帳單。



最後，請注意：當住客完成自動轉賬安排，每月仍收到房屋局繳付租金通知單，內文並沒有顯示已作「自動轉賬」。這是系統設計的限制，房屋局正努力尋求改善的可能性。若住客在銀行確定在指定日期房屋局已提取租金，千萬不要重複交租。

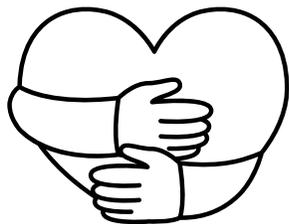
【護老情真】

如果我出了事怎麼辦?(三)

承接上期 如果我出了事怎麼辦?(二)，尋找幫助機構應注意事項。

幫助機構和養老設施的特別注意事項：

- 在有需要之前，研究您所在地區的家庭護理機構，並向他們註冊。在當您需要有人進屋幫忙時，您可以直接開始服務，免去辦理註冊手續的時間。
- 您也可以尋找私人的護理員。通常私人護理員會在當地的老年中心張貼通知，您可以提前篩選和面試。



- **安養設施也是如此。**如果您摔斷了髖關節或需要換膝關節，您可能在幾個星期內都無法提供照護給別人。在這種情況下，在附近的退休社區或住宿護理中心的一個暫住服務可能是一個好選擇。提前做好研究去了解您有的選擇和需求可以減輕您的壓力，也讓您在處理許多其他決定時清晰地作出選擇。

- 護理中心的一個暫住服務可能是一個好選擇。提前做好研究去了解您有的選擇和需求可以減輕您的壓力，也讓您在處理許多其他決定時清晰地作出選擇。

請注意，有些**住宿機構**要求入住者提交**近期的肺結核病測試結果**。您可以與被照護者的醫生商量，安排每六個月做一次這樣的檢查，以保證有最新的檢查證明和報告。

探索社區資源

如果您不能為您的朋友或家人提供所有的照顧，了解您的社區內有哪些資源是有幫助的。

- **送餐服務**能為您和您的朋友或家人提供膳食，在緊急情況下，他們通常會把您放在名單的首位。這可以避免被照護者在候補名單中等待服務。送餐服務採用滑動收費標準向客戶收費。
- **輔助交通服務**可以幫助運送您和您的朋友或家人去看醫生和做必要的差事。您當地的老齡地區機構，可提供資訊和轉介服務。

包括定期檢查服務：

對於獨居、年老、有身體不適或正在從傷病中恢復的人，安排定期檢查以確認他們的健康安全總是一個好主意。

- 一些**機構**每天給獨居的人打電話，以確保他們在家中安全。聯繫您當地的老齡地區機構，了解您所在社區的資源。
- 有些人則請**鄰居/朋友/家人**定期訪查。可能是打一個電話或傳一個信息，或者打開窗簾讓別人看見，這就能讓別人您沒事了。



應急響應系統

全國各地都有幾個緊急反應系統。您可以通過老齡地區機構或當地老年中心了解您所在地區有哪些系統。

完成長期規劃

在為意外情況做準備時，必須考慮所有類型的需求和照顧 – 包括健康、法律和財務。

- 您是否填寫了必要的表格，以便在您失去能力時有人照顧您的朋友或家人？
- 您是否已經完成了針對您自己的法律文件？

- 誰可以登錄您的**銀行帳戶**？誰可以登錄您照顧的朋友或家人的帳戶？
- 如果您或您照顧的人失去行為能力，誰擁有財務或健康方面的**授權**？

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。

【平等共融】

國際區大使計劃讓西雅圖國際區更安全、更友善

今年夏天，國際區啟動了一項重要的新計劃——國際區大使計劃，旨在加強社區安全、支援小商家，並熱情接待來自各地的訪客。

該計劃由西雅圖市政府、國際區商業促進會（CIDBIA）、亞裔美國人基金會（TAAF）及亞馬遜共同資助，並由包括仁人服務社（CISC）在內的本地非營利組織合作推行。這反映了各方共同致力於讓國際區更整潔、更安全、更有凝聚力的承諾。

為何成立大使計劃

近年來，國際區面臨著一些挑戰：治安問題增加、疫情對小商家的衝擊，以及需要更多可見的社區支持。居民、商戶和訪客都反映需要更多協助來解決犯罪、混亂及尋找服務的需求。

大使計劃正是為此而設計的。它並非執法行動，而是友善、平易近人且非緊急性的社區參與。大使們是社區與資源之間的橋樑，確保小問題能及早解決，避免惡化。

大使的工作內容

大使們每天在下午2點至晚上10點身穿鮮明易認的制服，在社區步行巡邏：主動向居民、員工和遊客打招呼交流；為遊客提供方向和本地資訊；定期拜訪商戶，了解需求並



圖片說明：國際區大使計劃新聞發布會在國際區慶喜公園(Hing Hay Park)舉行（圖片來源：西雅圖市政府）。

提供支持；協助無家可歸、成癮或有其他困難的人士聯繫社會服務；向市府部門報告如塗鴉、燈具損壞或其他安全隱患；以積極互動的方式，減少不良活動的發生。

TAAF與亞馬遜的支持

亞裔美國人基金會（TAAF）與亞馬遜合作，為啟動此計劃提供了重要資金，作為全國性支援亞太裔社區經濟復甦和公共安全計劃的一部分。他們的投資確保國際區能長期擁有專責的大使團隊，建立穩定和信任。

ABAH項目的參與

CISC反偏見反仇恨項目正積極支持大使計劃，作為我們參與TAAF資助項目的一部分。在接下來的數月，我們將在通訊中定期更新，分享故事、進展以及社區參與的方式。本文是該系列的第一篇。



並非警察 — 但卻是重要的社區資源

必須特別指出，大使不是警察，也不會處理緊急事件。他們專注於預防、聯繫和可見性，及早處理問題，幫助人們找到合適的資源，並通過人際互動讓街道保持安全與友善。

如何聯絡國際區大使

如您在社區需要協助，可直接聯絡大使：

- 電話或短信: 206-202-7314
- 微信帳號: CIDAmbassadors

大使為居民、商戶及遊客提供**非緊急協助**，並協助處理社區需求。

如何支持

當您在國際區遇到大使時，不妨揮手或打招呼。如有需要協助的地方，無論是為遊客指路還是向市府反映問題，都可以告訴他們。您的參與有助於計劃的成功。

國際區大使計劃展示了當市府、非營利組織和企業齊心協力時，能夠傾聽社區需求並採取行動，讓社區更安全、更充滿活力。



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9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07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09月01日	2025年06月01日
第二優先 2-B(永久居民的成年未婚子女)	2016年10月15日	2017年01月01日
第三優先(公民的已婚子女)	2011年08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	2009年01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 陳汐 許政鋒 呂詠詩 鄭嘉雯
版面設計	陳若藍
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) 823-7842 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!