

政府部門服務重開詳情話您知

隨著新冠疫情逐步緩和，多個政府部門亦先後公布辦事處重開，恢復面對面服務。聯邦政府社會安全局已於4月7日起重開所有地區辦事處。華州福利局更於2月28日開始全面開放面對面的服務。而華州牌照部亦有提供網上預約服務，至於公民及移民服務局已重開國內辦事處和庇護辦公室並可透過電話為有需要人士預約面談服務。

聯邦政府社會安全局 (Social Security Administration)

社會安全局(Social Security Administration)已於4月7日起恢復所有地區辦事處的公共服務，包括為沒有預約的人士提供面對面服務。社安局地區辦事處開放時間為星期一至五早上9:00至下午4:00，有需要前往社安局地區辦事處人士可登入以下網址：<https://www.ssa.gov/locator/>，輸入郵區編號，以查詢所屬的地區辦事處地址。因預計在開放初期將無可避免出現等候接見的人潮，故當局呼籲有需要使用社會安全局服務的人士應先使用社安局網上服務或致電社安局電話尋求協助。西雅圖(Seattle)社會安全局的熱線電話：1-866-494-3135；貝爾維尤(Bellevue)社會安全局的熱線電話：1-866-574-2323；肯特(Kent)社會安全局的熱線電話：1-866-931-7671。星期一至五早上9:00至下午4:00有接線生接聽並提供翻譯服務，如有需要可即時預約面談服務。

另外，社會安全局的網上帳戶服務(My Social Security)，您可通過用戶賬號去查詢將來社會安全金的預算金額、查詢社安金的申請狀況或提出申訴、查詢社安金的發放紀錄、因社安卡丟失或破損而提出申請替換、更改地址、獲取社安金收入證明、設置或調整通過自動轉賬領取社安金和獲取證明領取社安金的用於報稅的SSA-1099表。

(下接第4頁)

4月19日至6月14日智慧卡(ORCA)售票機及讀卡機暫停



這是配合系統更新及新款 ORCA 卡即將推出的準備，以下是有關日程：

新的福利：ORCA正在添加您要求的功能和福利以改善ORCA的體驗。在2022年春季推出時，新的ORCA系統將為您提供管理卡和充值的新方法：即時充值、新的網站、新的移動APP、更多零售店、新卡設計、更低價的卡。

應知事項

如果您擁有一張ORCA卡：請繼續使用。從2022年夏季開始，如果您想在零售店重新充值您的卡，您將需要一張重新設計的新卡。

如果您需要一張ORCA卡：您可以通過以下方式購買：在線、電話、自動售貨機、零售店或客戶服務處。從2022年春季起，myORCA.com 及myORCA 移動APP將取替orcacard.com 及 orcacard.biz。

支付您的行程：從2022年春季開始，每位乘客都需要自己的卡來支付車費。自動售貨機、零售店、客戶服務處和公共汽車上將繼續接受現金。目前，乘客每程只能使用一種付款方式——ORCA卡或現金。使用您的ORCA卡轉乘時，請使用E-Purse的金額支付額外票價。

管理你的賬戶：從2022年春季開始，在線管理您的卡，您可以在myORCA.com 或移動APP上創建一個新帳戶並鏈接您的卡。您將能夠管理多張卡、轉移餘額和設置自動充值。

車票減價計劃：車票減價計劃繼續對符合資格的低收入、長者（65歲或以上）、未成年人（6-18歲）及殘障人士開放。

如何獲得新的ORCA卡：成人卡：通過以下方式購買：商店、myORCA.com、myORCA移動APP，或致電或訪問客戶服務處。

未成年人及長者RRFP卡：可通過以下方式申請新卡或換卡：在線myORCA.Com、myORCA移動APP或聯繫客戶服務。

ORCA LIFT 及殘障 RRFP 卡：如要申請換卡，可在線myORCA.com 或使用myORCA移動APP或致電或訪問客戶服務處。如要申請新卡，請致電或訪問客戶服務處。

在換卡過程中，乘客可以將通票和E-Purse餘額從舊卡轉移到新卡。

零售店的ORCA：零售店仍將出售ORCA卡，但從2022年春季開始，它們只充E-Purse金額，不再出售通票。您可以在myORCA.com、myORCA移動APP、在自動售貨機或致電或訪問客戶服務處將E-Purse金額轉換為通票。

在2022年5月至7月期間，如果您在零售店把您E-Purse的金額加載到卡上，將會有一個小時的延遲。您可以在myORCA.com、myORCA移動APP、自動售貨機、致電或訪問客戶服務處對E-Purse或通票充值。

2022年7月，ORCA的零售網絡將擴大至兩倍的數量，並開始銷售更新的卡。之後您需要一張新的卡才能在商店充值。

客戶服務：888-988-6722 - TTY: 711 - myORCA.com。週一至週五：上午8點至下午5點；週末及節假日休息。非英語口譯服務：800-823-9230。

西雅圖市議會界線重新劃分，5月至7月舉行公共論壇

2022年，西雅圖將調整西雅圖市議會七個區的邊界線，以確保每個區的人口數量相同。每個使用地區選舉的政府機構都會重新劃分選區，並在每十年一次的人口普查之後進行。根據西雅圖憲章的指示，重新劃分的過程需要一個由五名指定西雅圖居民組成的委員會，他們將使用最近的十年一次的人口普查數據、一套規則、技術測繪專業知識和公眾意見來創建新的市議會區地圖。

重繪區域規則

地區邊界將根據適用的聯邦、州和地方法律劃定，包括但不限於以下規則：

- 建立緊湊和連續的區域，這些區域沒有被劃分。
- 最大區的人口不得超過最小區的人口百分之一。
- 新的市議會區邊界不會以任何人的住所為基礎。

在可行的情況下，應遵循新的界限：

- 現有地區邊界
- 水道和地理邊界
- 西雅圖社區和鄰里

現場和網上同場舉行的公共論壇

查找您所屬議會地區，可連線：<https://www.seattle.gov/council/meet-the-council/find-your-district-and-councilmembers>



City of Seattle
Seattle City Council

第1區公共論壇	5/15(星期日)	下午1:00-3:00	L280 - 董事會和委員會會議室
第2區公共論壇	5/19(星期四)	下午5:30-7:30	L280 - 董事會和委員會會議室
第3區公共論壇	6/2 (星期日)	下午3:30-5:30	市政廳BKL會議室
第4區公共論壇	6/9 (星期四)	下午5:30-7:30	市政廳BKL會議室
第5區公共論壇	6/16(星期四)	下午5:30-7:30	L280 - 董事會和委員會會議室
第6區公共論壇	7/14 (星期四)	下午5:30-7:30	市政廳BKL會議室
第7區公共論壇	7/21 (星期四)	下午5:30-7:30	L280 - 董事會和委員會會議室

經過5月至7月在每個區舉行公共論壇，提出四份地圖草案提案* 後，7月至8月委員會創建並發佈最終提案。8月至10月期間，委員會就最終提案徵求公眾意見。11月委員會批准並提交最終地圖。明年1月新的西雅圖議會區便會誕生！所以，關心您的所屬議會地區將會有甚麼改變，請儘快把握機會報名！

* 公共論壇中所提出的四份地圖草案提案詳文及地圖，請連線：

https://www.seattle.gov/documents/Departments/Redistricting/Resources/Consultant_Alternatives_Summary_and_Maps.pdf

農夫市場蔬果券申請截止日期至 5 月 13 日

由於財源增加，金郡農夫市場蔬果券的截止申請日期將由原定 4 月 29 日延長至 5 月 13 日。抽籤會在截止日期後進行，被電腦抽中家庭會在七月份收到郵寄的 \$40 蔬果券。居住金郡而在 6 月 30 日年滿 60 歲或以上人士，並符合家庭收入限制（1 人家庭月收入不超過 \$2096；2 人家庭月收入不超過 \$2,823；3 人以上家庭：每名成員增加 \$728）便可網上申請：<https://sfmnp-seattleking.org/>。如需要幫忙，可聯絡 仁人服務社。



唐人街國際區公共安全問卷調查

西雅圖唐人街國際區維護發展署 (SCIDpda) 正在進行 2022 年公共安全問卷調查，以幫助我們了解過去一年唐人街國際區 (CID) 公共安全發生的變化。調查結果將會對我們改善社區安全工作提供指導。問卷回覆將會保持匿名，問卷大約可在 10 分鐘內完成，並有中文、英文及越文以供選擇填寫，問卷開放到 5 月 30 日止。



中文 (Chinese): surveymonkey.com/r/chin-pub

English: surveymonkey.com/r/eng-pub

Tiếng Việt (Vietnamese): surveymonkey.com/r/viet-pub

(上接第 1 頁)

華州牌照部 (Washington State Department of Licensing)



華州牌照部所有地區辦事處由 6 月 1 日起，提供全方位的面對面服務。在此之前，牌照部仍會採取現有的預約措施。如果您需要申請駕駛執照或身份證，而要前往牌照部地區辦事處，顧客必須預先在以下網頁 <http://dol.wa.gov/appointments/> 預約跟職員見面。另外沒有預約的顧客在時間允許的情況下，華州牌照部的職員是可能會接見的，但下午 4:30 後牌照部的職員不會再接見沒有預約的顧客，而預約的顧客將會優先獲得接見。華州牌照部鼓勵客戶盡可能多使用他們的網頁：<https://www.dol.wa.gov/> 來處理牌照事情如續期駕駛執照、身份證、車牌、更改個人資料或檢查駕駛執照和身份證的狀態等。

華州福利局(Washington State Department of Social and Health Service)



Washington State
Department of Social
& Health Services

華州福利局所有地區辦事處已於2月28日起全面對外開放，恢復所有服務。福利局地區辦事處開放時間為星期一至五，上午8:00至下午5:00，如辦理面談服務時間為上午8:00至下午3:00，如要向福利局報告任何更改包括地址、收入及婚姻狀況等，接見時間為上午8:00至下午4:00。在福利局辦事處開放期間，有需要人士亦可到辦事處領取 EBT 卡(糧食券卡)或福利局發出以五元更新華州身分證信件等。

福利局亦會繼續以電話和網上方式提供服務，如需要致電聯繫福利局，可致電以下電話並要求翻譯服務。華州福利局的熱線電話：1-877-501-2233。申請或續期政府福利是星期一至五早上8:00至下午5:00都有接線生接聽。有需要人士亦可登入華州福利局 Washington Connection 網址：<https://www.washingtonconnection.org>，申請或更新食物(糧食券)、醫療補助、現金等福利；亦可在網上向福利局報告家庭狀況、收入或地址等變更。

美國公民及移民服務局 (U.S Citizenship and Immigration Services)

美國公民及移民服務局 (USCIS) 已開放國內辦事處和庇護辦公室。公民及移民服務局為無法透過電話或電子郵件方式獲得所需服務的人士，安排面對面預約。例如如果需要證明其移民身份才能獲得工作或旅行人士、臨時訪客合法逗留期限即將到期，而需出示“滿意離境”證明、緊急旅行證件辦理等，可致電聯絡中心1-800-375-5283 要求預約。



U.S. Citizenship and
Immigration Services

公民及移民服務局根據美國疾病管制與預防中心(CDC)指引，要求所有人士在進入設施之前戴上口罩並已全面接種疫苗。如果有預約，不得在預約前15分鐘內進入設施。有需要的人士如要更改個人資料、檢查案件的狀態、或進行網上申請等，可以登入公民及移民服務局以下網址 <https://www.uscis.gov/contactcenter> 查詢。

社安局推出聯邦補助金網上申請預約系統

社會安全局 (Social Security Administration) 日前推出了社會安全生活補助金 (Supplemental Security Income, 簡稱“SSI”) 網上申請預約系統, 使有需要人士可更方便及快捷地在網上預約申請補助金。

補助金是由社會安全局每月向 65 歲或以上或身體殘障, 而又符合收入及資產限制人士發放的現金福利。

今年 SSI 個人金額由\$794 加至\$841, 夫婦二人金額由\$1,191 加至\$1,261; 而申請資產上限則維持不變, 個人仍是\$2,000, 夫婦為\$3,000。

過去, SSI 申請人只能通過致電社安局或親身到社安

局才能提出補助金的申請。由於每天致電或到訪社安局人數眾多, 對於不懂英語或出門行動不便的合資格人士來說, 申請 SSI 的過程比較有困難。

有見及此, 社會安全局推出 SSI 網上申請預約系統, 讓申請人只要通過這個功能向社安局提交自己的個人信息, 社安局就能夠開始著手處理其 SSI 申請, 安排 SSI 的申請面談。此系統的網址是: <https://www.ssa.gov/benefits/ssi/start.html>

當申請人進入 SSI 網上系統後, 申請人需閱讀並同意“使用者條款”後才能開始使用系統。申請人在開始使用系統後, 申請人需要向系統提交自己的名字、出生日期、社會安全卡 (俗稱“工卡”) 的號碼、電話號碼、家庭地址、通訊地址、電子郵箱 (如申請人擁有電子郵箱) 等個人基本信息。系統也會詢問申請人是否以英語以外的語言為自己的第一語言, 如申請人需要中文翻譯, 申請人可向系統提出要求。

7 至 14 個工作日內會收到面談通知

申請人向系統輸入個人信息並檢查後, 就能向系統正式提交 SSI 申請預約。當系統收到申請預約後, 申請人會看到一條信息, 證實系統已經接受預約。此條信息也會告知申請人: 社安局會在 7 至 14 個工作日內通過郵寄向申請人發出關於 SSI 申請的面談通知。如申請人向社安局提供其電郵地址, 申請人會通過電郵收到 SSI 申請訪問通知。整個填寫申請預約只需 5 到 10 分鐘。申請人必須確保填寫的信息準確無誤, 以免使申請被延期處理。同時, 社安局會按照實際情況決定是通過電話或面對面進行 SSI 申請人的面談申請。申請人在收到面談通知後, 除了要留意面談日期和時間, 還要注意面談會通過何種方式進行。如申請人無法使用 SSI 網上預約系統, 申請人可以委託自己的家人、代理人或社工幫助自己完成申請預約。



Securing today
and tomorrow

Supplemental Security
Income (SSI)

受電話系統操作影響導致失聯

社安局延長聯邦醫療保險申請期

按以往聯邦醫療保險(Medicare)，俗稱紅白藍卡正常的申請運作，除初始投保期及特別投保期外，常規性的二〇二二年度的一般投保期（一月一日至三月三十一日）早已圓滿結束。民眾錯過了常規性註冊期就要等待到今年十月中的公開投保期（十月十五日至十二月七日）才再有機會申請或更換。

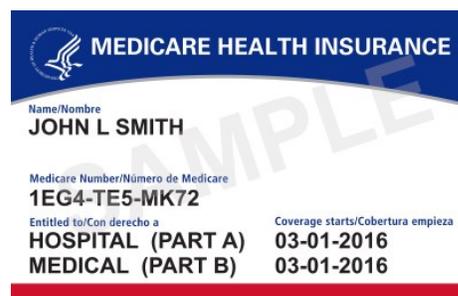
唯社安局鑑於本年初接到民眾投訴，指稱該局電話接駁出現問題，引致與民眾相關約見及申請遭到延誤，超出申請限期而未能辦理等等。社安局也確認局方電話系統，包括全國的800電話及地區辦事處的電話系統曾發生故障。為彌補對民眾的失誤，社安局於二〇二二年四月七日宣佈啟動衡平法補償(Equitable Relief)，允許聯邦醫療保險申請日期延至二〇二二年十二月三十日，讓於本年一月後因受社安局電話故障影響的民眾，有足夠時間繼續及重新辦理。

受影響民眾在申請時，務必要提供他們受社安局電話系統影響的證據，以方便局方安排重新審核資料。社安局目前已全面開放回復辦公室工作模式，市民可以在辦公時間內到訪，無須預約。但社安局也鼓勵民眾預約，確保他們能在局內獲得所需服務。

社安局為捋順與民眾的電話溝通，特別向民眾作出友善致電提示。倘若民眾在致電社安局時被中途掛斷，最好不要馬上再致電，此舉容易造成社安局更多的來電數量，加重電話接駁的負擔。社安局建議民眾可以選擇非繁忙時間致電該局的800電話，建議時間包括：(1)所在地時間早上八時至早上十時；(2)所在地下午四時至七時；(3)星期三至星期五；(4)每一個月下旬的電話輪候時間都會較短。另外社安局代表的回電時間未必能準確按民眾指定要求，他們會盡量按時回電，稍有偏差時請民眾理解等候。

為了減省輪候預約時間，社安局籲請市民考量該局的官方網站，申辦聯邦醫療保險及其他服務：www.ssa.gov/onlineservices。網站部份內容設有中文版文，方便華裔市民閱覽。

社安局重申，該局員工不會向民眾致電要求任何形式的回報，或作出恐嚇與勒索以作為交換服務的條件。民眾應小心提防所有以社安局名義作出的詐騙行為。



2022 聯邦醫療保險費用節省計劃

2022 年聯邦醫療保險 (Medicare) Part A (住院服務)，如累積工作點不足 30 個點，月費高達 \$499。Part B (門診、化驗服務等)，就算累積工作點超過 40 個點而合資格領取政府退休金，仍須繳付月費 \$170.1。因此，各州政府均設有聯邦醫療保險費用節省計劃 (Medicare Savings Programs)，為合資格人士支付 (紅藍卡) 月費及相關醫療費用。聯邦醫療保險費用節省計劃共分為幾個級別，分別是 QMB (Qualified Medicare beneficiary 合資格之聯邦醫療保險受益人) 計劃：支付聯邦醫療保險 Part A 和 Part B 月費，自付費 (deductibles)，共付費 (copayments) 但處方藥物費用除外。SLMB (Specified Low-Income Medicare Beneficiary 特定低收入受益人) 計劃：支付聯邦醫療保險 Part B 月費。QI-1 (Qualified Individual Program 合資格之個人) 計劃：支付聯邦醫療保險 Part B 部份月費。



	每月收入少於：			總資產少於：
	QMB	SLMB	QI-1	
1人家庭	\$1,153	\$1,379	\$1,549	\$8,400
2人家庭	\$1,546	\$1,851	\$2,080	\$12,600

離境超過三十日須申報暫停補助

另外，最近有不少耆老因離美超過一個月而申報暫停該項醫療補助後，回美收到以千元計的紅藍卡月費帳單，大感困擾。政府規定凡領取福利人士離開美國超過三十天，必須離境前申報暫停福利，而紅藍卡補助計劃亦不例外；因此當長者申報後，州政府便會由下月起暫停為該名長者向聯邦政府支付紅藍卡月費。換言之，長者每月便須自付紅藍卡 Part A、Part B 月費合共高達 \$669.1。

申請恢復補助後可能最少須自付兩個月月費

因此長者離美後，回來即時申請恢復紅藍卡補助計劃，但政府是有三十天等待期的規定，才會接受其申請，再加上政府一般需時兩至三個星期的處理時間；這樣就算長者離境只有一個多月，亦很大機會須自付兩個月的紅藍卡月費，即超過一千三百多元的費用。筆者便遇到一個真實個案，一名長者去年三月離境返中國，向福利局申報暫停紅藍卡補助計劃，到六月初回來後要求恢復補助，結果該名長者收到福利局的信件表示，州政府只會由七月恢復福利的這個月起支付紅藍卡月費，但四、五、六月合共高達二千元的月費則不會代為支付。

如聯邦政府超過三個月都收不到紅藍卡月費，紅藍卡便會自動被取消，直至拖欠的月費清還為止。因此筆者再次提醒享有聯邦醫療保險費用節省計劃的長者們，在長時間離美前須三思可能承受的後果；因大家必須謹記現在不用繳付高昂的紅藍卡月費，全因州政府有關的醫療補助幫大家「結帳」，正所謂「幸福不是必然的」。

慈善捐款騙局慣常手法及預防方法

甚麼是慈善騙局？

慈善騙局是騙徒偽裝成慈善機構並利用我們的慷慨天性要求捐款。最常見的慈善詐騙類型包括經電郵、廣告、社交媒體、電話和短訊等要求捐款，且看起來好像完全合法。

如最近俄羅斯入侵烏克蘭，很多人希望透過捐款以支持當地人道主義工作的緊急需求，但亦因此造就騙徒利用此等機會從而騙取金錢。



以下是慈善騙局常見的犯案手法：

個案一

騙徒偽冒為經過認證的救援工作組織，使用與主要知名慈善機構幾乎相同的名稱和網站地址，例如慈善網站以“.org”而不是“.com”結尾。

個案二

騙徒利用悲慘的圖片，製作煽情但實質虛假的訴求，要求幫助失去家園/家人的烏克蘭人民或促請公眾資助該國的國防工作。

個案三

騙徒製作了誘人的救援相關內容，以誘騙受害人點擊惡意連結和附件。這通常出現在網絡釣魚電郵活動中，騙徒試圖在受害人之個人電腦和流動設備上植入惡意軟件以竊取信息。

提防受騙，我們建議您參考以下防騙提示才作下一步行動：

- **對社交媒體帖子保持謹慎**：應對宣傳慈善機構的社交媒體帖子持懷疑態度，除非您確認該組織是合法的。留意，該等帖子的點讚數目亦不能說明它的合法性。
- **對受款人的驗證**：在捐款前請謹慎檢查慈善機構/受款人，及僅捐款給經過國際組織審查和認可的慈善機構。除非您能驗證消息是真實的，否則即使消息來源可信，也必須提高警覺。因此，請通過您收到它的方式以外的其他方式聯繫所述來源，例如，如果您是通過電郵獲得的，則可通過網站上提供的電話進行驗證。
- **不要發送現金或電匯**：切勿點擊廣告或社交媒體帖子捐款，並避免以現金或通過電匯捐款。相反，在確立慈善機構是真實之後，您可直接通過其網站捐款。
- **慎防索取個人資料**：不要回覆來自看似認可的慈善機構或救援組織的任何電郵/短訊，及不要按要求提供您任何類型的個人資料如銀行賬戶。
- **慎防連結和附件**：避免點擊來歷不明的電郵或社交媒體消息中的連結或下載附件。騙徒可能會試圖引誘您點擊連結並從中將惡意軟件下載到您的設備上。
- **不要屈服於不應有的壓力**：警惕高壓推銷和電匯請求。騙徒會試圖利用情況的緊迫性催促您捐款。

安全防範意識關於使用Zoom的一些建議

什麼是Zoom?

- 它是一個基於雲端服務的視頻通信應用程序
- 允許用戶設置虛擬視頻和音頻會議，屏幕共享，網絡研討會和其他協作功能
- 兼容 Windows, macOS, iOS, 和Android系統



Zoom的特點:

1. 無需帳戶即可參加Zoom會議
2. 一對一會議無限次免費
3. 三人以上的免費視頻會議時間限制為40分鐘



使用Zoom的幾種途徑:

使用前必須下載並安裝Zoom應用程序

1. 開始一個新的會議
 - 邀請其他人加入您的會議，選擇參與者，點擊邀請，選擇複製邀請鏈接或複制邀請，粘貼並發送給與會者
2. 參加一個會議
 - 點擊邀請鏈接直接打開視頻聊天
 - 如果沒有邀請鏈接，請單擊加入按鈕，必要時輸入會議ID和密碼
3. 安排一個會議
 - 命名主題，選擇開始日期和時間，基本計劃用戶的持續時間限制為40分鐘，擁有Pro, Business和Enterprise計劃的用戶最多為24小時

使用Zoom的風險以及如何解決:



風險 1: 未受邀者展示不當內容

解決方案: 創建一個只有主持人才能允許用戶加入會議的等候室

風險 2: 虛假的Zoom邀請鏈接可以在您的筆記本電腦上植入惡意軟件，並竊取您的身份、密碼、銀行帳戶等

解決方案: 密切關注您在電子郵件或社交媒體消息中收到的鏈接，以確定它是否是網絡釣魚詐騙

風險 3: 用戶的隱私可能會洩露給公眾
 解決方案: 使Zoom應用程序保持最新狀態，以確保用戶的隱私始終受到最新安全補丁的保護

參考文獻: <https://zoom.us/>
<https://www.peoplesbanknet.com/how-to-recognize-a-fake-zoom-invite/>
<https://www.businessinsider.com/what-is-zoom-guide#what-is-zoom?>

華州新增醫療補助護理服務 (MTD) 詳情

華州新增醫療補助護理服務Medicaid Transformation Demonstration (MTD)服務如何申請，將以何種形式為您提供幫助？

MTD服務有一個假定符合資格期，它是經濟資格的審核階段。政府需要根據您所提交的證明材料來決定您是否能獲得參與服務的最終批准。而與其他服務不同，MTD服務的假定符合資格期政策使您在**等待審核結果的階段即可開始接受服務**。假定符合資格期為申請服務後的下一個月的最後一天，期間所接受的服務將由政府承擔。即使政府最終不予批准，您亦無需為此期間接受的服務付費。

MTD服務可以為您帶來什麼？

在您申請獲批後，您將在政府系統中擁有一個每月約700美元的額度。您可以自由分配您的額度來獲取服務。此額度**不可以現金或其他形式取出**，只可以用於申請並接受政府所批准的服務。若每月使用的額度並未達到700美元的上限，剩餘的額度亦不會累計計入下一個月的。



您可以用額度申請何種服務？

通常情況下，MTD服務允許您使用額度申請包括個人護理服務、平安鐘服務、以及針灸和按摩服務。在條件允許的情況下，MTD服務亦可幫助您申請一些醫療用品。接下來，我們會逐一為您介紹這些服務。

(1) 個人護理服務：若您感到因身體原因使您在處理家務如洗衣、做飯、拖地等事項時感到困難，您可以嘗試申請護理服務以尋求護工的幫助。通常情況下，若您將所有額度均用來申請個人護理服務時，一個月您大約可以獲得約20小時的護工服務，即每週不超過5小時的護工服務。

- 因新冠病毒疫情所致，現政府所批的各護理服務公司正缺少人手。因此，若您在近期提出申請，可能需等待較長時間才能找到護工。

(2) 平安鐘服務：若您一人獨居或行動不便，擔心自己摔倒，則可以申請平安鐘服務來確保自己在遇到緊急情況時獲得及時的幫助。平安鐘即一個您可以隨身攜帶的按鈕。遇到緊急情況時，您可直接按下按鈕。

按下後將有工作人員通過按鈕與您對話，以確認您是否需要幫助。相比於手機或其他通訊設備，您無需經過繁瑣的步驟來進行通話，因此平安鐘在緊急情況下有助於您更快獲得幫助，確保您的安全。



(3) 針灸和按摩服務：若您平時感到腰酸背痛，且嘗試過針灸或按摩服務症狀因此得到緩和，您可嘗試使用額度申請針灸和按摩服務。目前政府所批准的服務提供商位於貝爾維尤市，但我們正致力擴大提供商列表，以便其餘地區各位申請者都能獲得服務。

因政府近期政策調整較多，若您對此項服務有興趣，請您致電工作人員詳談以便確認情況。若您有任何疑問或有興趣了解更多MTD信息，歡迎您致電仁人服務社林小姐：206-957-8502（廣東話/普通話）或陳小姐：206-857-8528（廣東話/普通話）查詢。亦歡迎您使用二維碼添加我們的微信。



仁人耆老諮詢及輔助組微信群

歡迎使用此二維碼，加入我們耆老諮詢及輔助組微信群，將可獲得我們仁人及政府的最新資訊及與社工保持聯繫。



全美慶祝5月份AAPI遺產歷史月

每年5月，全美各地都會慶祝AAPI遺產歷史月，亞裔美國人和太平洋島民（AAPI）社區與盟友和支持者一起紀念AAPI文化和對美國歷史的貢獻，慶祝文化多樣性。1978年，美國國會正式開始通過亞太裔美國人遺產週來承認AAPI社區。在成為AAPI傳統月之前，這為期一周的紀念活動已經慶祝了12年。其中，反對反亞裔仇恨也是AAPI遺產歷史月重要的組成部分。

為什麼AAPI遺產歷史月很重要：

AAPI遺產月表彰AAPI個人和社區的貢獻、歷史和文化，承認這個月的文化慶典不僅僅對AAPI人口重要。此外，針對亞裔的歧視和偏見實踐的激增已經影響到了全國各地的AAPI社區，歧視、偏見和仇恨對直接受影響的個人和廣大民眾造成了傷害。

我們可以做什麼：



團結就是力量

一句老話這樣說：一隻筷子容易折，一把筷子難折斷。面臨歧視和仇恨時，我們並不是孤獨的個例，在對抗歧視和仇恨的路上，我們也不是形單影隻的。星星之火，可以燎原，一次次微弱的發聲將凝聚成巨大的力量，我們要讓公眾、政府、社區聽到，這是我們正在面臨的問題，請採取行動來保護我們的安全。

另外，美國政府宣布了一系列打擊反亞裔偏見的新措施，包括發布更多仇恨犯罪事件數據，並採取措施鼓勵人們舉報。為了向社區在文化和語言上提供適當的支持，仁人服務社亦與其他聯盟夥伴組成反仇恨與偏見聯盟（Coalition Against Hate & Bias），進行「仇恨和偏見事件響應調查」（Hate and Bias Incident Response Survey）。

您最近是否經歷或目擊過出於種族、國籍、性別、宗教、能力、年齡、性別取向或其他身份的：

- 暴力行為
- 言語騷擾
- 拒絕服務或就業
- 任何其他歧視



不要坐視不理，行動起來吧！

仁人鼓勵您與我們聯絡報告，所有舉報人士將不記名，事件內容均會保密。
我們可為您提供免費的資訊、轉介和其他支援與幫助。

聯繫我們：



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：



仁人服務社暫停服務公告

美國國殤日：2022年5月30日（星期一）

員工活動：2022年6月24日（星期五）下午12時到5時

不便之處，敬請原諒

誰可以接種 COVID-19 疫苗加強針

符合接種 1 劑加強針的條件：12 歲及以上的所有人均可在完成其 COVID-19 疫苗初始系列接種後接種 1 劑加強針。符合接種 2 劑加強針的條件：50 歲及以上的成年人。12 歲及以上的中度或重度免疫功能低下者。已接種 2 劑強生公司楊森疫苗（1 劑初始疫苗和 1 劑加強針）的人士。

接種第二劑 COVID-19 疫苗加強針

某些群體或情況下的人士可以接種第 2 劑 COVID-19 加強針。如果您屬於這些群體或情況之一，則可根據疫苗可能為您帶來的益處和風險來決定是否應立即接種第 2 劑加強針。您的醫療服務提供者可以幫助您謹慎思考您的選擇。以下是您考慮接種第 2 劑加強針時可以考量的因素。



目前，如果您符合以下條件，則可接種第 2 劑 COVID-19 加強針：

50 歲或以上且至少在 4 個月前接種了第一劑加強針、屬於中度或重度免疫功能低下者、12 歲或以上且至少在 4 個月前接種了第一劑加強針、至少在 4 個月前接種了 2 劑強生/楊森疫苗。

某些因素會使有些人更可能因 COVID-19 而病重。如果您（或您的同住者）屬於以下人群，則現在接種第 2 劑加強針可能會有所幫助：

中度或重度免疫功能低下者、COVID-19 重病高風險者、更有可能通過工作，居住地或其他因素（例如頻繁的旅行或大型聚會）而接觸到 COVID-19、處於中度到高度 COVID-19 社區水平的地區、同住者未接種疫苗。

是否可以稍候接種？

如果您屬於以下情況，則可考慮稍候接種第 2 劑加強針：

過去 3 個月內感染過 COVID-19。認為現在接種第 2 劑加強針會讓您不想以後再接種一劑。（第 2 劑加強針可能在 2022 年秋季更重要，或者如果有針對未來 COVID-19 變種病毒的新疫苗可用）。

如果選擇接種第二劑加強針，確保距離您的第 1 劑 COVID-19 加強針至少有 4 個月。請記住，第 2 劑加強針只能是莫德納或輝瑞-生物科技疫苗（12 到 17 歲的兒童只能接種輝瑞-生物科技）。

您可以自證中度或重度免疫功能低下。這意味著您無需在接種 COVID-19 疫苗（包括加強針）時提供任何證明您免疫功能低下的文件。

親屬移民進度情況

移民局通告在2022年05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)	2014年12月01日	2016年05月15日
第二優先 2-A(永久居民的配偶及未成年子女)	無需排期	無需排期
第二優先 2-B(永久居民的成年未婚子女)	2015年09月22日	2016年09月22日
第三優先(公民的已婚子女)	2008年11月22日	2009年08月22日
第四優先(成年公民的兄弟姐妹)	2007年03月22日	2007年10月01日

** 資料來源：美國國務院網頁 (<http://travel.state.gov/content/visas/english/law-and-policy/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則是可以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。



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。

BRIDGING CULTURES
COMMUNITIES & GENERATIONS

編輯委員會	
主編	林葉良
編審	曾子威
撰文	江潔華 曾子威 葉燕玲 冉綠葉 吳磊 朱天諾 陳汐 劉韻盈 林家萬
版面設計	劉韻盈
技術支援	杜浩

仁人服務社諮詢及預約服務

在新冠病毒疫情期間，仁人職員會繼續透過電話、視頻會議和社交媒體與大家保持聯繫及提供服務。

仁人職員亦為有緊急需要的人士安排預約面談服務。

仁人耆老諮詢及輔助服務 (55歲以上)：廣東話 (206)816-4991 或普通話 (206)816-4990

仁人家庭中心諮詢及輔助服務 (55歲以下)：(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

家庭資源及支援計劃：普通話及廣東話：(425)289-6805 或 (206)330-4627 俄語：(425)502-0883

晴園樂齡中心：(206)530-9174

如果你已經有個案經理，請直接致電你的個案經理

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

舉報仇恨罪行、偏見或歧視性事件：廣東話 (206)468-5981、普通話 (206)393-2110 或

電郵 antihb@cisc-seattle.org (個人資料受保密)

新冠病毒資訊：包括免費檢測地點、健康資訊、社會福利及其他資源 請瀏覽仁人中文網頁

cht.cisc-seattle.org/covid19

各位耆老請注意：開會時間暫停服務

耆老服務組全體職員於每月第一及第二個星期五早上(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服務，下午一時後會照常服務。不便之處，敬請諒解！